Udruga civilnih invalida – inkluzija Pula

IL PROGRAMMA “ANNI D'ORO NELLA COMUNITÀ – SVILUPPO DI UNA RETE DI SERVIZI NON ISTITUZIONALI PER ANZIANI” DAL 2026 AL 2029

Attività per anziani – Città di Dignano

Vi invitiamo a partecipare ad attività gratuite che favoriscono il movimento, la creatività, la consapevolezza della salute e la socializzazione all'interno della comunità.

🧘 ESERCIZI FISICI DI GRUPPO

Ogni giovedì | 09:00 – 10:00, **Casa del giovane di Dignano, Via dell’Istria 1, Dignano**

📅 Sessioni di Novembre : 5, 12, 19 e 26 novembre 2026.

👩‍⚕️ Esercizi guidati dalla fisioterapista Elena Travičić.

L'esercizio regolare aiuta a mantenere mobilità, forza e vitalità, contribuendo a un maggiore benessere e a una migliore qualità della vita.

💙 CURA DELLA SALUTE

📅 Sessioni di Novembre: 25 novembre 2026 ore 10:00 – 11:00 **Centro diurno per anziani "Angelo Cecon", Via Merceria 43, a Dignano.**

🩺 Misurazione della pressione arteriosa, 🩸 Misurazione della glicemia, 🤍 Misurazione della saturazione di ossigeno nel sangue (SpO)

Misurazioni effettuate dall'infermiera.

🎨 LABORATORIO CREATIVO PER LA REALIZZAZIONE DI DECORAZIONI NATALIZI E BIGIOTTERIA

📅 Sessioni di Novembre ultimo lunedì del mese | 16:00 – 18:00, **Centro diurno per anziani "Angelo Cecon", Via Merceria 43, a Dignano.**

📅 Laboratorio: 30 novembre 2026

Venite a stimolare la vostra creatività, a imparare qualcosa di nuovo e a trascorrere piacevoli momenti in compagnia!

🌸 MOVIMENTO • SALUTE • CREATIVITÀ • SOCIALIZZAZIONE 🌸

Le attività si svolgeranno dal 2026 al 2029 nell'ambito del programma triennale.

Il programma è finanziato dal Ministero del Lavoro, del Sistema Pensionistico, della Famiglia e delle Politiche Sociali.

Partner del programma: Città di Vodnjan-Dignano

💙 Unitevi a noi: attivi, sani e insieme durante gli anni d'oro!

UDRUGA RODITELJA OSOBA S KOMBINIRANIM SMETNJAMA U PSIHO-FIZIČKOM RAZVOJU ISTARSKE ŽUPANIJE – PULA
Pula, Gajeva 3, 52 100 Pula

Grad Vodnjan Città di Dignano

Centar za rehabilitaciju Pula

Medicinska škola Pula

OPĆINA MARČANA

Pučko otvoreno učilište Pula
Centar za mlade Pula