



SPAZIO BLU

A cura di Meeting Trecate

BENESSERE NEL PARCO:

**PILATES, GINNASTICA POSTURALE,
YOGA, TAI CHI**

Lezioni dimostrative (max 25 persone/turno)

H. 14.45 - 15.30 PILATES

H. 15.45 - 16.30 GINNASTICA POSTURALE

H. 16.45 - 17.30 YOGA

H. 17.45 - 18.30 TAI CHI

(è preferibile la prenotazione)

CAMMINATA PER I PICCOLI

Parco Cicogna

Camminata divertente di 1 km
con giochi e premi

H. 16.30 - 17.00

Gratuito aperto a tutti senza prenotazione

SILENT WALK

A cura di Marsela Elis

Parco Cicogna

Camminata musicale con cuffie wireless

H. 15.30 - 16.15

H. 17.15 - 18.00

max 25 persona a camminata

(è preferibile la prenotazione)

A partire dalle H. 19.00

Rinfresco presso Villa Cicogna.



1° festival

Piano per l'invecchiamento attivo

Sa Salute

sabato
11
maggio
2024

**Parliamo di
prevenzione**

**Parco Cicogna
villa Cicogna
TRECATE (No)
dalle 14 alle 19.30**

H. 14.00

PRESENTAZIONE

Saluti delle autorità (Parco delle Magnolie)

SPAZIO GIALLO

BAMBINI E RAGAZZI

LABORATORIO DI SICUREZZA

DOMESTICA PER BAMBINI

(presso la Biblioteca - salone delle feste)

H. 14.30 - 15.00

A cura dei volontari della Protezione Civile
(è preferibile la prenotazione)

GIOCHIAMO INSIEME

A cura degli operatori del CISA OT

(Biblioteca civica e cortile)

H. 15.00 - 18.30

INFANZIA A COLORI:

immaginazione e relazione

Laboratori per il benessere dei più piccoli

LETTURA ANIMATA

dai 3/10 anni

H. 15.15 - 16.45

Merenda 16.45 - 17.00

GIOCHI TRADIZIONALI ALL'APERTO

dai 3/10 anni

H. 17.00 - 18.30

Gratuito (max 20 bambini/turno)

Per prenotazioni, CISA OVEST TICINO:
VALENTINA IMPERATORE - tel. 375 6278870
valentina.imperatore@cisaovestticino.it

CINZIA FILIPPINI - tel. 375 6278881
cinzia.filippini@cisaovestticino.it

Centralino CISA - tel 0321 869921

SPAZIO VERDE

CAMPUS MEDICO

Biblioteca civica Auditorium 1° piano
(accessibilità anche con ascensore)

Medici specialisti in:

OTORINO-LARINGOIATRIA

Valutazione cavo orale

H. 14.30 - 17.30

CARDIOLOGIA

ECG - misurazione pressione - colesterolo

H. 14.30 - 17.30

MENOPAUSA E GINECOLOGIA

Consulenza

H. 14.30 - 17.30

GERIATRIA

Consulenza

H. 14.30 - 17.30

FISIATRIA

Consulenza

H. 14.30 - 17.30

SENOLOGIA

Visita senologica e counseling personalizzato

A cura di ASI (No) e LILT medici volontari

H. 14.30 - 17.30

SPAZIO ROSA

Parco delle Magnolie

Stand informativi ad accesso libero

H. 14.00 - 18.30

ASL INFORMA

Protesica - servizi IP

ADI (Assistenza domiciliare integrata)

Commissioni UVG (Unità valutativa geriatrica)

UMVD (Unità multidisciplinare di valutazione disabilità)

Dipendenze:

Fumo - Alcool - Ludopatie

Alimentazione sana e attività fisica

CISA OVEST TICINO

Anziani - Minori - Disabili -

Famiglie fragili - Donne

LILT VOLONTARI

**Dietista con attività ludico
ricreativa per bambini**

CRI - AUSER

PROTEZIONE CIVILE - LA VOCE

SPAZIO VIOLA

FOCUS SULLA SALUTE

Vetrina dei servizi ai cittadini

H. 17.00 presso la Biblioteca

Introduzione a cura di Asl e Cisa

Servizi del distretto sanitario

Spazio fragilità

Prevenzione e incidenti domestici

Screening per la salute

Alimentazione e attività fisica

Dipendenze

Lilt: mission attività e progetti