

novembre-dicembre 2025

(giornalino stampato in proprio presso la sede dell'associazione)

News n. 30

redazione: Marco Delmonego, Johann Nussbaumer, Giorgio Ballarin, Mauro Fratucello

Vi ricordiamo che riprende presso la ns sede il servizio, gratuito, di misurazione della pressione arteriosa e con il seguente calendario:

ANNO 2025/2026

| | | |
|---------|-------------------------|------------------------|
| Martedì | 11 novembre 2025 | Dalle 10.00 alle 12.00 |
| Martedì | 09 dicembre 2025 | Dalle 10.00 alle 12.00 |
| Martedì | 13 gennaio 2026 | Dalle 10.00 alle 12.00 |
| Martedì | 03 febbraio 2026 | Dalle 10.00 alle 12.00 |
| Martedì | da concordare | Dalle 10.00 alle 12.00 |
| Martedì | da concordare | Dalle 10.00 alle 12.00 |
| Martedì | da concordare | Dalle 10.00 alle 12.00 |
| Martedì | da concordare | Dalle 10.00 alle 12.00 |
| Martedì | da concordare | Dalle 10.00 alle 12.00 |



L'ipertensione non dà sintomi fino a quando non compaiono complicanze cardiovascolari. E' purtroppo dimostrato che rappresenta una delle principali cause di rischio per infarto del miocardio, scompenso cardiaco, ictus cerebrale e malattie renali. Poiché le malattie ischemiche sono la prima causa di morte al mondo è importantissimo controllare i livelli di pressione sistolica con una certa regolarità.

Vi ricordiamo che sono sempre attive le seguenti iniziative (e molte altre ancora):

> CONSULENZA INDIVIDUALE O IN PICCOLI GRUPPI PER UN USO CORETTO DEL PROPRIO SMARTPHONE (CELLULARE) E DEL PC (PERSONAL COMPUTER).
ogni mercoledì mattina presso la sede dell'ADA dalle ore 09.30 alle 12.00 e su prenotazione telefonando al n. della ns segreteria 0471-923075.

> GIOCO DEL BURRACO
ogni lunedì pomeriggio presso la sede dell'ADA dalle ore 14.30 alle ore 17.30.

> SERVIZIO DI BIBLIOTECA
ogni mercoledì mattina presso la sede dell'associazione. Servizio a disposizione per i soli soci con consegna anche a domicilio dei vari testi disponibili. All'entrata della sede dell'associazione vi è un punto libri in regalo.

> CORSI DI GINNASTICA DOLCE
ogni martedì mattina dalle 09.00 alle 12.00 e il venerdì mattina dalle 10.00 alle 12.00 presso gli spazi della sede in via Torino 70/A. E' necessaria l'iscrizione.

> SPORTELLO INFORMATICO DI CONSULENZA PER ATTIVARE LO SPID E DI PRENOTAZIONE ONLINE CON GLI SPORTELLI DELL'AMMINISTRAZIONE PUBBLICA
per accedere ai vari servizi della pubblica amministrazione, per chiedere un appuntamento, cambi di residenza o altro. Tutte le mattine dalle ore 09.30 alle 12.00..

> BANCO ALIMENTARE
in collaborazione con la rete FoodNetBz per la distribuzione di pacchi alimentari a famiglie o a persone singole in situazione di disagio economico (segnalate dai ns patronati o da servizi preposti).

> CONFERENZE A TEMA E INCONTRI INFORMATIVI PER I CITTADINI
presso la sede dell'associazione e su argomenti di carattere socio-sanitario, sui servizi territoriali a disposizione delle persone anziane o su temi di interesse generale o culturale.



Passa presso la nostra sede in via Torino 70/a per prendere visione di tutte le iniziative che offriamo ai cittadini anziani (e non solo) della nostra città.