

SI RINGRAZIANO PER LA PARTECIPAZIONE:

• LE SCUOLE

IC Cosola, IC Dasso, I.I.S. Europa Unita, IIS Carlo Ubertini di Chivasso, CPIA 4 Torino (Centro Provinciale Istruzione Adulti), Asilo San Giuseppe Cottolengo di Castelrosso.

• ASSOCIAZIONI SPORTIVE

A.s.d. Club Scherma Chivasso, A.s.d. Concordia, A.s.d. La Palestrina, A.s.d. Libertas Nuoto, A.s.d. "Il Quadrifoglio", A.s.d. G.S. Chivassesi, A.s.d. Pallacanestro Chivasso, A.s.d. Volley Fortitudo, A.s.d. Twirling Chivasso, A.s.d. Aprac Pratoregio, A.s.d. Accademia Arti Marziali, A.s.d. Boxe Chivasso, A.s.d. Skating Dream, Chivasso Rugby Onlus, Federazione Italiana Palatamburello Piemonte, CONI, ENDAS, Associazione Italiana Arbitri Sezione di Chivasso, A.s.d. Centro Sportivo Chivassese – Artistica, A.s.d. Echidna.

• ASSOCIAZIONI DI VOLONTARIATO

Fand, Lilt, Uildm P. Otelli, Cardioteam Foundation Onlus, C.R.I. sez. Chivasso, Associazione Nonni Ortolani.

• ASSOCIAZIONI CULTURALI, DEL TEMPO LIBERO E SALUTISTICHE

Uni Tre, Istituto Musicale Sinigaglia, Arcizeta, Creare Col Cuore, CPF Torassese, Associazione Storica Chivassese, Marchesi Paleologi, Associazione Pro Mandria, Associazione Pro Castelrosso, Associazione Pro Pogliani, Blu Room, Associazione Nel Mondo di Alice, Custodi della Via Francigena.

• ASSOCIAZIONI DI DANZA

A.s.d. Indipendance, A.s.d. Oltredanza, A.s.d. Dance ABC Dance, A.s.d. Emozione Danza, A.s.d. Evolution Dance.

• ASSOCIAZIONI DI FITNESS

A.s.d. Red Castle Fit, Palestra Gym, CrossFit Bomayè.

• BAR E RISTORANTI

Pasticceria Bonfante, Bar dei Viali "Il Quadrifoglio", Locanda del Sole, La Cantinella.

Ed inoltre

Asl To 4 - D.r Giorgio Bellan e Giuseppe Barone
Nova Coop Chivasso
Centro di Salute Mentale Asl To 4
Blatta Boys e Batticuore
Cooperativa Valdocco
Centro d'Incontro Felice Donato
Coutenza Canale Cavour
AgriAsilo "La Piemontesina"
Circolo Ippico "La Mandria di Chivasso"
D.R. Movie
Ditta Euroristorazione
Ascom
Comitato Giro d'Italia Hand Byke

• GLI SPONSOR

Unipol Sai Gruppo Mossino
Coldiretti Torino
Blu Room,
"Bar dell Sport" di M. Degruttola,
Panificio Minniti
Ditta Mic-Med
Eaton

