

Cos'è Como Anni Felici?

E' un evento dedicato interamente alla terza età, organizzato con il patrocinio del Comune di Como - Assessorato ai Servizi Sociali e Assessorato alla Famiglia.

Dove si svolge?

Broletto

Mostra fotografica "Como rivede Como" a cura dell'Associazione Demos e un ricco programma di incontri

Piazza Cavour

Sotto un'unica grande tensostruttura i visitatori potranno trovare:

- Intrattenimento e informazione
- Associazioni di volontariato, culturali, assistenziali e sindacali
- Enti pubblici e privati
- Servizi e prodotti per migliorare la vita quotidiana
- Case di riposo, istituti medici e terapeutici
- Controlli gratuiti della pressione e dell'udito
- Opportunità per vivere attivamente il tempo libero
- Agenzie di viaggio e immobiliari
- Terme e centri benessere

Biblioteca Comunale

Incontro di chiusura del Venerdì Letterario



www.nuovaera.info



Como Anni Felici

17, 18, 19 aprile 2009

E' un'iniziativa di Spazio Progress
con il patrocinio del Comune di Como



ORARI

Venerdì: 10.00 – 24.00
Sabato: 10.00 – 24.00
Domenica: 10.00 – 20.00

Ingresso gratuito

INFORMAZIONI

Spazio Progress

Tel + 39 031 4860205
info@spazioprogress.com
www.spazioprogress.com

Como Anni Felici

fiera della TERZA ETÀ... E NON SOLO

*Prodotti e servizi per migliorare la qualità
della vita, ma anche idee e proposte per
una partecipazione attiva dell'anziano
alla vita sociale e culturale*

17, 18, 19 aprile 2009

COMO

P.ZA CAVOUR - BROLETTO - BIBLIOTECA COMUNALE

PROGRAMMA INCONTRI BROLETTO

VENERDÌ 17 APRILE

Ore 10.00 – 11.00 L'alimentazione nell'anziano. A cura di ASL COMO. Relatore: dott. Alfredo Vanotti – Responsabile ASL dell'U.O.S. Nutrizione Clinica e Dietetica

Ore 11.30 – 12.30 Un viaggio attraverso i suoi libri. A cura di FAMIGLIA COMASCA. Relatore: Emilio Magni – giornalista e scrittore

Ore 14.30 – 15.30 La romanità nascosta nella città di Como. A cura di UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA' "A. VOLTA". Relatore: Prof. Sergio Lazzarini

Ore 15.30 – 16.30 Benefici dell'attività fisica in qualunque età. A cura di ASL COMO. Relatore: dott. Biagio Santoro, Responsabile ASL dell'U.O.S. Servizio Medicina dello Sport e lotta al Doping

Ore 17.00 – 17.30 La sicurezza tra le mura di casa: come evitare gli infortuni domestici. A cura di ADA – Associazione per i Diritti degli Anziani. Relatore: Bruno Serra – esperto in prevenzione antinfortunistica

Ore 17.30 – 18.30 Sa diseva inscì. A cura di FAMIGLIA COMASCA. Relatore: Orazio Sala – esperto in dialetto

SABATO 18 APRILE

Ore 10.00 – 11.00 Se bevi, fallo con la testa. A cura di ASL COMO. Relatore: dott.ssa Teresa Parillo, Responsabile ASL dell'U.O.S. Alcooldipendenze

Ore 11.30 – 12.30 Qualche consiglio per vivere più sicuri e sereni. A cura della POLIZIA DI STATO

Ore 14.30 – 15.30 Il teatro Sociale di Como: 200 (e più) anni di storia giuridica. A cura di UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA' "A. VOLTA". Relatore: avv. Claudio Bocchietti

Ore 16.00 – 17.00 Perdita di udito: garantire la qualità della vita riconoscendo i sintomi e assicurando un efficace supporto psicologico. A cura di BIOSONIC. Relatore: dott.ssa Angela Bracuto – dottoressa in tecniche audioprotesiche

