



BENESSERE E SCLEROSI MULTIPLA

EVENTI INFORMATIVI SABATO 30 NOVEMBRE 2019

AISM da sempre crede nell'importanza di garantire che ogni persona con Sclerosi Multipla abbia accesso ad attività di benessere che si occupano principalmente di qualità della vita. Queste attività vengono offerte gratuitamente dalla Sezione Bresciana di AISM.

09:30 | REGISTRAZIONE PARTECIPANTI

10:00 | ACCOGLIENZA E INTRODUZIONE

Barbara Dotti, Referente accoglienza e attività Persone con SM
Damiano Falchetti, presidente Sezione Provinciale AISM Brescia

10:15 | L'ATTIVITÀ FISICA ADATTATA (AFA): PERCORSI FORMATIVI E D'ATTIVITÀ "MODIFICATE" CHE POSSONO PERMETTERE ALLE PERSONE CON DISABILITÀ DI CONDURRE ATTIVITÀ MOTORIE

Massimo Medaglia, istruttore AFA

10:45 | SCLEROSI MULTIPLA: L'IMPATTO DELLO YOGA PER LA QUALITÀ DELLA VITA FISICA E PSICHICA

Angelo Pedruzzi, Yogi

11:15 | LO SHIATSU PER UNA PERSONA CON SM PER ALLENTARE LA TENSIONE PSICOLOGICA, LO STRESS E MIGLIORARE IL TONO DELL'UMORE

Tommaso Alferj, operatore Shiatsu
Paolo Lazzari, operatore Shiatsu

11:45 | IL PILATES COME INTEGRAZIONE MOTORIA PER LAVORARE SULLA MUSCOLATURA POSTURALE, SULLA FORZA E SULLA FLESSIBILITÀ DEI MOVIMENTI

Cristiana Carioti, istruttrice Pilates

12:15 | DOMANDE E DIBATTITO

BRESCIA

Sezione Provinciale AISM Brescia
Via Antica Strada Mantovana, 112

Per informazioni ed iscrizioni:

Sezione Provinciale AISM Brescia

Tel. 030 2305289

Email: manifestazioni.brescia@aism.it

**SCLE
ROSI
MULT
IPLA**
ONLUS
associazione
italiana

un mondo
libero dalla SM

AISM. INSIEME, UNA CONQUISTA DOPO L'ALTRA