



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia



Comune di Ventasso

MOVIMENTO CONSAPEVOLE A VENTASSO

Un percorso attraverso pratiche ed esercizi fisici che aiuteranno a metterci in movimento e prenderci cura del nostro corpo, imparando a muoverci al meglio nella quotidianità con un pizzico di creatività, immaginazione e musica.

Un percorso dove ciascuno può partecipare dal punto in cui è, senza preoccuparsi di essere in grado o meno, perchè anche se nella collettività e nella condivisione ciascuno farà un percorso unico e personale e ci prenderemo cura delle vostre individualità e delle esigenze di ciascuno.

Non si tratta di riabilitazione, che è prescritta ed eseguita dal Servizio Sanitario Nazionale, ma di ESERCIZI DI PREVENZIONE che aiutano a MANTENERE L'AUTONOMIA. Durante l'attività si faranno esercizi adatti alle possibilità motorie dei partecipanti, per la zona cervicale, la zona dorsale, la zona lombare, gli arti inferiori e gli arti superiori.

**CHIEDETE AL VOSTRO MEDICO DI FAMIGLIA E ALL'INFERMIERE DI
COMUNITA': SAPRANNO CONSIGLIARVI!**

PER INFORMAZIONI

ELISA ANCESCHI Infermiere di Comunità del Comune di Ventasso 3396826666

MARIANNA MUSETTI Assistente Sociale del Comune di Ventasso 320/7982527

TUTTI I LUNEDI'

DAL 07 OTTOBRE al 17 DICEMBRE 2024

DALLE 9.00 ALLE 10.30 presso LA SALA POLIVALENTE DI RAMISETO

Le sedute si tengono una volta alla settimana, e sono condotte da MANENTI FRANCESCO

IL TRASPORTO E' GRATUITO ED E' ORGANIZZATO DALLA COOPERATIVA DI COMUNITA'
VALLE DEI CAVALIERI

La ginnastica è organizzata in collaborazione con Azienda USL IRCCS di Reggio Emilia, Comune di Ventasso, Infermieri di comunità, Cooperativa di comunità Valle dei Cavalieri

Le sedute sono GRATUITE perché il progetto è finanziato coi fondi della Strategia Nazionale Aree Interne.

