



ALIMENTIAMO IL BENESSERE

*Appuntamenti dedicati
alla sana alimentazione
e al benessere nella
terza età e non solo.*

Un'iniziativa che nasce dalla volontà di coinvolgere in modo attivo gli anziani nei quartieri, rafforzando il ruolo **della prevenzione e dell'educazione alimentare** come strumenti per il benessere quotidiano.

PARTECIPA AGLI INCONTRI PER:

- Diventare più **consapevole delle tue abitudini alimentari** e trovare la motivazione per migliorare il tuo stile di vita
- Scoprire come stare meglio ogni giorno, grazie a consigli su **attività fisica, idratazione e rilassamento**



Un progetto promosso da **Aldebaran**, in collaborazione con **Felsinea Ristorazione** e con il contributo di **Cucine Popolari**, per una comunità più consapevole, sana e vicina ai suoi cittadini.



CON IL CONTRIBUTO DI:



QUANDO?

Sei appuntamenti nei quartieri di Bologna per **incontrarsi, informarsi e confrontarsi insieme!**

Il progetto prevede un ciclo di **sei incontri territoriali**, aperti alla cittadinanza, che si svolgeranno in diversi quartieri della città.

Al termine del percorso, è previsto un **evento conclusivo aperto a tutti.**



QUARTIERE BORGO PANIGALE

24/10/25
17:30 - 19:30

Centro Diurno
Tre Girasoli
Via Normandia, 2/A

QUARTIERE NAVILE

31/10/25
17:30 - 19:30

Centro Diurno **Mauro Pizzoli c/o Villa Torchi**,
Via Colombarola, 40

QUARTIERE SAN DONATO/SAN VITALE

7/11/25
17:30 - 19:30

Centro Diurno
Il Melograno,
Via Bentivogli 91

QUARTIERE BORGO RENO

14/11/25
17:30 - 19:30

Centro Diurno
I Mughetti,
Via Emilia Ponente 131

QUARTIERE SAVENA

21/11/25
17:30 - 19:30

Centro Diurno
Il Castelletto,
Via Emilia Levante, 140

QUARTIERE PORTO SARAGOZZA

28/11/25
17:30 - 19:30

Centro Diurno
Prezzolini,
Via Bovi Campeggi 7/2

APPUNTAMENTO FINALE

9 DICEMBRE 2025 - ORE 14:30

Saluti e apertura evento

(seguirà programma dettagliato)

AUDITORIUM ENZO BIAGI

Biblioteca Sala Borsa
Piazza Nettuno 3, Bologna

ORE 17:00 APERITIVO



**PER TUTTI GLI EVENTI
L'INGRESSO È LIBERO E GRATUITO**

FINO AD ESAURIMENTO POSTI