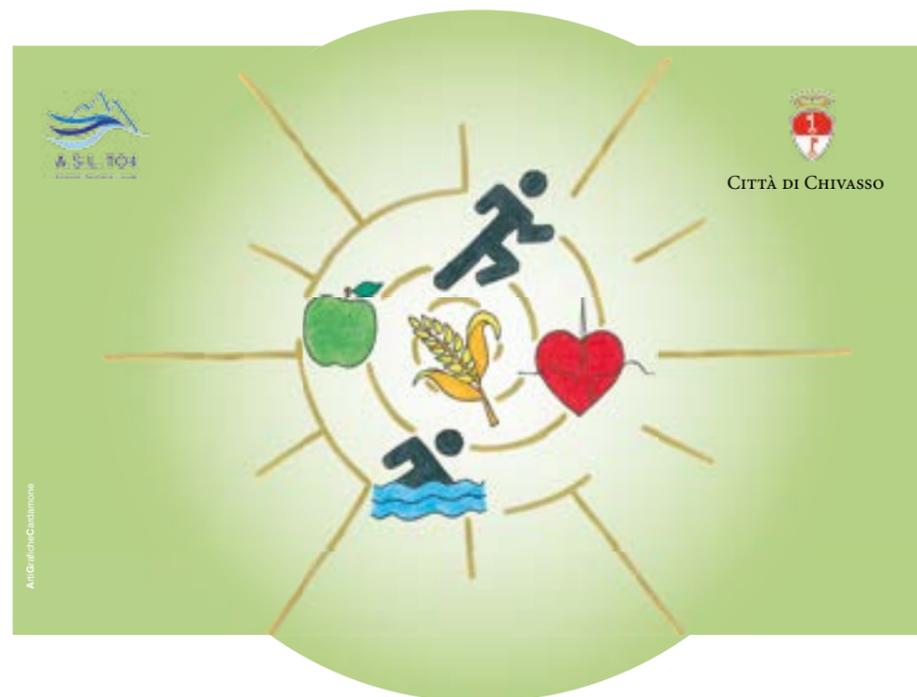
• IDEAZIONE E GRAFICA DEL LOGO UFFICIALE

Associazione Culturale PRISMA – LABORATORIO ARTISTICO Chivasso

NOTE: Il sole a spirale rappresenta il benessere (la stagione del benessere) che racchiude **SPORT SALUTE e ALIMENTAZIONE**, ognuno rappresentato da alcuni simboli.



Con il patrocinio di



UFFICI REFERENTI DEL COMUNE DI CHIVASSO:

ASSESSORATI: CULTURA, SPORT E TEMPO LIBERO, TURISMO, ISTRUZIONE, ASSOCIAZIONISMO, POLITICHE SOCIALI, VOLONTARIATO, LAVORI PUBBLICI, COMUNICAZIONE.

Ufficio Sport e Cultura, cultura@comune.chivasso.to.it - 011 915 456

Ufficio Istruzione, istruzione@comune.chivasso.to.it - 011 9115 484/485

Ufficio Welfare, affarisociali@comune.chivasso.to.it - 011 9115 483

Biblioteca Civica MOviMEnte, biblioteca@comune.chivasso.to.it - 011 0469 920

Sportello Turistico, sportello.turismo@comune.chivasso.to.it - 011 0469 920

STILI DI VITA E SALUTE

Cosa fare per mantenersi in buona salute, ammalarsi di meno, evitare spese e sprechi sanitari, essere più felici con se stessi e con gli altri?

La prima regola inizia con la **P**ossia Prevenzione

La Prevenzione passa attraverso la consapevolezza che non si può modificare il proprio patrimonio genetico (storia familiare e personale) ma si può agire sul futuro, cambiando stili di vita ed abitudini scorrette.

La Scienza, la Medicina, l'esperienza pratica ci suggeriscono alcune semplici regole di vita che possono metterci nelle condizioni di vivere in buona salute.

1 MUOVERSI: l'attività fisica costante fa bene al cuore, al cervello, ai muscoli e alle ossa.

2 MANTENERE IL PESO IDEALE: si ridurrà il rischio di incorrere in patologie pericolose come l'ictus, la trombosi, il diabete, l'infarto.

3 MANGIARE IN MANIERA SANA: consumare ogni giorno frutta e verdura, legumi e cereali, evitando cibi ricchi di grassi saturi, zuccheri aggiunti e sale.

4 DORMIRE BENE: almeno 7 – 8 ore a notte. Evitare l'uso di computer e cellulare prima di addormentarsi: interferiscono con la produzione di melatonina, alterando la qualità del sonno.

