

Dove si svolge

In Piazza Cavour

sotto un'unica grande tensostruttura ad ingresso gratuito i visitatori potranno trovare:

- Un ricco programma di intrattenimento ed informazione
- Servizi
- Attività di prevenzione: controlli gratuiti della pressione, della glicemia e dell'udito
- Area ristoro

E tanti stand espositivi con:

- Associazioni di volontariato, culturali, assistenziali
- Enti pubblici e privati
- Servizi finanziari
- Servizi e prodotti per migliorare la vita quotidiana
- Case di riposo, istituti medici e terapeutici
- Terme, palestre e centri benessere
- Agenzie di viaggio
- Opportunità per vivere attivamente il tempo libero

In Biblioteca Comunale

Proiezione di film con dibattito ad ingresso gratuito

Como Anni Felici

E' un'iniziativa di Spazio Progress con la partecipazione e il patrocinio del Comune di Como



Sponsor Area Incontri



COMO ANNI FELICI

fiera della terza età... e non solo

INGRESSO GRATUITO

PRODOTTI SERVIZI IDEE E PROPOSTE
PER MIGLIORARE LA QUALITÀ
DELLA VITA DELL'ANZIANO

ORARI

venerdì 10.00 - 24.00
sabato 10.00 - 24.00
domenica 10.00 - 20.00

INFORMAZIONI

Spazio Progress
tel. +39 031 4860205
info@spazioprogress.com
www.spazioprogress.com

Cos'è Como Anni Felici?

E' una fiera dedicata interamente alla terza età... e non solo, organizzata da Spazio Progress con la partecipazione ed il patrocinio del Comune di Como - Assessorato ai Servizi Sociali



GRAFICA COMUNE DI COMO

19 20 21
marzo 2010
PIAZZA CAVOUR

PROGRAMMA

BIBLIOTECA COMUNALE

Proiezioni di film con dibattito – ingresso gratuito

MARTEDÌ 16 MARZO

Ore 16.30

HAROLD E MAUDE – regia di Hal Ashby – America 1971

Introduzione e dibattito a cura di Fabrizio Fogliato – critico cinematografico e insegnante di cinema c/o Scuola Ripamonti

Giovedì 18 MARZO

Ore 16.30

MONSIEUR IBRAHIM E I FIORI DEL CORANO

regia Francois Duyperon – Francia 2003

Introduzione e dibattito a cura di Alberto Cano – critico e curatore di rassegne cinematografiche (Il Lunedì del Cinema)

PIAZZA CAVOUR

VENERDÌ 19 MARZO

AREA PALCO

10.00

INAUGURAZIONE

Alla presenza delle autorità del nostro territorio

15.00 – 17.30

Torneo di scala 40

Organizzato da:

- Circolo Circostrazione 6
- Gruppo Seniores

20.00 – 21.00

Esibizione di ballo

a cura di scuola di danza ARTHUR MURRAY

21.00 – 24.00

Serata danzante aperta a tutti con ballo liscio e balli di gruppo

con l'orchestra TONY LIGORIO

AREA INCONTRI

11.30 – 12.30

Terme oggi: cura e prevenzione

a cura di TERME DI TRESORE

relatore: Dott. Giuseppe Arcuri, Medico Specialista

14.30 – 15.30

Un progetto per la predizione e prevenzione del morbo di ALZHEIMER

a cura di ANAP ANCOS Confartigianato Persone Como

15.30 – 16.30

Viaggio attraverso la Como che cambia... ma cambia?

a cura di FAMIGLIA COMASCA

relatore: Adriano Giudici

16.30 – 17.30

L'ictus cerebrale: conoscerlo per saperlo affrontare

a cura di ALICE COMO

Relatore: Dott. Simone Vidale – neurologo ospedale S. Anna

17.30 – 19.00

Attività motoria e prevenzione delle malattie cardiovascolari

a cura di COMOCUORE

relatore: dott. Giovanni Russo – Cardiologo Osp. S. Anna

Fitness metabolico ed evergreen

a cura di KEEP FIT CLUB

relatore: Charlie Bernasconi istruttore Federale

Golf, tennis, vela, bici e running: passioni da coltivare e continuare

a cura di KEEP FIT CLUB

relatore: Dott. Roberto Pusinelli laureato in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattative

