



#VITAINCOMUNE

RICHIESTA DI PARTECIPAZIONE

Nome _____ Cognome _____

Indirizzo _____ Età _____

Comune _____

E-mail _____ Cellulare _____

Come hai saputo di questo percorso? Chi te ne ha parlato?

Perché hai pensato di aderire a questo percorso?

Hai fatto esperienze in questi ambiti:

- Alimentazione
- Movimento
- Crescita Personale/Spiritualità
- Sostenibilità

Tra le esperienze fatte quale consideri più significativa?

Pensi di avere un'alimentazione sana? Sì No

Quanto ritieni corrette le tue abitudini alimentari da 1 a 10? _____

Fai attività fisica? Sì No

Se sì, quale? _____

Quante volte la settimana? _____

Durante la giornata riesci a prenderti uno spazio sufficiente per te stesso? Sì No

Con i tuoi cari parli di te e di come stai? O parli prevalentemente dell'organizzazione della giornata? _____





#VITAINCOMUNE

RICHIESTA DI PARTECIPAZIONE

Pensi di mettere in pratica i consigli che dai agli altri? _____

Ritieni di vivere in un luogo sicuro per la salute? Sì No

Come consideri il tuo grado di stare bene da 1 a 10? _____

Senti di voler attuare un cambiamento in questo momento della tua vita? Sì No

Perché? _____

Cosa speri di raggiungere con questo percorso:

- arricchire le conoscenze
- dimagrire
- imparare a mangiare in modo corretto
- potenziare la salute e acquisire più energia per avere un corpo più tonico e forte
- migliorare i rapporti con gli altri
- impegnarsi di più nel sociale
- incrementare le relazioni
- uscire da una difficoltà
- altro _____

Questo percorso è impegnativo e richiede la tua presenza a 30 incontri di sabato mattina dalle ore 9:00 alle 12:00

SEI SICURO DI RIUSCIRE A PORTARLO A COMPIMENTO? Sì No

Data _____ Firma _____

Sarà cura degli organizzatori confermare l'accettazione della tua richiesta di partecipazione.