



Pognano

Oratorio S. Giovanni Bosco - Via Roma n° 13
Spazio "Pomeriggi per Anziani e Pensionati"
Venerdì 3 Ottobre 2025 Orario 14.30-17.00

La Casa di Comunità di Treviglio ti invita a
**UN TÈ CON GLI AMICI: MOMENTI DI RELAX E
CONVERSAZIONE PER IL BENESSERE**

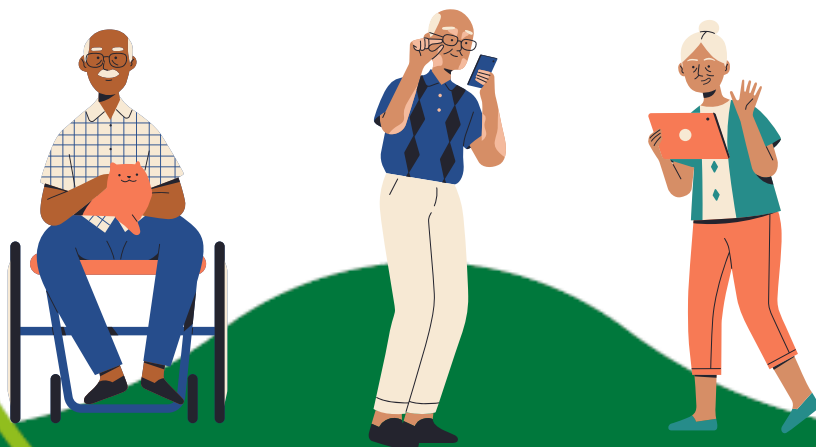
Salute e Prevenzione con l'Infermiere

"Vivere bene ogni giorno: prevenzione e gestione delle patologie croniche"



PROGRAMMA

- Educazione alla corretta assunzione dei farmaci
- Monitoraggio della pressione arteriosa, glicemia e altri parametri vitali
- Prevenzione delle cadute e gestione delle emergenze domestiche
- Vaccinazioni consigliate per la terza età
- Spazio per domande e simulazioni pratiche





Pognano

Oratorio S. Giovanni Bosco - Via Roma n° 13
Spazio "Pomeriggi per Anziani e Pensionati"
Venerdì 14 Novembre 2025 Orario 14.30-17.00

La Casa di Comunità di Treviglio ti invita a
**UN TÈ CON GLI AMICI: MOMENTI DI RELAX E
CONVERSAZIONE PER IL BENESSERE**

Alimentazione e Benessere con il Dietista

*"Mangiare bene per vivere meglio:
alimentazione nella terza età"*



PROGRAMMA

- Nutrienti essenziali per gli anziani: proteine, calcio, fibre, vitamine
- Come leggere le etichette alimentari
- Gestione di patologie comuni (diabete, ipertensione, colesterolo)
- Idee per pasti semplici, sani e gustosi
- Mini laboratorio con esempi di menù settimanali

