

STARE BENE? È QUESTIONE DI STILE!!! PROMUOVERE E PREVENIRE MEDIANTE UN COINVOLGIMENTO CONSAPEVOLE

IL PROGETTO, PROMOSSO DALL'ASSOCIAZIONE AMA AMARCORD ONLUS DI SAN PIETRO IN CASALE IN COLLABORAZIONE CON IL CENTRO STUDI RIATTIVAMENTE ED IL LIONS CLUB DI SAN PIETRO IN CASALE, NASCE DALL'IDEA EVIDENZIATA DALLA RICERCA SCIENTIFICA, CHE UN "BUON INVECCHIAMENTO" SIA FAVORITO DA FATTORI QUALI LA SALUTE FISICA, LA SODDISFAZIONE PER LA QUALITÀ DI VITA E LA PERCEZIONE DEL PROPRIO STATO GENERALE DI BENESSERE. È IMPORTANTE, QUINDI, ESSERE INFORMATI E AVERE CONOSCENZE RELATIVE ALLA PROPRIA SALUTE PSICO-FISICA, MA ANCHE ESSERE MOTIVATI AD INTRAPRENDERE E MANTENERE NEL TEMPO LE AZIONI NECESSARIE PER IL PROPRIO BENESSERE.

SEGUICI IN QUESTO
PERCORSO DI
SALUTE...

Partners del progetto:



Parrocchia dei Ss. Pietro e Paolo
di San Pietro in Casale (Bo)



Dipartimento di
Psicologia



Cooperativa sociale



Comitato Commercianti



Associazione ONLUS



40019 SAN PIETRO IN CASALE (Bo)
Piazza Giovanni, 2001 n. 6
Telefono n. 051 - 81.80.56



2001-2011
ASSOCIAZIONE
LIBERAMENTE
ANNIVERSARIO



Giovani nel Tempo



CONFCOMMERCIO
IMPRESE PER L'ITALIA
ASCOM PROVINCIA DI BOLOGNA



FUTURA



FIDAS advs



ARCOBALENO
Cooperativa Sociale



ANCeSCAO



UISP
sportpertutti



ArtISTI GANDO
Associazione culturale



PRO LOCO
San Pietro in Casale



pianodizona
per la salute e
il benessere sociale
pianodizona.org



CUP e-care
2000



CTSS Conferenza territoriale sociale e sanitaria di Bologna

Con il patrocinio di:



San Pietro in Casale

Progetto vincitore del "concorso di idee 2014"
e finanziato con contributo di quest'ultimo e con
il 5 x mille dell'associazione Ama Amarcord Onlus



Stare bene? È questione di stile!!!

Seguici in questo percorso
di prevenzione e promozione del benessere



DOMENICA
7 SETTEMBRE 2014

A San Pietro in Casale star bene... in piazza!

**DOMENICA 7 SETTEMBRE
DALLE ORE 9.00 IN POI
nel centro e dintorni**

"Passeggiate, ginnastica per il corpo e per la mente, colazioni, pranzo, sport, iniziative culturali e molto altro, tutto insieme per regalarci una domenica di benessere!"

L'iniziativa realizzata dall'associazione Ama Amarcord Onlus in collaborazione con le associazioni locali e i commercianti del paese è stata pensata per godere insieme di una allegra giornata interamente dedicata al benessere. Passeggiando per il centro cittadino si potrà infatti partecipare a molteplici attività o assistere a esibizioni e intrattenimenti.

IL PERCORSO DEL BENESSERE

Lasciamoci coinvolgere in un'attività che ci permetterà di allenare il corpo e la mente in maniera piacevole e divertente. Il percorso avrà una durata di circa un'ora e verrà proposto in 3 diversi orari nell'arco della mattinata: alle 9.30, alle 10.15 e alle 11.00 per dare la possibilità a più persone di partecipare.

Per informazioni e prenotazioni:
Maria Leggieri 3332225965
ama.amarcord@libero.it
www.amaamarcordsanpietro.it
Segui il "Centro Studi Riattivamente"
anche su Facebook

INIZIATIVE GASTRONOMICHE

- Le **colazioni del benessere**: dalle 9.00 alle 11.00 potremo iniziare la giornata in modo sano e gustoso e ricevere informazioni su quale tipologia di colazione si adatta di più alle nostre esigenze. La colazione a buffet al costo di 5 euro, verrà servita nei bar del centro storico che esibiscono il cartello.

- Il **Pranzo sotto i portici**: alle ore 12.30 tutti a tavola in piazza Martiri della Liberazione. Il pranzo sarà caratterizzato dall'attenzione non solo al gusto ma anche alla salute, verrà quindi proposto un menù completo, studiato dal diabetologo Dott. Elia Ghisoli e preparato in collaborazione con l'associazione di Orizzonti di Pianura. Costo: € 15,00 a persona, **prenotazione obbligatoria** entro giovedì 4 settembre.

ALTRE ATTIVITA' PROPOSTE

- L'associazione Liberamente ci aspetta nel suo stand dedicato al Benessere Olistico. Gli operatori presenti soddisferanno le nostre curiosità sui Trattamenti Energetici e sarà possibile provare un trattamento personale di "Benessere".

- L'associazione Artistigando ci accompagnerà con la creatività degli amici e artisti che ne fanno parte. Una partecipazione ricca di fantasia e di novità, un contributo alla buona riuscita dell'iniziativa all'insegna della piacevolezza, del divertimento e della cultura.

- L'associazione UISP ci farà provare la Welldance UISP, una nuova attività aerobica di benessere e divertimento a ritmo di danza, perfetta per chi ama muoversi a tempo di musica.

NELLA STESSA GIORNATA AEMILBANCA PROPONE

**"DOMENICA DELL'ARTE IN PIANURA" CON I
SEGUENTI APPUNTAMENTI CULTURALI**

- **Passeggiata nel centro cittadino**: alle ore 10 e alle ore 11.30 partiranno dal Palazzo Comunale le visite guidate dalla dott.ssa Cristina Stellato, durata prevista è di circa un'ora, le tappe sono: Villa Comunale e Sala Consiliare, Parco culturale urbano, compreso Museo Casa Frabboni, Piazza Luigi Calori, Piazza Martiri della Liberazione, Chiesa Ss. Pietro e Paolo, Oratorio della Visitazione.

- **Percorso guidato in bicicletta**: appuntamento alle ore 14.45 davanti alla Chiesa Ss. Pietro e Paolo, partenza ore 15.00, rientro ore 18. Cristina Stellato e Giorgia Govoni ci condurranno nelle frazioni di Gavaseto e Maccaretolo alla scoperta di tre chiese che raccolgono un ricco patrimonio di opere d'arte. Per coloro che non hanno la bicicletta sarà messo a disposizione un servizio di noleggio. **Prenotazione obbligatoria** a partire da lunedì 25 agosto 2014 al numero 051 273861.

- **Casa Frabboni**, Via Matteotti 137. Mostra "Odisseo" di Aldo Galgano Apertura dalle ore 10.00 alle ore 12.00 e dalle ore 15.00 alle ore 19.00. Ingresso libero.

L'ASD VENI BASKET PROPONE: in piazza 3 contro 3!

Dalle ore 16.00 alle ore 23.00 in Piazza Martiri della Liberazione Trofeo Gallerani: riservato a giocatori o ex giocatori della Veni Basket e a residenti a San Pietro in Casale (bambini, ragazzi e adulti), a cura della ASD Veni Basket.