

## Confartigianato

### 01918 01948 **Si svela 'Movimenti', corso per la terza età che si tiene in forma**

**Si chiama 'Movimenti'**, ed è un corso pensato per chi ha più di 60 anni e vuole mantenersi in forma. Stasera alle 17.30, nella sede di Confartigianato in viale Oriani 1, saranno illustrate le finalità dell'iniziativa che scatterà poi il 18 ottobre: si parlerà sia di tecniche cognitive, per tenere in esercizio la memoria, sia di esercizi per il corpo e di informazioni sull'alimentazione. Referente del corso è Silvia Foschi, che è coordinatrice di Anap, l'associazione dei pensionati di Confartigianato, che per l'occasione collabora con l'associazione Rete Magica. Durante l'appuntamento sarà anche possibile iscriversi al corso.