COMO ANNI FELICI

Ore 17.30 – 18.30 Curiosità nella vita di: Antonio Rubino – illustratore; Italo Calvino – scrittore; Carlo Dapporto – attore. A cura della BANCA DEL TEMPO LA TROTTOLA di Lomazzo. Relatore: Dott. Vincenzo Balbis

DOMENICA 19 APRILE

Ore 10.00 – 11.00 Anziano: la fragilità del corpo e della mente. A cura di COOP. VITARESIDENCE

L'intolleranza agli zuccheri: nuove strategie Relatore: Dr. Paolo Dalino Ciaramella, Endocrinologo

La sofferenza mentale: qualche riflessione Relatore: Dr. Angelo Oliva, Psichiatra e Presidente della Cooperativa Vitaresidence

Ore 11.30 – 12.30 Lavatoi e lavandaie della città di Como. A cura di FAMIGLIA COMASCA. Relatore: Dott. Lorenzo Marazzi – storico

Ore 14.00 – 14.45 I programmi Assistiti dagli Animali: applicazioni e scopi. A cura di AIUCA – Associazione Italiana Uso Cani di Assistenza. Relatori: Debra Buttram e Marcello Galimberti

Ore 15.30 – 16.30 Viaggio letterario sulle rive del lago. A cura di KETTY MAGNI – scrittrice

Ore 16.30 – 17.30 Una struttura di servizi integrati per gli anziani e il turismo organizzato a misura dei "50 & Più". A cura di 50 & PIU' Fenacom. Relatore: Dr. Bruno Gaddi

Ore 17.30 – 18.30 Comaschi a tavola. A cura di FAMIGLIA COMASCA. Relatore: Dott. Franco Soldaini – direttore Scuola Alberghiera Gianni Brera ed esperto enogastronomo

BIBLIOTECA COMUNALE - AUDITORIUM

VENERDÌ 17 APRILE

Ore 17.00 Nuovi nonni per nuovi nipoti: la gioia di un incontro. Conferenza della prof.ssa e scrittrice SILVIA VEGGETTI FINZI in chiusura dei Venerdi Letterari

PROGRAMMA EVENTI P. CAVOUR

VENERDÌ 17 APRILE

Ore 14.30 – 16.00 Tombolata. Aperta a tutti. Organizzata da Circolo Anziani di Lora, Sagnino, Camnago Volta, Circoscrizione 6, Albate

Ore 21.00 – 24.00 La danza della pioggia. Commedia brillante in tre atti di Vaico Cinelli. Spettacolo teatrale della compagnia QUELLI DEL 26 LUGLIO

SABATO 18 APRILE

Ore 10.30 – 11.30 Lezione di ginnastica dolce. A cura di PALESTRA 20 HOURS di Lurate Caccivio

Ore 14.30 – 16.30 Lascia un'impronta leggera: esperienze in gioco per condividere stili di vita e consumi consapevoli. A cura di C.R.E.A. – Centro di Riferimento per l'Educazione Ambientale – della Provincia di Como

Ore 17.00 – 18.30 L'ictus celebrale: conoscerlo per saperlo affrontare. A cura di ASSOCIAZIONE ALICE. Relatori: Dott. Simone Vidale – neurologo Osp. S. Anna, Dott. Silvio Bellocchi – neurochirurgo Osp. S. Anna, infermiere professionale e fisioterapista Osp. S. Anna

Dalle ore 20.30 Premiazione della manifestazione "IL MESTOLO D'ARGENTO". Gara culinaria dei centri anziani. Indetta dall'Assessorato ai Servizi Sociali del Comune di Como.

Esibizione di tango argentino. Del Gruppo MILONGA DE BAIRES Accademia del Tango di Seregno

Prego, vuoi ballare con me? Serata di ballo liscio e balli di gruppo aperta a tutti. A cura dell'Associazione NONSOLOBALLO di Camerlata

DOMENICA 19 APRILE

Ore 10.30 – 13.00 Karaokando in riva al lago. A cura del gruppo GIOVANI AMICI DEL NONSOLOBALLO

Ore 16.00 – 18.00 Coro alpini "MONTE COLMENACCO" Coro di 36 elementi a cura del GRUPPO ALPINI