



TRICESIMO IN MOVIMENTO. 10mila passi di salute

L'Amministrazione comunale di Tricesimo, in collaborazione con Federsanità ANCI, ha il piacere di invitare tutta la popolazione ad una serie di incontri e passeggiate realizzati nell'ambito del progetto "FVG IN MOVIMENTO.10mila passi di Salute".

VENERDÌ 21 aprile 2023 ore 18.30 – Sala consiliare, Piazza Ellero – Tricesimo

"FVG IN MOVIMENTO.10mila passi di Salute"

Giuseppe Napoli, Presidente Federsanità ANCI FVG

Luana Sandrin, Tecnica della Direzione centrale Salute della Regione autonoma Friuli Venezia Giulia

Tiziana Del Fabbro, Segretaria regionale Federsanità ANCI FVG

Annamaria Navarra, Presidente Associazione Insieme Per di Tricesimo

Sabato 22 aprile, ore 9.30 ritrovo nel Piazzale della Chiesa di Adornano per camminare insieme

VENERDÌ 5 maggio 2023 ore 18.30 – Sala consiliare, Piazza Ellero – Tricesimo

Esercizio fisico e prevenzione delle malattie cardiovascolari

Francesca Pezzetta, Cardiologa e consigliera comunale di Tricesimo con delega alla salute

Lucio Mos, Cardiologo già Presidente Società Italiana Cardiologi dello Sport

Sabato 6 maggio, ore 9.30 ritrovo in Piazzale della Scuola secondaria di primo grado per camminare insieme

VENERDÌ 19 maggio 2023 ore 18.30 – Sala consiliare, Piazza Ellero – Tricesimo

Esercizio fisico come terapia nell'invecchiamento attivo

Mattia D'Alleve, Laureato in Scienze motorie

Laura Zatti, Fisioterapista

Sabato 20 maggio, ore 9.30 ritrovo in Piazza Ellero **PASSEGGIATA GUIDATA SUL PERCORSO 10MILA PASSI DI SALUTE** nell'ambito del **programma regionale "MAGGIO IN SALUTE.10mila passi a ...TRICESIMO"**.

VENERDÌ 26 maggio 2023 ore 18.30 – Sala consiliare, Piazza Ellero - Tricesimo

Il piacere di mangiare "Sano con gusto". Invecchiamento attivo per vivere in salute

Aldo Savoia, Direttore del Dipartimento di Prevenzione ASUFC

Sabato 27 maggio, ore 9.30 ritrovo davanti al Centro Sgarban di Ara per camminare insieme

Info: Federica Forgiarini 3470183790

INVITO APERTO A TUTTI: l'Associazione Insieme Per organizza tutte le settimane due appuntamenti per camminare in compagnia con ritrovo TUTTI I GIOVEDÌ ALLE 20,00 E TUTTI I SABATI ALLE 9.30 presso Piazza Ellero (nei sabati 22 aprile, 6 maggio, e 27 maggio: ritrovo nei punti indicati in locandina)