



# torna... L'ARTE *di invecchiare.*

# SCOPRI IL POTENZIALE DELL'INVECCHIAMENTO ATTIVO!

**Nomos e Il Giardino organizzano la terza edizione del ciclo d'incontri di gruppo dedicati ad abbattere gli stereotipi sulla terza età e a favorire i benefici dell'inevecchiamento attivo.**

## *Benessere e attività stimolanti*

Sono previsti incontri con professionisti dell'invecchiamento attivo, così come **occasioni di scambio e divertimento**: l'obiettivo è stimolare le capacità mentali e sociali, promuovere l'autoefficacia e creare un clima di condivisione e amicizia.

*Partecipare è gratis!*

Gli incontri si terranno ogni mercoledì (eccetto il 24 e il 31 Dicembre e il 7 Gennaio) presso il Centro Sociale "Il Giardino".

**È consigliata la partecipazione a tutti gli incontri.**

**PER  
PRENOTAZIONI  
E INFORMAZIONI**

**Centro Sociale "Il Giardino"  
Via Roma, Giardini Generale  
Dalla Chiesa  
50063 Figline Valdarno (FI)**

## Contatti

giardinoassociazione@gmail.com  
WhatsApp 3318097380  
**SOLO MESSAGGI, NO CHIAMATE**