



## ASSOCIAZIONE ANZIANI BUSSERO

VIA S. FRANCESCO, 4 - 20060 BUSSERO (MI)

Tel e Fax 02 95330247 - [www.anzianibussero.it](http://www.anzianibussero.it)

e-mail: [anzianibussero@alice.it](mailto:anzianibussero@alice.it) - C.F. 91516760153



Seminari AlimentAzione



Laboratorio LucidaMente



Laboratorio inMovimento



Laboratorio AlimentAzione



ASSOCIAZIONE ANZIANI BUSSERO A.P.S.  
Via San Francesco, 4 Bussero



Azienda di Servizi alla Persona  
"GOLGI-REDAELLI"



In collaborazione con

Comune di Bussero

# BenEssere

percorsi per un invecchiamento attivo

Hai voglia di cambiare il tuo stile alimentare?  
Vieni al nostro Laboratorio Alimentazione

Vuoi unire il "mangiare sano" al "mangiare con gusto"?  
Ti aspettiamo ai nostri Seminari.

Sei un po' legato nei movimenti? Ogni tanto hai mal di schiena?  
Anche se cammini già tutti i giorni prova il nostro Laboratorio inMovimento...

Hai la sensazione di avere la memoria pigra? Fai fatica a concentrarti?  
Vieni a trovarci al Laboratorio LucidaMente

Per INFORMAZIONI:

e-mail: [anzianibussero@alice.it](mailto:anzianibussero@alice.it) Tel. 02.95330247  
da Lun. a Ven. dalle ore 9.30 alle ore 11.30  
Sig.ra Germana Brida