

Insieme in Movimento

Percorso di Danza Movimento

promosso da
Servizio Aiuto Anziani
Centro Relazione e Famiglie
Parole in Movimento ETS

7 incontri
il martedì 10:30 - 12:00
da ottobre a novembre 2026

info e prenotazioni

Dove?
Centro Relazioni e Famiglie
Via Bruino 4 - Torino

Metro Bernini
Linee 9 - 16 - 56 - 65



011 011 33333



3478773383



aiutoanziani@comune.torino.it

- sei andato in pensione da poco?
- stai per andare in pensione?
- hai un amica/o e vuoi fare una attività creativa e di movimento per incontrare altre persone?

Gli incontri di danzamovimento comprendono momenti di parola, di movimento e di attivazione creativa. Il gruppo, il movimento e la creatività sono risorse per la salute corporea ed emotiva.

Le attività proposte nel percorso permettono di fare esperienze di rilassamento, di gioco, di scambio attraverso le quali riconoscere quello che ci fa stare bene.

Non sono richieste competenze motorie nè capacità artistiche.

Ogni incontro prevede un percorso di accoglienza, di ingresso graduale nella pratica, di esplorazione e una chiusura.

Il percorso è condotto da una danzamovimentoterapeuta psicologa.

La partecipazione è gratuita, l'iscrizione obbligatoria.

Si raccomandano abiti comodi e calzini antiscivolo.

Se hai domande o vuoi partecipare:

telefona 011 011 33333

scrivi 3478773383

scrivi aiutoanziani@comune.torino.it

Calendario 2026

13, 27 ottobre

3, 10, 17, 24 novembre

1 dicembre