5 NON FUMARE: evitare anche l'esposizione al fumo passivo.

6 RIDURRE IL CONSUMO DI CAFFEINA E ALCOOL.

7 TENERE SOTTO CONTROLLO LA PROPRIA SALUTE: con visite ed esami periodici

8 IMPARARE A GESTIRE, RIDURRE E NEUTRALIZZARE LO STRESS.



LA STAGIONE DEL BENESSERE II° EDIZIONE 23 MARZO – 16 GIUGNO

Il Comune di Chivasso ha aderito alla Carta di Toronto per l'attività fisica ed è stato nominato, nell'ottobre 2017 dal Consiglio Regionale del Piemonte, "Ambasciatore dello sport e del benessere". In considerazione di questi due fattori, l'Amministrazione ha promosso, nella primavera del 2018, un'iniziativa di largo respiro denominata La Stagione del benessere, che ha coinvolto le Associazioni e le Scuole cittadine, ed ha instaurato con l'Asl To 4, in particolare con il settore Promozione della Salute, una proficua collaborazione.

Tenendo in giusta considerazione anche le 12 Regole del Codice Europeo contro il Cancro, l'Amministrazione di Chivasso intende ripetere anche nel 2019 questa iniziativa, in collaborazione con l'Asl To 4 e coinvolgendo nelle attività, oltre alle Associazioni, le Scuole, gli Istituti privati che si occupano di sanità e di sport, anche i Ristoratori e i Bar cittadini.

Solo con un "patto" stretto tra Cittadinanza, Enti pubblici ed Enti privati, si può concorrere unitariamente al benessere psicofisico dei Cittadini di ogni età. Come già sottolineato lo scorso anno, in occasione della prima edizione de La Stagione del Benessere, lo star bene ed il mantenersi in buona salute è responsabilità di ciascuno ed il vantaggio che ne deriva non è solo dei singoli ma anche, della Società. Prevenire patologie come il cancro, il diabete, le malattie cardiovascolari, l'obesità, significa, oltretutto, un risparmio economico per tutta la Collettività.

In questa progettazione, hanno lavorato in stretta collaborazione gli Assessorati allo sport, all'Istruzione e alla Cultura, alle Politiche Sociali, ai Lavori Pubblici, all'Urbanistica, all'Ambiente.

L'iniziativa di quest'anno è suddivisa in due macro momenti: il primo dedicato all'alimentazione corretta, il secondo all'attività fisica. Momenti profondamente correlati ed interconnessi tra di loro. In particolare, riguardo all'attività fisica, si è voluto dare particolare importanza alla collaborazione con gli Assessorati ai Lavori Pubblici ed Urbanistica, in quanto il movimento deve essere praticato dai Cittadini in luoghi consoni e privi di pericoli: parchi urbani ed extra urbani, percorsi collinari, vie e piazze a traffico limitato.

PROGRAMMA

MARZO

Dal **23 Marzo** - **16 Giugno**:

“La colazione della stagione del benessere”

A cura dei bar locali, Pasticceria Bonfante, Bar dei Viali *“il Quadrifoglio”*

“I pranzi della stagione del benessere” pranzi leggeri e tipici della zona proposti dai ristoratori locali, Locanda del Sole, *La Cantinella* Organizzazione Ascom Chivasso.

Sabato 23 Marzo dalle 10 - 16 piazza Carletti - piazza C.A. Dalla Chiesa (lato Sup) - Ex Biblioteca **GIORNATA DELLA PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE ED ONCOLOGICA**

A cura della *Lilt* (Lega Italiane per la Lotta ai Tumori) e dell’Asl To 4, in collaborazione con la *Cardioteam Foundation Onlus*; saranno presenti per esami e visite gratuite Cardiologi Dr. Claudio Moretti, Dr. Franco Pinneri; Biologi Nutrizionisti Dr. Valter Canavero, Dott.ssa Martina Gobbi, Dott.ssa Alessandra Miccone, Dott.ssa Patrizia Parodi, Dr. Francesco Ragone, Dott.ssa Donatella Tubino.

