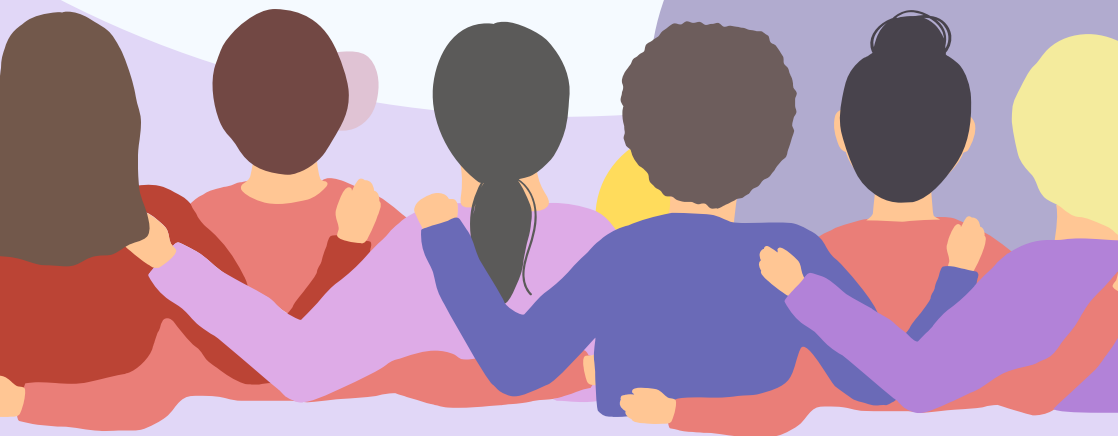


SALUTIAMOCI

IL MIO CORPO CON LE ALTRE

DA OTTOBRE A DICEMBRE 2025

dedicato alle
donne over 50



Un ciclo di **incontri** per riconnettersi al proprio **corpo**, esplorare la relazione con sé e con le altre, parlare di **salute, piacere, desiderio e benessere** psicofisico in un contesto sicuro, accogliente e partecipativo.

email per prenotare: infobologna@casadonne.it - progettazione@edenparkzone.it

Il progetto è realizzato in collaborazione e con il contributo del Comune di Bologna Settore Salute Benessere e Autonomia della persona.

Nordic Walking

in collaborazione con M'over walking Aps

- 5 /10 ore **16:00 - 18:00**
- 27/11 ore **16:00 - 18:00**

Laboratori riabilitazione del pavimento pelvico

ogni sabato:

con la Dott.ssa Daniela Bassi:

- 18/10 ore **10:00 - 12:00**
- 25/10 ore **10:00 - 11:30**
- 15, 22, 29/11 ore **10:00 - 11:30**
- 13 /12 ore **10:00 - 12:00**

Pilates

ogni mercoledì:

- 8, 15, 22, 29/10 ore **18:00 - 19:00**
- 5/11 ore **18:00 - 19:00**
- 8/11 incontro speciale al **sabato** ore **11:30/12:30**
- 12, 19, 26/11 ore **18:00 - 19:00**
- 3,10,17/12 ore **18:00 - 19:00**

Parinama Yoga

ogni venerdì:

- 10, 17, 24, 31/10 ore **11:30 - 12:45**
- 7/11 ore **11:30 - 12:45**
- 8/11 incontro speciale ore **9:00 - 10:00**
- 14, 21, 28/11 ore **11:30 - 12:45**
- 5, 12/12 ore **11:30 - 12:45**

Nutrizione e salute

con professionista:

- 8/11 ore **10:00 - 13:00**



EdenBO ex scalo Ravone
Via Casarini - 19, Bologna

Corpi in relazione

laboratori di consapevolezza tenuti dalle operatrici e dalle psicologhe del centro antiviolenza

ogni giovedì:

- 9, 16, 23, 30/10 ore **17:00 - 20:00**
- 6,13,20/11 ore **17:00 - 20:00**
- 11/12 ore **17:00 - 20:00**



Armonie
Via Emilia Levante - 138, Bologna

Il progetto è realizzato in collaborazione e con il contributo del Comune di Bologna Settore Salute Benessere e Autonomia della persona.



**Comune
di Bologna**



ARMONIE
ASSOCIAZIONE DI DONNE



**CASA DELLE DONNE
PER NON SUBIRE VIOLENZA
BOLOGNA**

