

Calendario Eventi 2021

Incontri a CASA PARKINSON

Su piattaforma zoom

La quota annuale 2021 di tesseramento all'Associazione Ravenna Parkinson costa € 10 e consente l'accesso agli incontri gratuiti mensili in programma su piattaforma zoom

16 marzo 2021 h 20.30

Riflessologia facciale Dien Chan Zone® (A. I. R. F. I. Accademia internazionale di riflessologia facciale italiana). È un metodo dolce per prendersi cura di sé. In prossimità del cervello e degli organi di senso, il viso presenta una zona riflessa di prim'ordine che dimostra risultati rapidi e spesso immediati. **Impareremo qualche semplice trattamento, come ad esempio stimolare l'intestino.** Condotto da **Roberta Eugeni**, Operatrice Olistica delle Discipline Bio-Naturali.

25 marzo 2021 h 20.30

Incontro con la Dott.ssa Katya Agop Vartanova, Fisioterapista e Fondatrice del Centro SANO Medical Fitness di Faenza. Katya ci illustrerà terapie, percorsi e servizi idonei a soddisfare: **Fisioterapia; AMA- Attività Motoria Adattata; AFA- Attività Fisica Adattata; EFA – Esercizio Fisico Adattato; Servizi a Domicilio; Corsi collettivi.** Attualmente stiamo collaborando con successo in un **lavoro di gruppo di Attività motoria e Terapia occupazionale**, un **progetto riabilitativo** studiato per i nostri **associati Parkinsoniani**. Questo centro è specializzato anche in percorsi studiati per **altre patologie quali Ictus e Alzheimer.**

Seconda parte della serata: la Dott.ssa Donatella Dolcini dell'A.s.d. Nordic Walking Ravenna, ci parlerà di questa splendida disciplina sportiva: il Nordic Walking.

30 Marzo 2021 h 20.30

Gioco Parkinson a cura di Christian Rivalta. Una serata di giochi da tavolo con gli Educatori Ludici! I giochi da tavolo sono un divertente **passatempo**, un valido **mezzo di intrattenimento** per combattere la noia. Hanno un alto valore di **aggregazione**, nonostante la distanza, i giochi portano a un confronto faccia a faccia che genera dialogo e **conoscenza reciproca**. Anche in un periodo in cui ancora non si riuscirà a sedersi attorno ad un tavolo vi proponiamo una stimolante novità: Vi aspettiamo per condividere le nostre scatole per una divertente serata. **Per una migliore organizzazione, PRENOTA IL TUO POSTO**, faremo dei gruppi di **15 persone**, un collegamento a gruppo/serata.

Entro il 31 marzo 2021

Sono disponibili le nostre Uova di Pasqua Solidali, da 500gr, al latte o fondente, con sorpresa. SENZA glutine. Una miscela perfetta di dolcezza, bontà, gioia, racchiusa in due meravigliosi gesti: **un dono e una donazione.**





il tuo supermercato
bio a Ravenna e Forlì



Calendario Eventi 2021

Incontri a CASA PARKINSON

Su piattaforma zoom

La quota annuale 2021 di tesseramento all'Associazione Ravenna Parkinson costa € 10 e consente l'accesso agli incontri gratuiti mensili in programma su piattaforma zoom

Tombola di Pasqua

In collaborazione con il Centro SANO di Faenza

Data e programma a breve disponibile

Campagna Fiscale 5x1000

Aiuta a sostenere il nostro futuro e i nostri progetti

06 Aprile 2021 h 18.00

Corso di Cucina Aproteica con Candi Chef. La nostra Chef ci insegnerà qualche ricetta di cucina aproteica, vegetariana/vegana, piatti semplici, veloci e soprattutto squisiti!

Inoltre, **potrai partecipare al nostro Concorso, vincendo un bonus spesa di € 200,00 offerto dal nostro sponsor NATURASI!** Mandaci la tua ricetta preferita di un **piatto aproteico**, insieme a una foto **ENTRO IL 31/03/2021** e la giuria premierà il vincitore! **Al termine della serata, sarà reso ufficiale il nome del vincitore. Oltre a divertirci insieme, è un modo di prenderci cura di noi e dei nostri cari, con una alimentazione più sana.**

22 Aprile 2021 – h 20.30

Cannabis Medica. Programma in fase di elaborazione.

04 Maggio 2021 – h 20.30

Fermentazione e verdure fermentate. L'intestino ha una importanza fondamentale per la nostra salute generale. Allena due terzi del **nostro sistema immunitario**. Nell'apparato digerente si trova il nostro **"secondo cervello"**. **Prenderci cura del nostro intestino significa prenderci cura del nostro benessere emotivo.** Seguire una **alimentazione ricca di Probiotici** può essere un valido aiuto per sentirci più energici e felici. **L'alimentazione è un fattore determinante per la salute del microbiota intestinale**, così come l'uso di alcuni farmaci e stress. **Impareremo insieme come fare le verdure fermentate.** Condotta da **Roberta Eugeni**, Operatrice Olistica delle Discipline Bio-Naturali.



Calendario Eventi 2021

Incontri a CASA PARKINSON

Su piattaforma zoom

La quota annuale 2021 di tesseramento all'Associazione Ravenna Parkinson costa € 10 e consente l'accesso agli incontri gratuiti mensili in programma su piattaforma zoom

18 Maggio 2021 – h 20.30

Cosmetici Naturali. Una autoproduzione consapevole, sicura con ingredienti naturali, per lo più economici è il modo migliore per aiutare noi stessi, gli altri e il pianeta. Un modo nuovo e divertente di prendersi cura di noi. **Le ricette sono semplici. Impareremo ad autoprodurci olii, Creme e unguenti per corpo/viso.** Condotto da **Roberta Eugeni**, Operatrice Olistica delle Discipline Bio-Naturali.