Sabato 23 Marzo dalle 9.30 - 10.30 presso la sede di A.S.D. *Evolution Dance* in via dell’Assunta 4/a F.ne Castelrosso Chivasso, una *lezione aperta a tutti, di ginnastica dolce*; dalle 10.45 - 11.45 *lezione aperta a tutti di pilates*.

Tutti i lunedì dalle 9.30 - 10.30 Ritrovo in Piazza C. A. Dalla Chiesa

GRUPPI DI CAMMINO CON I WALKING LEADER

Tutti i martedì dalle ore 17 - 18 Ritrovo in Piazza Carlo Noè

GRUPPI DI CAMMINO CON I FIT WALKING

Tutti i giovedì dalle ore 16.45 - 17.45 (da Aprile dalle ore 17.30 - 18.30) Ritrovo in Piazza C. A. Dalla Chiesa

GRUPPI DI CAMMINO CON I WALKING LEADER

Tutti i venerdì dalle ore 9.30 - 10.30 ritrovo Chiesa Chiesa dei Cappuccini

GRUPPI DI CAMMINO CON I WALKING LEADER

A cura dell’Associazione *Fand*.

Domenica 24 Marzo una giornata dedicata al camminare sulla Via Francigena da Torino a Chivasso A cura dell’Associazione *“Custodi della Via Francigena”*.

Lunedì 25 e **Martedì 26 Marzo** dalle 17 - 22 Palestra di via Ajma, 10

OPEN DAY DI ARTI MARZIALI

25/3 dalle 17 - 20.30 JUDO – dalle 20.30 - 22 AIKIDO

26/3 dalle 17.30 - 18.30 KARATE – dalle 20.30 - 22 JEET-KUNE-DO

A cura dell’A.S.D. *Accademia Arti Marziali*.

Lunedì 25 Marzo dalle 9 - 12 Asilo San Giuseppe di Castelrosso

PREPARAZIONE E ATTIVITÀ ORTO DIDATTICO E SEMINA. Attività aperta alla scuola primaria Leandro Savia. A cura dell’Asilo *San Giuseppe Cottolengo* di Castelrosso.

Venerdì 29 Marzo Esperienza di “Cammino” sul percorso francigeno Castiglione-Lamporo

A cura dell’Associazione *“Custodi della Via Francigena”*.

Venerdì 29 Marzo dalle 8 - 12 IC Cosola, Secondaria di primo grado **INCONTRO CON LE CLASSI TERZE SU “ALIMENTAZIONE E ETICHETTE”** con la partecipazione della nutrizionista, Dott.ssa Annamaria Marzullo. A cura dell’Associazione *Fand*.

Sabato 30 Marzo Esperienza di “Cammino” sul percorso francigeno Lamporo-Vercelli.

A cura dell’Associazione *“Custodi della Via Francigena”*.

Sabato 30 Marzo ore 20.30 Teatrino civico (piazza C. A. Dalla Chiesa)

Proiezione del film documentario: *“LA STANZA DEL SORRISO”*, con la presenza del regista Enzo Dino e dell’attore Simone Arcuri. La proiezione è anticipata da una presentazione del Dr. Massimo Di Maio, Primario del Reparto di Oncologia dell’Ospedale Mauriziano. A cura di *D.R. Movie*.

Marzo-Aprile tutti i lunedì e giovedì dalle 18 -19 Palestra Scuola Marconi

“ATTIVITÀ LUDICO MOTORIA” APERTA A TUTTI

A cura dell’Associazione *Fand*.

Marzo-Maggio: educazione alimentare con i laboratori del gusto *“Allena i 5 sensi”* per le scuole dell’infanzia e primarie degli Istituti Comprensivi “A. Dasso” e “D. Cosola”, a cura di *Euroristorazione* s.r.l., ditta affidataria del Servizio Refezione Collettiva del Comune di Chivasso.

