

Giovani Adulti, Adulti, Giovani Anziani, Anziani e oltre...

Consigli, informazioni,
notizie scientifiche
per vivere meglio



Fondazione Istituto E. Trogia ETS



LCI

Il Club Branch Lion Cirié Cerretum e la Fondazione E. Trogia E.T.S. propongono 5 incontri per vivere con più consapevolezza il passare dell'età, dal punto di vista fisico ed emotivo, per donne e uomini.

Tutti gli incontri si svolgeranno presso l'Istituto Trogia di via Cibrario 16 a Cirié,

24 ottobre 2026 - dalle 10 alle 11.30

**Prevenzione e diagnosi dei tumori urologici:
arrivare in tempo significa molto spesso guarire.**

Dott. Daniele Griffa - Urologo

21 novembre 2026 - dalle 10 alle 11.30

Campanelli d'allarme per i disturbi cognitivi.

Dott. Piero Secreto Geriatra;

Dott. Manuela Coppellino - Neuropsicologa

27 febbraio 2027 - dalle 10 alle 11.30

Ginnastica sulla sedia.

Attività fisica accessibile e mirata per migliorare mobilità, postura e benessere, studiata per chi ha difficoltà a svolgere esercizi tradizionali.

Dott. Luciano Gemello - P.T.

20 marzo 2027 - dalle 10 alle 11.30

Caregiver.

Informazioni e supporto per chi assiste persone anziane e/o con problemi cognitivi, con indicazione su gestione dello stress, risorse disponibili e strategie di aiuto.

Dott. Piero Secreto - Geriatra

Dott. Monica Zecchin - Coordinatrice

10 aprile 2027 - dalle 10 alle 11.30

La terza età.

Approfondimento sul benessere psicologico andando verso la terza età, gestione delle emozioni, adattamento al cambiamento e strategie per mantenere una mente serena ed attiva.

Dott. Maria Carla Micono - Psicopedagogista.

Con il patrocinio di



Città di Cirié