

EDUCARE CAMMINIAMO INSIEME


ASAA EO ODV
Alzheimer Südtirol Alto Adige

 **Fisio**
dynamik

Non è solo attività fisica – Un'occasione per stare insieme,
confrontarsi e con affrontare professionisti le difficoltà quotidiane.

16:00

Ritrovo: Associazione ASAA
P.zza, Gries Bolzano

Una passeggiata insieme
per movimento all'aria aperta
e per socializzare

17:00

**Sessione di terapia del movimento
in palestra con professionisti:**

momento dedicato ad esercizi
mirati per postura, equilibrio,
cammino e problematiche articolari
e della schiena.



- » **Iscrizioni attraverso:**
info@asaa.it | luce@asaa.it | 800 660 561
- » L'iniziativa è pensata per persone con malattia assieme
ai propri care givers, accompagnatori, badanti e familiari.
- » **soci ASAA Alto Adige gratuito**
aperto anche agli esterni (con possibilità di tesseramento)

EDUCARE GEMEINSAM UNTERWEGS


ASAA EO ODV
Alzheimer Südtirol Alto Adige

 *Fisio*
dynamik

Nicht nur körperliche Aktivität – Gemeinsam Zeit verbringen und den Alltag besser meistern.

16:00

Treffpunkt: Verein ASAA
Grieser Platz – Bozen

Gemeinsamer Spaziergang
an der frischen Luft zur
Bewegung und zum Austausch.

17:00

Bewegungstherapie-Einheit
mit Fachpersonen im Gymnastikraum:
gezielte Übungen für Haltung,
Gleichgewicht, Gehen sowie bei
Gelenk- und Rückenproblemen.



- » **Anmeldung über:**
info@asaa.it | luce@asaa.it | 800 660 561
- » Die Initiative richtet sich an Menschen mit Erkrankung gemeinsam mit ihren Caregivers, Begleitpersonen, Betreuungspersonen und Familienangehörigen.
- » **Für ASAA-Mitglieder Südtirol kostenlos**
auch für Nichtmitglieder offen (mit Möglichkeit der Einschreibung)