APRILE

Aprile–Maggio: Istituti Comprensivi Demetrio Cosola e Alessandro Dasso

“AMBASCIATORI DELLO SPORT”: INCONTRO TRA I GIOVANI SPORTIVI E I LORO COMPAGNI DI SCUOLA

A cura delle Associazioni sportive *Club Scherma Chivasso, Concordia, Il Quadrifoglio Arti Marziali, La Palestrina, Libertas Nuoto Chivasso, Pallacanestro Chivasso, Twirling Chivasso, Volley Fortitudo, Centro Sportivo Chivassese Artistica*.

Aprile-Maggio: Incontro Nutrizionisti con gli alunni delle scuole secondarie di 1°grado dell’ IC “A.Dasso” a cura del *Dr. Barone Giuseppe Dirigente dell’Asl To 4* Servizio Igiene, Alimenti e Nutrizione.

Giovedì 4 Aprile *Ex Biblioteca*

dalle 10 -11.30 **LABORATORIO DI AIKIDO** - Docente Claudio Perelli

dalle 18 - 19 **LABORATORIO DI YOGA** - Docente Rosetta Padulano

Resteranno aperti al pubblico durante le loro ore di lezione. A cura dell’*Uni Tre*.

Venerdì 5 Aprile ore 18 Campo Paolo Rava

MATTI PER IL CALCIO Triangoloare di calcio con le squadre Blatta Boys del CSM dell’Asl To 4, il CPIA4 di Chivasso e l’Associazione Italiana Arbitri, Sezione di Chivasso.

Sabato 6 Aprile Ex Biblioteca

dalle 16 - 17 **LABORATORIO DI AIKIDO** - Docente Claudio Perelli

dalle 17 - 18 **LABORATORIO DI YOGA** - Docente Caterina Dagna

Resteranno aperti al pubblico durante le loro ore di lezione. A cura dell’*Uni Tre*.

Domenica 7 Aprile dalle 9 - 12 Piazza della Repubblica **AUTOCNTROLLO GRATUITO DELLA GLICEMIA E INFORMAZIONI SULLA PREVENZIONE DELLA PATOLOGIA DIABETICA**

dalle 10.30 - 11.30 **ATTIVITÀ FISICA AEROBICA - LUDICO MOTORIA CON ISTRUTTRICE**

dalle 15.30 - 16.30 **PARTENZA GRUPPI DI CAMMINO CON GINNASTICA LUNGO IL PERCORSO IN COMPAGNIA DEI WALKING LEADER**. A cura dell’Associazione *Fand*.

Lunedì 8 Aprile ore 8.30 - 13 Aula Magna dell’I.I.S. EUROPA UNITA: docufilm *“GIOIA L’ANGELO DEL GHIACCIO”* sul valore dello Sport in collaborazione l’ente CONI e FISG. e *“IO E ASCANIO”* sul tema oncologico in collaborazione con la M.S.D. con la partecipazione di Monica Lorenzatti e Antonio Casciani – seguirà dibattito con studenti I.I.S. Europa Unita. A Cura di *D.R. Movie*.

Lunedì 8 Aprile ore 17.15 Teatrino Civico

CONFERENZA: “FILIERE ORTOFRUTTA E CARNI COOP – all’origine della qualità” momento informativo con un Responsabile sviluppo vendite di NovaCoop

A cura della *Coop Chivasso* in collaborazione con *Uni Tre*.

Martedì 9 Aprile dalle ore 16 - 17.30 Centro di Incontro Felice Donato:

“LA PREVENZIONE CARDIOLOGICA NELLA TERZA ETA’ ” A cura di *Dr. Claudio Moretti* Assessore alle Politiche Sociali del Comune di Chivasso.

Giovedì 11 Aprile “STRAMANDRIAMO4KIDS – 1 MIGLIO A MANDRIA” con gli alunni della Scuola primaria Marconi dell’ I.C. Cosola, presso il Circolo Ippico *“La Mandria di Chivasso”*, l’Agriasilo *“La Piemontesina”*.

