



Argento Attivo: in vacanza con te Speciale Estate

Un video alla settimana dal 21 luglio al 21 settembre

Aspetti emotivi e psicologici nella fase di uscita dal lock down.

Dott.ssa Giusy Famiglietti, Psicoterapeuta (Asl Città di Torino/Progetto ArgentoAttivo)

Reagire in tempo di COVID, gli AnzianiAttivi si attivano.

Dott.ssa Valentina Negro, psicoterapeuta (ASL AL/AUSER - Progetto "Argento Attivo")

Stiamo freschi! Consigli alimentari per l'estate.

Dott.ssa Stefania Santoli, dietista (Dipartimento di Prevenzione - ASL AL)

Piatto in forma e come cucinarlo! In cucina con Fernanda.

Fernanda Giamello (Cuoca) con Marcella Beraudi, dietista (ASL CN2)

Borse, valigie e scatoloni: come trattare bene la nostra schiena.

Dott.ssa Arianna Artico, fisioterapista (consulente AUSER)

Mantenere un bel sorriso ad ogni età. La cura dei nostri denti.

Dott. Geri Trapani (ASL CN2)

Anche il cervello è un muscolo: alleniamo la mente!

Dott.ssa Valentina Negro, Psicoterapeuta (Asl AL-AUSER, Progetto ArgentoAttivo)

Aggiungere vita agli anni con l'attività fisica

Dott.ssa Anna Mulasso (SUISM, Università di Torino)

I link ai video saranno pubblicati sul:
[canale youtube di ARGENTOATTIVO](#)
[gruppo facebook ARGENTO ATTIVO](#)
[blog \[www.argentoattivo.com\]\(http://www.argentoattivo.com\)](http://blog.www.argentoattivo.com)