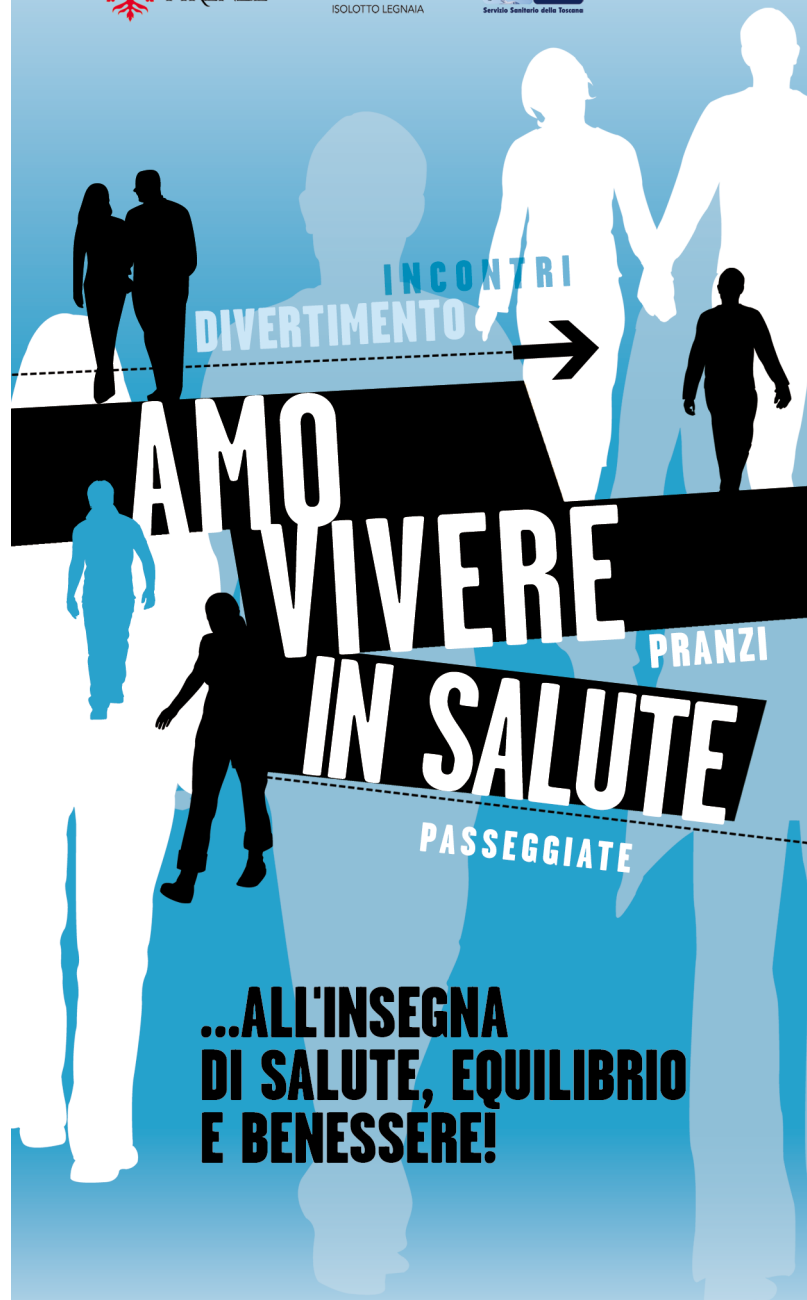


INFORMAZIONI E CONTATTI

Ufficio Promozione Salute Q4
a.forconi@comune.fi.it

ASL 10 S.S. Educazione alla Salute
patrizia.giannelli@asf.toscana.it

Sezione Soci Coop Firenze Sud Ovest
sez.firenze-so@socicoop.it



INCONTRI
DIVERTIMENTO



PRANZI
AMO VIVERE IN SALUTE

PASSEGGIATE

**...ALL'INSEGNA
DI SALUTE, EQUILIBRIO
E BENESSERE!**

ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA, CORRETTA INFORMAZIONE SUI FARMACI E MOVIMENTO PER UNO STILE DI VITA SANO

PROGRAMMA

10 OTTOBRE 2012 - ORE 17.00

PRESENTAZIONE DEL PROGRAMMA NELLO SPAZIO SOCI COOP FI SUD-
OVEST DI P.TE A GREVE IN OCCASIONE DEL 1° INCONTRO DI PROMO-
ZIONE DELLA SALUTE

1. PROGETTO FRUTTA DAY

21 NOVEMBRE 2012 - ORE 17/19

FRUTTA DAY

Soci Coop Ponte a Greve

28 NOVEMBRE 2012 - ORE 9/11

FRUTTA DAY

Coop Galluzzo

17 APRILE 2013 - ORE 17/19

FRUTTA DAY

Soci Coop Ponte a Greve

24 APRILE 2013 - ORE 9/11

FRUTTA DAY

Coop v.le Talenti

Nella Coop di Ponte a Greve oltre la distribuzione della frutta, intervengono una dietista della ASL 10 e un esperto di filiere individuato dalla Coop.

Nelle due giornate di Frutta Day a Ponte a Greve verranno svolti due Laboratori "Arcinboldo" ore 17-19.

(È possibile che un laboratorio Arcinboldo venga effettuato anche al Galluzzo in orario pomeridiano 17-19)

2. PASSEGGIATE

LE PASSEGGIATE SI SVOLGONO OGNI SECONDO SABATO DEL MESE, CON PARTENZA ALLE ORE 9.30 DALLA SEDE DEL QUARTIERE 4 IN VIA DELLE TORRI E RIENTRO ALLE ORE 12.30 CIRCA. LA CAMMINATA È APERTA A TUTTI ED È GRATUITA.

1ª Passeggiata

SABATO 13 OTTOBRE 2012

2ª Passeggiata

SABATO 10 NOVEMBRE 2012

3ª Passeggiata

SABATO 8 DICEMBRE 2012 (FESTIVO)

4ª Passeggiata

SABATO 12 GENNAIO 2013

5ª Passeggiata

SABATO 9 FEBBRAIO 2013

6ª Passeggiata

SABATO 9 MARZO 2013

7ª Passeggiata

SABATO 13 APRILE 2013

8ª Passeggiata

SABATO 11 MAGGIO 2013

3. INCONTRI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE

presso lo spazio soci Coop Fi sud-ovest dalle ore 17 alle ore 19

10 OTTOBRE 2012 - ORE 17/19

Incontro su **BENESSERE E MOVIMENTO** (dr. Bugetti)

5 DICEMBRE 2012 - ORE 17/19

Incontro su **RUOLO ATTIVO DELL'ANZIANO** (dott.ssa Lazzetto)

30 GENNAIO 2013 ORE 17 - 19

Incontro su **CORRETTA ALIMENTAZIONE** (dott.ssa Arrighi)

13 MARZO 2013 - ORE 17/19

Incontro su **USO CONSAPEVOLE FARMACI E LORO INTERAZIONI** (dr. Matteini)

8 MAGGIO 2013 - ORE 17/19

Incontro su **RELAZIONE PAZIENTE/MEDICO** (dr. Paolillo)

4. PRANZO FINALE

26 MAGGIO 2013 c/o Circolo San Bartolo, con l'invito a partecipare a tutti i Gruppi Salute è Benessere della città di Firenze. La sinergia tra attività motoria e alimentazione corretta è il primo passo da compiere per prendersi cura della propria salute, pertanto si promuovono due pranzi con alimenti variati ed equilibrati in un contesto di socializzazione.