A cura dell’Associazione *Pro Mandria di Chivasso* con *Giorgio Cena, Andrea Zavattaro* ed *Elio Cena*.

Giovedì 11 Aprile dalle 17.30 - 20.30 Palestra di via Baraggino, Campus delle Associazioni, Casetta 21 **OPEN DAY di BOXE**. A cura dell’*A.S.D. BOXE CHIVASSO*.

Sabato 13 Aprile dalle 14 - 17.30 *Presa del Canale Cavour*

VISITA GUIDATA ALLA PRESA DEL CANALE CAVOUR

A cura di *Giorgio Cena del CPF Torassese*, con rappresentazione storica a cura dell’Associazione *Marchesi Paleologi*.

PASSEGGIATA CULTURALE NATURALISTICA ALLA RISCOPERTA DELLA CHIVASSO STORICA.

A cura della Società Storica Chivassese .

Sabato 13 Aprile dalle 9 - 10 Piscina Comunale (Via Gerbido)

MANIFESTAZIONE FITNESS

A cura di A.S.D. Libertas Nuoto Chivasso.

Sabato 13 Aprile dalle ore 10 - 12 piazzale antistante Palazzo Einaudi

“A TUTTA SALUTE CIBO E MOVIMENTO” assaggi di realizzazione ricette salate e dolci con frutta e verdura. A cura degli *alunni dell’Istituto Alberghiero “I.I.S. Carlo Ubertini”* sede distaccata di Chivasso. Parteciperanno esperti Nutrizionisti e Dietisti per sensibilizzare la cittadinanza al consumo di frutta e verdura. A cura del servizio *Info Food di Nova Coop*.

Sabato 13 Aprile ore 21 Teatro Parrocchiale - Spettacolo per Beneficenza:

“OOOHHH MAMMA MIA!!” Musical, con attori dall’asilo al pensionato.

A cura dell’Associazione: *Nel Mondo di Alice* in collaborazione con la *Pro Castelrosso*

Sabato 13 e **Domenica 14 Aprile** dalle 10 - 18 *Ex Biblioteca*

“FESTA DI PRIMAVERA CREATIVA” Laboratori per adulti e bambini

A cura dell’Associazione *Creare col cuore*.

Domenica 14 Aprile dalle ore 17 lungo i percorsi della Frazione Pogliani **“CAMMINATA DOMENICALE”** aperta a tutti. A cura di *Pro Pogliani*.

MAGGIO

Tutti i mercoledì 8 – 11 – 22 e 29 Maggio lungo i percorsi di Castelrosso

“CAMMINATA & GINNASTICA” aperta a tutti.A cura dell’*A.S.D. Evolution Dance*.

Tutti i mercoledì 8 – 11 – 22 e 29 Maggio dalle 18 - 19.30 campo sportivo P. Rava **“ALLENAMENTO DI RUGBY INTEGRATO”** aperto a tutti.A cura dell’Associazione *Chivasso Rugby Onlus*.

Venerdì 3 Maggio ore 18.30 - 19.30 Sala Endurance dell’Istituto Comunale Musicale Sinigaglia **“BENESSERE IN CONCERTO…”** con *Mario Vona* e gli allievi dell’Istituto .

Sabato 4 Maggio dalle 15 - 17 Piazza della Repubblica

“ALLENAMENTO DI ATLETICA LEGGERA IN PIAZZA” aperto a tutti

A cura dell’*A.S.D. Gruppo Sportivi Chivassesi*.

Domenica 5 Maggio dalle 8 - 14 Campo di Atletica Paolo Rava

GARE DI ATLETICA LEGGERA DEI PICCOLI categoria esordienti 6-10 anni

A cura dell’*A.S.D. Gruppo Sportivi Chivassesi*.

Venerdì 10 Maggio dalle 9 -12

MINIMARATONA PER LE VIE DELLA CITTÀ con gli alunni della scuola primaria e secondaria di I^ Grado dell’Istituto Comprensivo, I.C. Cosola.

