

Obiettivo benessere 2° incontro

Per contribuire alla salute personale e cercare di raggiungere il proprio equilibrio fisico e metabolico

..tu come stai? Parliamone!

Insieme all'insegnante di educazione Fisica ed i presenti illustreremo sulla conoscenza dei due pilastri fondamentali per la nostra salute. Illustreremo sull'apparato locomotore ed il metabolismo.

Partendo dalla considerazione che fortunatamente la stragrande maggioranza degli esseri umani nasce normodotata e non colpita da patologie.

Rifletteremo sulle cause della decadenza che risulta inevitabile ma non ineluttabile.

La fortuna di aver avuto il dono della salute deve farci riflettere sulla considerazione se viviamo sfruttandola oppure accompagnandola al meglio.

L'ingresso è libero, potete farlo girare presso i vs amici e famigliari.

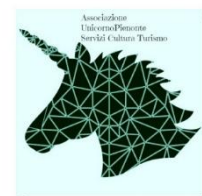
Chi desidera partecipare all'iniziativa, per una corretta gestione accessi all'Aula Magna, dovrà inviare un messaggio alla segreteria del CRAL Sanità: cralsanitatorino@gmail.com ed attendere la conferma posti

Mercoledì 8 Maggio dalle 17.45 alle 19.15

presso Aula Magna Ospedale Oftalmico – Via Juvarra, 19



New Abilitj J.O.F.C APS ETS



Associazione Unicornopiemonte
Servizi Cultura Turismo
www-unicornopiemonte.it

Obiettivo benessere Incontri pratici

Ricordiamo che continuano gli incontri pratici tutti i

Giovedì dalle ore 18 alle ore 19,30

Sala Paraolimpica presso Palazzina Unità Spinale Ospedale CTO Via Zuretti ,
programmate in queste date:

Mese di Maggio: 2 – 9 – 16 – 23 – 30

La partecipazione è legata ad un pacchetto di 4 ingressi a Euro 20 (Pagamento direttamente sul posto)

Sono previste 5 date per permettere il recupero in caso di un'assenza.

Gli interessati possono recarsi direttamente ogni giovedì senza necessità di prenotazione .