

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.

Caslano

Venerdì 13 novembre 2026 dalle 13.00 alle 16.00

Centro diurno di Caslano

Programma

- | | |
|-------------|---|
| 10.30 | Senior Park, nordic Walking |
| 12.00 | Pranzo
Costo: CHF 12.- |
| 13.00-14.00 | Test per la valutazione dell'equilibrio |
| 15.00-16.00 | Conferenza: Camminare sicuri
Relatrice: Manuela Leonardi |

Iscrizioni entro il 9 novembre:

parisi@caslano.ch T
el. 091 606 15 16



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

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME

Con il sostegno di



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

camminaresicuri.ch