Sabato 11 Maggio da 16 - 19 Foro Boario

Torneo di Tamburello **“MEMORIAL DE MARCHIS”** con gli alunni delle scuole secondarie di 1° IC. Cosola. A cura della *Federazione Italiana Piemonte Tamburello* - Comitato Regionale Piemonte.

Domenica 12 Maggio dalle 15.30

“CAMMINANDO PER I PARCHI CITTADINI” Visita alla presa del Canale Cavour, del Parco del Bricel e del Sabiuné con il Centro d’incontro Felice Donato

A cura di *Giorgio Cena del C.P.F. Torassese e della Cooperativa Valdocco*.

Domenica 12 Maggio dalle 16 - 18.30 Piazza della Repubblica

“BENESSERE INTERIORE” momento ludico alla ricerca delle capacità nascoste di creatività e fantasia, con una psicologa, una drammaterapeuta ed un’istruttrice di Hatha Yoga

A cura dell’Associazione *Arcizeta*.

Mercoledì 15 Maggio ore 18.30 Palalancia

“PALLAVOLMENTE” amichevole di pallavolo con le squadre Batticuore del CSM dell’Asl To 4 e Volley Fortitudo.

Giovedì 16 Maggio ore 21 Ex Biblioteca

“VIA DELLE TERRE D’ACQUA” presentazione del percorso podistico lungo il fiume Po: da Pian del Re, alle pendici del Monviso fino al Faro di Goro sul delta del Po. Con Marco Leone A cura dell’Associazione *Arcizeta*.

Sabato 18 Maggio dalle 16 - 19 Area Foro Boario

Torneo di Tamburello**“Memorial De Marchis”** con gli alunni delle scuole secondarie di 1° I.C. Dasso, a cura della *Federazione Italiana Piemonte Tamburello* - Comitato Regionale Piemonte.

Domenica 19 Maggio ore 11 Sala Consiliare

“MA CHE BELLA ETA’ !” cerimonia per festeggiare chi ha superato la splendida età dei 90 anni.

A cura dell’*Amministrazione Comunale*

Domenica 19 Maggio ore 15 Piazza C.A. Dalla Chiesa

“DANZARE INSIEME”. A cura dell’ A.s.D. Indipendenza e altre associazioni sportive.

Domenica 19 Maggio dalle 10 - 12 Piscina Comunale

GIOCARE IN ACQUA attività per bambini dai 3 ai 6 anni

Ore 14.00 Piscina Comunale **TROFEO SCUOLA NUOTO** per iscritti alla scuola nuoto 6-20 anni

A cura della *Libertas Nuoto Chivasso*.

Domenica 19 Maggio ore 9 Piazza della Repubblica

TREKKING “VIE DELLE TERRE D’ACQUA” percorso da Chivasso a Saluggia, costeggiando il Canale Cavour, la Dora Baltea, il Canale Rotto e il Canale Farini (26 Km).

A cura di Marco Leone e dell’Associazione *Arcizeta*.

Martedì 21 Maggio ore 20.30 Sala della Croce Rossa

“INTEGRAZIONE ALIMENTARE E FITOTERAPICA”.

A cura della Naturopata Valentina Lo Giudice e della Farmacista e iridologa Piera Cena.

Mercoledì 22 Maggio pomeriggio aperto a tutti F.ne Castelrosso

“VISITA ALLA FATTORIA SPECIALIZZATA IN APICOLTURA”.

A cura della *Pro Castelrosso* e *Nel Mondo di Alice*.

Giovedì 23 Maggio dalle 18 - 20 Pista di pattinaggio viale Vigili del Fuoco

SHOW DI PATTINAGGIO ARTISTICO

A cura di *A.S.D. Skating Dream* (In caso di maltempo l’evento sarà spostata al **30 maggio**).

Sabato 25 Maggio ore 15 Campo sportivo P. Rava

“PARTITA DIMOSTRATIVA DI RUGBY INTEGRATO”

A cura dell’Associazione *Chivasso Rugby Onlus*.

