



INCONTRI PER STARE BENE A TUTTE LE ETÀ

Tre appuntamenti dedicati al benessere nella terza età

2 OTTOBRE 2026

LONGEVITÀ A TAVOLA

Consigli e buone abitudini per nutrirsi bene e vivere in salute

Dalle 15:30 alle 17:30

30 OTTOBRE 2026

**INVECCHIARE BENE: MENTE ATTIVA
E BENESSERE PSICOLOGICO**

Come mantenere la mente attiva e prendersi cura del proprio benessere

Dalle 15:30 alle 17:30

27 NOVEMBRE 2026

LE SFIDE DELLA VITA CHE CAMBIA

Comprendere meglio le proprie emozioni e trovare nuovi strumenti per attraversare i cambiamenti della vita

Dalle 15:30 alle 17:30

DOVE

Associazione Anziani La Torre
Viale Redipuglia 50
SEVESO

**PARTECIPAZIONE
GRATUITA**

PER INFORMAZIONI:
346 79 94 615 (Floriana)



COMUNE DI
SEVESO

