



SAN GIORGIO

Mettiamoci in pace con il cervello in movimento

Dedicato a genitori insegnanti e adulti consapevoli
a cura di Maria Cristina Pedretti ed Elisa Ciommo

L'azione del muoversi è fondamentale per il nostro benessere, ma non tutti hanno chiaro l'importanza e il ruolo del movimento per lo sviluppo e il buon funzionamento del cervello. Con semplici e divertenti esercizi possiamo migliorare memoria, concentrazione oltre che sostenerci con un atteggiamento positivo verso la vita.

Durante l'incontro "assaggeremo" alcuni esercizi di Brain Gym® e i suoi benefici.

Maria Cristina Pedretti è laureata in pedagogia con specializzazione in pedagogia clinica. Istruttrice certificata Brain Gym®. Da anni fa corsi di formazione per insegnanti e genitori.

Elisa Ciommo, naturopata, autrice del libro *I bambini parlano naturalmente. Metodi naturali per il sostegno all'infanzia*.

La partecipazione è gratuita. Per iscriversi, inviare una mail all'indirizzo corsi.sangiorgio@comune.pistoia.it indicando il proprio nome, cognome e numero tessera della biblioteca. Chi non ha un indirizzo di posta elettronica potrà recarsi al banco accoglienza della biblioteca, dove potrà compilare e firmare un apposito modulo cartaceo. Chi non è ancora iscritto alla biblioteca, potrà comunque inviare la richiesta di partecipazione e perfezionare l'iscrizione prima dell'inizio dell'incontro stesso. Le iscrizioni saranno accolte in ordine di arrivo fino al raggiungimento di 25 richieste.

Sabato

9 novembre 2019
ore 17-19

SALA BIGONGIARI
Biblioteca
San Giorgio
Via Pertini, Pistoia

Informazioni: Tel 0573 371600 www.sangiorgio.comune.pistoia.it