Sabato 25 Maggio dalle ore 17 - 19.30 Piazza Della Repubblica

“BALLI POPOLARI” per tutti

A cura dell’Associazione *Arcizeta*.

Domenica 26 Maggio dalle 8.30 alle 12.30 Piazza della Repubblica

“DA PARCO A PARCO” Camminata salutistica con due percorsi distinti di 8 e 12 km

A cura dell’Associazione *Fand*.

Martedì 28 e Mercoledì 29 Maggio Campo Sportivo E. Pastore

“FESTA DELLO SPORT A SCUOLA”, con gli alunni dell’I.C. Cosola

A cura del CONI e di *ENDAS Piemonte*.

Giovedì 30 e **Venerdì 31 Maggio** Cortile Scuola Primaria Dasso e Cortile Scuola Primaria Mazzucchelli **“FESTA DELLO SPORT A SCUOLA”** con alunni dell’I.C. Dasso A cura del CONI e di *ENDAS Piemonte*.

GIUGNO

Sabato 1 Giugno ore 9 Chivasso, Frazione Torassi e Frazione Mandria

PEDALATA DI PRIMAVERA

A cura delle Società ciclistica *ASD Aprac Pratoregio, del CPF Torassese, della Pro Mandria*.

Martedì 4 Giugno dalle 16 - 18 Scuola dell’infanzia Bambi dell’IC “D.Cosola”

ORTI DIDATTICI – FESTA CON I NONNI ORTOLANI: mercatino della verdura seminata e raccolta dagli alunni. A cura delle *Insegnanti e dell’Associazione Nonni Ortolani*

Sabato 8 Giugno Piazza C.A. Dalla Chiesa dalle 13 - 19

“CONVENTION FITNESS”

A cura della *ASD Red Castle Fit, Palestra Gym, CrossFit Bomayé*

dalle 19 - 21.30 **SPETTACOLO DI AEROBATICA AEREA E POLE DANCE**. A cura della *ASD Red Castle Fit, Zero Gravity* e *Pole Dance Virtude Torino Mercadante*.

Venerdì 14 Giugno ore 10 Sentiero Berruti

PASSEGGIATA SUL SENTIERO BERRUTI con gli alunni dell’ultimo anno dell’Asilo di Castelrosso.

A cura dell’Asilo *San Giuseppe di Cottolengo di Castelrosso* con la partecipazione della Sezione CAI di Chivasso.

Venerdì 14 Giugno ore 21 Ex biblioteca

Conferenza con **Valentina Rivoira, vincitrice del Giro d’Italia in Hand Bike 2018** .

Sabato 15 Giugno dalle ore 20.30 centro storico

“NOTTE ROSA”

A cura dell’ASCOM sede Chivasso.

Domenica 16 Giugno dalle ore 9 concentrico cittadino

Tappa **GIRO D’ITALIA HAND BIKE**

A cura del Comitato locale *Hand Bike*.

Domenica 16 Giugno dalle ore 9 Frazione Mandria

“STRAMANDRIAMO”, corsa podistica non competitiva libera a tutti nella campagna della ex Tenuta Sabauda. A cura dell’Associazione *Pro Mandria*.

www.facebook.com/chivassoeventi

La Stagione del Benessere sui SOCIAL NETWORK: LA PAGINA FACEBOOK “CHIVASSO EVENTI”

In occasione della Stagione del Benessere, la pagina ufficiale del Comune di Chivasso “Chivasso Eventi” presso il Social Network “Facebook” diverrà la piattaforma per promuovere l’Evento, nonché reperire informazioni su orari e specifiche. Riferimenti della Pagina Ufficiale del Comune di Chivasso sul Social Network: Chivasso Eventi, a cura dello Sportello Turistico della Città di Chivasso

www.facebook.com/chivassoeventi a cura dello sportello turistico della Città di Chivasso