

# LA CASA DI COMUNITÀ ORGANIZZA DEGLI INCONTRI PER IL PROGETTO IN SALUTE CON STILE

La Casa di Comunità propone degli incontri in piccolo gruppo per offrire consigli pratici su come vivere in salute.

L'obiettivo è quello di migliorare la cura del proprio corpo attraverso una corretta attività fisica, una dieta equilibrata, la gestione dello stress e una gestione adeguata delle terapie farmacologiche.

Dove? Spazio comunale di via Oleandri 39, al club del mercoledì.

Gli incontri saranno tenuti dalle figure professionali della Casa di Comunità.



Gli incontri si terranno dalle **14.00** alle **16.00** nelle seguenti giornate:

<b>29 Gennaio</b>	ALLA SCOPERTA DELLA CASA DI COMUNITÀ'
<b>26 Febbraio</b>	VIVERE BENE CON STILI DI VITA SANI
<b>26 Marzo</b>	NON TI FERMARE: L'IMPORTANZA DEL MOVIMENTO
<b>23 Aprile</b>	ATTENTO AL LUPO: PREVENIRE LE TRUFFE
<b>21 Maggio</b>	VIVERE BENE A OGNI ETA'