



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**
Azienda Unità Sanitaria Locale della Romagna



Con il patrocinio di



COMUNE DI GATTEO

ATTIVITÀ FISICA E ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE

la ricetta per un invecchiamento attivo



Alimentazione

Oratorio di San Rocco Via S.Rocco 2 Gatteo
Ore 14:30 – 16:30

**Un'alimentazione equilibrata
contribuisce a rafforzare il corpo e a
fornire l'energia indispensabile al
buon funzionamento dell'organismo.**

Dic
04
2023



Attività Fisica

Palestra Scuola Edmondo De Amicis Viale
Roma 2 Gatteo
Ore 14:30 – 16:30

**Svolgere attività fisica con regolarità significa
fare una scelta a favore della propria salute.**

Si consiglia un abbigliamento comodo e consono
all'attività fisica (in caso di mal tempo munirsi di
ombrello o k-way).

Dic
12
2023

Saranno presenti agli incontri i Medici del “Centro Medico
Valle del Rubicone”

Per info e chiarimenti chiamare 3381046285 o scrivere alla
mail promosalute.ce@auslromagna.it