

PROGRAMMAZIONE 2019-2020
 Salute - Sorriso - Spaziare - Sapere ► **SERENITÀ**

MESI	1° mercoledì:	2° mercoledì:	3° mercoledì:	4° mercoledì:	5° mercoledì:
OTTOBRE	2 - Festa dei Nonni All'Oratorio	9 - Programma 2019 - 2020 Presentazione Filmato Rinfresco	16 - Cesano Maderno Palazzo Arese Borromeo Arcore Cappella Vela	23 - GAIA - nella mitologia - nella scienza (con geol. Roberto Madesani)	30 - San Lorenzo - il martirio: ieri e oggi (con diacono prof. A. Aricò)
NOVEMBRE	6 - A chi chiedere aiuto - 112, medico, continuità assistenziale.... (con Giorgio Lamperti)	13 - Il sorriso Spinta vitale della comunicazione (con psic. Gianluca Costardi)	20 - Sarnico Le ville liberty	27 - Leonardo L'essenza del sapere universale (con prof. Clementina Macetti)	/
DICEMBRE	4 - Vertigini-ictus-pressione nell'anziano (con dr. Ignazio Di Fazio)	11 - Bon - Ton nei rapporti personali (con dott.sa Anna Giannuzzo)	18 - Chiari Villa Mazzotti: i presepi Scambio auguri di Natale Santa Messa a Palosco	/	/
GENNAIO	8 - Artrosi delle mani - come si riconosce - quali terapie (con dr. Gianluigi Consonni)	15 - Pazienza Che cosa è? Serve? Si può acquisire? (con prof. F. Zeziola)	22 - La Montello Il suo sistema di recupero	29 - Pilota Il percorso per diventarlo (con Andrea Brignoli)	/
FEBBRAIO	5 - Intestino e alimentazione - Integratori - probiotici - fitoterapia (con dr. Lucio Milesi)	12 - Casa di riposo Un sereno e gaio pomeriggio	19 - La Parrocchiale di Palosco - tesori artistici - disposizione spazi (con Don Marco Marella)	26 - Tommaso Landolfi Il romanzo Cancroregina (con dott.sa Giulia Paloschi)	/
MARZO	4 - Il silenzio Come risorsa Sua importanza (con dr. Simone Franzoni)	11 - L'energia della rabbia Da dove arriva e come trasformarla in risorsa (con psic. Enrica Colombo)	18 - Lago di Garda Sirmione: ieri e Oggi	25 - Resilienza Rialzarsi dalle cadute (con dott.sa Stefania Pagani)	/
APRILE	1 - I farmaci di automedicazione (con dott.sa Alessandra Viola)	8 - Il volontariato Per-donare, donare, donarsi... (con Rinaldo Paganelli)	15 - Venaria Reale Chi vede Torino e non Venaria Vede la madre ma non la figlia	22 - Gli strumenti umani di Vittorio Sereni (con dott. Luca Volpi)	29 - Le etichette dei prodotti Impariamo a leggerle !!! (con dietista Margherita Schiavi)
MAGGIO	6 - Cataratta - glaucoma maculopatie Alcune novità (con dr. Aldo Saija)	13 - Felicità possibili Tranquillità, serenità, felicità (con C. Cassinotti)	20 - Lago Maggiore Angera e la sua rocca	27 - Vivi lieve Piccoli passi per una vita felice (con psic. Giovanna Lini Rota)	/

N.B. I NUMERI INDICANO IL GIORNO DEL MESE (ci si incontra ogni mercoledì dalle h 14,30 in poi) Ci scusiamo per eventuali variazioni di programma
 Il 1° e 3° mercoledì del mese sarà presente un'infermiera per la misurazione di pressione e diabete

**Come il non uso
arrugginisce l'aratro**

**così l'inattività fa
regredire l'intelletto**

Leonardo da Vinci

G GRUPPO

A ADULTI

I IN

A ATTIVITÀ

SERENITÀ

Programmazione anno 2019/2020
(18° anno di attività)

Per informazioni

Colombo Locati Luciana 348.7488.686
Favettini Carmen 333.9418.091

Ci incontriamo:

ogni **mercoledì** dalle 14,30 alle 17,00
presso la sede del **Centro Polifunzionale**
in piazza Castello a **Palosco**