Protocollo n. 0002134 del 16-11-2026

Cofinanziato dall'Unione europea

Progetto "Attiva-Mente Vivere"

ATTIVITÀ GRATUITE PER OVER 65

PR FSE + ABRUZZO 2021-2027
Obiettivo di Policy 4 Un'Europa più sociale
PRIORITA' III - Inclusione e protezione sociale - Obiettivo specifico k): migliorare l'accesso paritario e tempestivo a servizi di qualità, sostenibili e a prezzi accessibili,
Azione k.3: Supporto all'invecchiamento attivo

Capofila: Associazione Solideando APS-ETS
Partner: Associazione Cuntaterra, Comuni di Manoppello e San Valentino A.C.






LE ATTIVITÀ PREVISTE

Laboratorio di Fotografia "La vita in uno scatto" corso pratico di fotografia dei ricordi, un percorso semplice per imparare a catturare i momenti più belli;

Laboratorio di ginnastica dolce "L'equilibrio e il benessere"
Percorso di ginnastica dolce pensato per allentare le tensioni e riscoprire il piacere di muoversi in libertà;

Laboratorio "Memorie in miniatura"
Per scoprire il fascino delle miniature e la bellezza dei dettagli racchiusa nel capolavoro del Duomo dei Santi Valentino e Damiano di San Valentino;

Passeggiate estive presso la Piana del Legname di Manoppello, il borgo di Abbateggio e il Boschetto di San Valentino - le passeggiate saranno guidate da Cuntaterra APS;

Incontri informativi
Per la prevenzione del gioco d'azzardo, della corretta alimentazione;

Colloqui psicologici individuali
Rivolti ad anziani che manifestano fragilità emotive, stati ansiosi, solitudine o difficoltà legate all'età;

Laboratorio "Canta e Balla"
Occasione per dare spazio alla creatività, riscoprire le tradizioni popolari e condividere esperienze attraverso teatro, movimento e musica dal vivo;

Le attività si svolgeranno presso i locali dell'Associazione Solideando, i comuni di Manoppello, Alanno e San Valentino

Per maggiori informazioni:
333 7485077 | solideando@gmail.com