AUDITORIUM COLLEGIO GALLIO DI COMO

21.00

Concerto di Pasqua 2010

Ingresso da Via Barelli parallela a Viale Innocenzo XI

Promosso dall'ANAP Associazione pensionati di Confartigianato Imprese Como

La quarta edizione del concerto di Pasqua con la prestigiosa Banda Baradello di Como

Ingresso libero

SABATO 20 MARZO

AREA PALCO

10.30 – 11.00

Lezione pilates base

Organizzato da KEEP FIT CLUB

11.00 – 11.30

Lezione di ginnastica per addominali

Organizzato da KEEP FIT CLUB

14.30 – 16.00

Tombolata

Organizzata da:

- Circolo anziani Camnago Volta
- Circolo anziani Sagnino
- Circolo anziani Albate

16.30 – 18.00

Il Musicchiere

Organizzato da:

- Associazione Gruppo Attivo di Camerlata

21.00 – 23.00

Spettacolo teatrale

Commedia brillante dialettale

“Cerchi vün ‘mè mi anca üsaa”

Filodrammatica Teatro Nuovo di Rebbio

AREA INCONTRI

10.00 – 12.00

Dimostrazione di decoupage e di composizione floreale

a cura di UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA' "A. VOLTA"

insegnanti: Gabriella Beccattini e Eleonora D'Este

14.30 – 15.30

Incontro con il nostro dialetto

a cura di FAMIGLIA COMASCA

relatori: Graziella Molinari e Orazio Sala

15.30 – 17.00

AUSER a Como: “Filo d'Argento” - Università Popolare - Gaudeamus - Abitare Insieme

a cura di AUSER COMO

Relatori: Gianfranco Garganigo (Presidente Prov.le), Maria Ambrosoli (Presidente U.P.), Rino Campioni (V. Presidente Reg.le)

17.00 – 17.30

Presentazione assicurazione gratuita over 70 “COMO CITTA' SICURA”

a cura di ASSESSORATO SICUREZZA - COMUNE DI COMO

relatore: Assessore Francesco Scopelliti

AREA RISTORO

19.30 – 20.30

Polentata

Il ricavato andrà a favore di Croce Azzurra

DOMENICA 21 MARZO

AREA PALCO

10.30 – 11.00

Ginnastica ballando

Organizzato da KEEP FIT CLUB

11.00 – 11.30

Stretching

Organizzato da KEEP FIT CLUB

15.30 – 17.00

ballo e musica dal vivo

17.00 – 18.30

Esibizione di tango argentino, milonga, vals, balli caraibici e altri balli

a cura della scuola di danza INNO LATIN SWING di Parè

AREA INCONTRI

10.30 – 11.30

Novità in tema di prevenzione e cura dell'infarto

a cura di COMOCUORE

relatore: Giovanni Ferrari, presidente Comocuore

11.30 – 12.30

C'è più sicurezza insieme

a cura di POLIZIA DI STATO

relatore: sovr. Roberto Pistillo

14.30 – 15.30

MONDO COLF: per un lavoro di cura in regola

a cura di ACLI COLF E PATRONATO ACLI

15.30 – 16.30

L'arcobaleno della terza età: nuovi colori alle relazioni

a cura di AMPLIFON

relatore: Dott. Omar Strega, laureato in tecniche audioprotesiche

16.30 – 17.30

Le età della vita: cogliere i frutti di ogni stagione (il sistema educativo guanelliano)

a cura di OPERA DON GUANELLA

relatore: dott.ssa Silvia Bianchi – dott.ssa Daniela Mascheroni

17.30 – 18.30

Lesioni da pressione. Prevenzione e cura

a cura di PRIVATA ASSISTENZA

relatore: dott. Roberto Crovasce