

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

“Ricomincio da tre!”, incontri per il benessere degli anziani a Canegrate

Gea Somazzi · Monday, April 29th, 2024

A Canegrate un ciclo di incontri denominato “**Ricomincio da tre!**” pensato per promuovere il benessere psicologico e fisico delle persone anziane. Si tratta di iniziative gratuite aperte a tutti, senza necessità di prenotazione, e si svolgerà in diverse sedi nel comune.

«Questi incontri non solo offrono una chance di apprendimento, ma anche di socializzazione, aspetti cruciali per migliorare la qualità della vita degli anziani – spiega l’assessore Franca Meraviglia -. Con “Ricomincio da tre!”, il Comune di Canegrate si impegna attivamente nel supportare la terza età, permettendo loro di vivere anni più felici e salutari».

Programma

Il primo evento è la “Camminata Metabolica”, prevista per **martedì 7 maggio** alle 10:00 al Centro Anziani. Le dottoresse Anna Oriani e Manuela Chiara guideranno i partecipanti attraverso attività fisiche adatte per rinvigorire il corpo e la mente. Poi ci sarà “Età senza tempo” **martedì 14 maggio** alle 10 nel Polo Culturale Catarabia. Ad intervenire le dottoresse Giuditta Tanzarella e Sara Magri. Infine, **martedì 21 maggio**, il dottor Davide Bianchi terrà un incontro su “Curarsi con l’alimentazione” presso il Self – service Elixir Ristorazione.

IL COMUNE DI CANEGRATE PRESENTA UN CICLO DI TRE INCONTRI

RICOMINCIO DA TRE!

Benessere per la terza età...





L'ATTIVITA' FISICA CHE FA RINASCERE
Camminata Metabolica
con dr.ssa Anna Oriani e dr.ssa Manuela Chiara
07/05 ore 10.00 presso il Centro Anziani
via Garibaldi, 114A




ETA' SENZA TEMPO
Benessere psicologico nella persona senior
con dr.ssa Giuditta Tanzarella e dr.ssa Sara Magri
14/05 ore 10.00 presso
il Polo Culturale Catarabia
Piazza Unità d'Italia, 2




IL GUSTO RITROVATO
Curarsi con l'alimentazione
con il dr. Davide Bianchi
21/05 ore 10.00 presso Self - service Elixir Ristorazione
via Olona, 5 Canegrate

Gli eventi sono ad **INGRESSO LIBERO**
SENZA PRENOTAZIONE




CAMMINATA METABOLICA




elior 

This entry was posted on Monday, April 29th, 2024 at 4:49 pm and is filed under [Alto Milanese](#), [Calendario](#), [Eventi](#), [Weekend](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

