Vivi al Meglio la Terza Età!

Progetto realizzato con il contributo della
REGIONE PIEMONTE
L.R. 09 aprile 2019, n. 17 "Promozione e valorizzazione dell'invecchiamento attivo"
D.G.R. 25-8413 dell'8 aprile 2024

Comune di Rondissone | Comune di Torrazza Piemonte | Comune di Verolengo

I Comuni di Torrazza Piemonte, Verolengo e Rondissone, in collaborazione con CampusLab, presentano il "Piano di Invecchiamento Attivo", progetto finanziato dalla Regione Piemonte (DGR 25-8413 - 8.4.24)

Mente e Corpo in Armonia

Corsi di Ginnastica dolce, yoga e rilassamento per ritrovare energia e benessere psicofisico. Attività studiate per mantenere la mobilità e ridurre lo stress quotidiano.

Mangiare Bene per Vivere Meglio

Corsi di Alimentazione sana e cucina piemontese tradizionale con chef e nutrizionisti esperti. Scopri i segreti di una dieta equilibrata e gustosa.

La Casa Sicura

Corsi di Prevenzione cadute e incidenti domestici con esperti e terapisti qualificati. Consigli pratici per rendere la tua abitazione più sicura e confortevole.

Vivere Green

Corsi di Risparmio energetico, riduzione rifiuti e bollette più leggere. Impara a vivere in modo sostenibile risparmiando e rispettando l'ambiente.

👉 Tutti i corsi sono GRATUITI! 👉

📞 Iscriviti contattando la Segreteria del tuo Comune o l'Associazione Vita Tre locale

Torrazza Piemonte

Tel: 011 9181001 / 9181010
Ass.Vita Tre: 011 9180352

Rondissone

Tel: 011 9183601 (int 2 / 3)
Ass.Vita Tre: info in ufficio

Verolengo

Segreteria: 011 9149102
Ass.Vita Tre: 011 9149734