



## 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

# 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**