

Incontri Gratuiti,  
Aperti alla  
cittadinanza



# INCONTRI PER STARE BENE... NON SOLO A PAROLE

## GLI APPUNTAMENTI

### 20/2 ASSAGGI DI SALUTE

La salute vien mangiando

### 13/3 LA SALUTE DEI NOSTRI BAMBINI

Il Prendesi cura dei bambini  
"con-tatto"

### 27/3 I DISTURBI DI APPRENDIMENTO

Metodi di Studio Personalizzati

### 03/4 CORPI IN MOVIMENTO

I benefici dell'esercizio fisico in  
menopausa

### 10/4 PRESCRIZIONI VERDI

La Natura che cura

## DOVE E QUANDO?



**CASA DELLA  
COMUNITA'**

via XXIV MAGGIO 63, Parma



**ORE 18.00**

## MAGGIORI INFO

Per il  
programma  
completo  
scansiona il  
seguito  
Qr-code



O visita la **sezione eventi** del  
sito **www.parmawelfare.it**

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma  
Azienda Ospedaliero - Universitaria di Parma



Comune di Parma



Con la collaborazione dell'  
**Osservatorio su e per le innovazioni sociali di Unipr**  
nell'ambito del Patto sociale per Parma



PARMA  
SOSTENIBILE



STARE BENE NON SOLO A PAROLE

# CORPI IN MOVIMENTO

I benefici dell'esercizio fisico  
in Menopausa



## NE PARLIAMO CON:

- **Albertina Idrizzi**  
Spazio Salute Donna Parma AUSL
- **Sara Conversi**  
Associazione Tuttimondi

## MODERA E INTRODUCE:

- **Francesco Necchi**  
Responsabile S.O. Servizi Sociali  
Lubiana-S.Leonardo

Vi aspettiamo per provare anche gli  
esercizi fisici guidati.  
Indossare abiti e scarpe comode!



Animazione bimbi a cura di:

**Volontari  
PUNTO DI COMUNITA'  
LUBIANA**

## DOVE E QUANDO?

**GIO 3 APRILE 2025**

**CASA DELLA  
COMUNITA'**

Via XXIV MAGGIO, 63,  
Parma

**ORE 18.00**

## MAGGIORI INFO

Per il  
programma  
completo  
scansiona il  
seguente  
**Qr-code**



O visita la **sezione eventi** del  
sito **[www.parmawelfare.it](http://www.parmawelfare.it)**

Con la collaborazione dell'Osservatorio su e per le innovazioni  
sociali di Unipr  
nell'ambito del Patto sociale per Parma



STARE BENE NON SOLO A PAROLE

# ASSAGGI DI SALUTE

Parliamo e assaggiamo  
insieme il mangiare buono e sano



## NE PARLIAMO CON:

- **Chiara Fornari**  
Coop. Soc. Ecol (Progetto Nativa)  
"Dalla Tavola all'orto"
- **Elisabetta Magnani**  
Azienda Boschi di Fornio  
Distretto Economia Solidale del parmense  
"La salute vien mangiando"

## MODERA E INTRODUCE:

- **Dottori della Medicina di Gruppo**  
Casa della Comunità B.Cocchi"  
Parma

**Buffet stagionale organizzato  
da  
MERCATIAMO**



Animazione bimbi a cura di:

**Volontari  
PUNTO DI COMUNITA'  
LUBIANA**

## DOVE E QUANDO?

**GIO 20 FEBBRAIO 2025**

**CASA DELLA  
COMUNITA'**

Via XXIV MAGGIO, 63,  
Parma

**ORE 18.00**

## MAGGIORI INFO

Per il  
programma  
completo  
scansiona il  
seguente  
Qr-code



O visita la **sezione eventi** del  
sito **www.parmawelfare.it**

STARE BENE NON SOLO A PAROLE

# I DISTURBI DI APPRENDIMENTO

I metodi di Studio Personalizzato



## NE PARLIAMO CON:

- **Gruppo Giovani Locale**  
Associazione Italiana Dislessia  
**"Mi racconto, vi racconto: testimonianze"**
- **Monica Pesce**  
Istituto Comprensivo Albertelli -Newton  
**"I disturbi di apprendimento a scuola"**
- **Associazione Italiana Dislessia**  
**"Strumenti compensativi e approccio strumenti per IPAD-PC gratuiti e a pagamento"**

## MODERA E INTRODUCE:

- **Stefano Manici**  
Docente ed Educatore

Animazione bimbi a cura di:

**Volontari  
PUNTO DI COMUNITA'  
LUBIANA**



## DOVE E QUANDO?

**GIO 27 MARZO 2025**

**CASA DELLA  
COMUNITA'**

Via XXIV MAGGIO, 63,  
Parma

**ORE 18.00**

## MAGGIORI INFO

Per il programma completo scansiona il seguente Qr-code



O visita la **sezione eventi** del sito **www.parmawelfare.it**

Con la collaborazione dell'Osservatorio su e per le innovazioni sociali di Unipr nell'ambito del Patto sociale per Parma

STARE BENE NON SOLO A PAROLE

# LA SALUTE DEI NOSTRI BAMBINI

Come Sostenerla e  
come Proteggerla



## NE PARLIAMO CON:

- Clelia Buratti e Erica Romanini  
Associazione Futura  
Virginia Caminiti  
Spazio Salute donna AUSL Parma  
Prendersi Cura dei bambini  
"con-tatto"

## MODERA E INTRODUCE:

- Francesca Bigliardi  
CSV Emilia

Vi aspettiamo con i bambini  
per provare il  
**MASSAGGIO DEL NEONATO**

Animazione bimbi a cura di:

Volontari  
PUNTO DI COMUNITA'  
LUBIANA



## DOVE E QUANDO?

**GIO 13 MARZO 2025**

**CASA DELLA  
COMUNITA'**

Via XXIV MAGGIO, 63,  
Parma

**ORE 16:30**

## MAGGIORI INFO

Per il  
programma  
completo  
scansiona il  
seguente  
Qr-code



O visita la **sezione eventi** del  
sito [www.parmawelfare.it](http://www.parmawelfare.it)

STARE BENE NON SOLO A PAROLE

# PRESCRIZIONI VERDI

La Natura che cura



## NE PARLIAMO CON:

- **Miriam Carluccio**  
MMG e Presidente Medici per l'Ambiente ISDE Parma  
**Esperienza Guidata nel verde**
- **Donatella Bontempi**  
Associazione Parma Sostenibile Parma  
**Una Foresta per la comunità**
- **Cinzia Covati**  
Associazione CFU -ITALIA ODV  
**Benefici per la fibromialgia**

## DOVE E QUANDO?

**GIO 10 ARILE 2025**

**PICASSO FOOD FOREST**

Entrata all'angolo  
tra via Marconi e via  
Picasso

**ORE 18:00**

## MAGGIORI INFO

Per il  
programma  
completo  
scansiona il  
seguente  
Qr-code



O visita la **sezione eventi** del  
sito **www.parmawelfare.it**

**Vi aspettiamo per una  
passeggiata insieme.  
Indossare abiti e scarpe  
comode!**