 ***Tu -* TERZA UNIVERSITÀ - 2024/25**

Provincia - **SECONDA FASE**

**PREMOLO**

**Iscrizioni e informazioni:** Ufficio Segreteria del Comune, tel. 035.701074, dal 16 settembre 2024 fino a 7 giorni dalla data d'inizio di ciascun corso

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Modulo n° | **147** |  | *ALLA SALUTE!* |

|  |  |
| --- | --- |
| **Docente** | **Severina Allevi** |
| **Giorno** | Giovedì |
| **Orario** | 15.00-17.15 |
| **Periodo** | Dal 30 gennaio al 27 febbraio 2025 (5 incontri - € 20,00) |
| **Sede** | casa dei Premolesi, via Ranica 105, Premolo |
| **Argomento** | SCIENZE |
| **Presentazione** | *Salute non vuol dire solo “assenza di malattia” ma miglioramento della qualità della vita e del benessere percepito. Ciò implica l’acquisizione di due gradi di cultura: prevenzione (stile di vita, alimentazione e vaccinazioni) e mantenimento della salute (cura delle patologie e potenziamento della memoria, dell’affettività, della socializzazione).* |

**Calendario**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | 30.01.2025 | Stile di vita |
| **2** | 06.02.2025 | Alimentazione equilibrata |
| **3** | 13.02.2025 | Vaccinazioni |
| **4** | 20.02.2025 | Cura della Ipertensione, del Colesterolo, del Diabete |
| **5** | 27.02.2025 | Potenziamento della memoria, dell’affettività, della socializzazione |