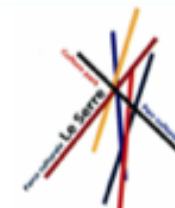




CITTÀ
DI GRUGLIASCO
Città Metropolitana di Torino



A.S.L. TO3
Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e Pinerolo



UISP
sportpertutti
Comitato di Vallesusa

centro
per le
famiglie

CONSORZIO OVEST SOLIDALE



GRUGLIASCO
PARTECIPA



eventi Zerosei

I PRIMI MILLE GIORNI DI VITA MAMME IN CAMMINO

**GRUPPO DI CAMMINO PER DONNE IN GRAVIDANZA
E MAMME CON BIMBI IN PASSEGGINO O IN FASCIA**



CAMMINARE INSIEME SERVE PERCHÉ

**MIGLIORA
IL BENESSERE**

Riduce lo stress e l'ansia
Riduce la tendenza
alla depressione
Aumenta l'autostima
Migliora la qualità del sonno
Non presenta rischi per la salute

**INFLUENZA
IL PESO CORPOREO**

Riduce l'incidenza dell'obesità
Migliora il controllo del peso
aumentando il consumo
energetico

OFFRE NUOVE OPPORTUNITÀ

Aiuta a nuove conoscenze
Spazio di tenerezza
tra genitori e figli
È un'attività naturale
ed economica
Non richiede particolari abilità
Aiuta a trasmettere uno stile di vita
sano e dinamico fin dall'infanzia

AMBIENTE

Favorisce il contatto con la
natura e la conoscenza del
territorio

GRUPPO DI MAMME IN CAMMINO: NUOVA EDIZIONE

PUNTO DI RITROVO:

**Città della Conciliazione
Via Fratel Prospero, 41
Grugliasco**

Martedì mattina, 10

CON LA COLLABORAZIONE DI
CENTRO DELLE FAMIGLIE CONSORZIO OVEST SOLIDALE
ASL TO3
ASSOCIAZIONE UISP VALLESUSA

PER ISCRIZIONI

COMUNE DI GRUGLIASCO:
informazioni e domanda scaricabile
sul SITO all'AREA TEMATICA: SERVIZI ALLA PERSONA

LA DOMANDA VA INOLTATA ALLA MAIL
sportello.citta@comune.grugliasco.to.it

PER INFORMAZIONI

SERVIZIO PARTECIPAZIONE E VOLONTARIATO
TEL. 0114013310
MAIL sicur.sociale@comune.grugliasco.to.it

CENTRO PER LE FAMIGLIE
TEL. 011.9501470

MAIL centrofamiglie@ovestsolidale.to.it