

Metti alla prova il tuo equilibrio!

Valuta il tuo rischio caduta per restare in forma!

Un team di esperti è a tua disposizione per valutare il rischio caduta e darti preziosi consigli su come restare attivo o riacquistare sicurezza.

Evento rivolto a tutta la popolazione over 60 in grado di camminare in modo autonomo o con un mezzo ausiliario.

Lugano

Venerdì 13 marzo 2026 dalle 13.30 alle 16.30

Salone OCST – via Balestra 19

Programma

13.30-14.30 Test per valutare il rischio caduta

15.30-16.30 Conferenza: Camminare sicuri
Relatrice: Manuela Leonardi

Al termine, merenda salutare

Iscrizioni entro il 4 marzo:

paola.viri@generazionepiu.ch, Tel. 091 910 20 21



In collaborazione con l'Ufficio del medico cantonale nell'ambito del Programma d'azione cantonale «Promozione della salute» 2025-2028, con il sostegno di Promozione Salute Svizzera



Dipartimento della sanità
e della socialità



Con il sostegno di



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

camminaresicuri.ch