



Programma delle iniziative – Novembre 2018

6 novembre dalle 15.00 alle 17.00 in via Morandi 10/A: **Porta una rivista, prendi una rivista.** Scambio di riviste con merenda offerta. Partecipazione libera e gratuita.

12 novembre dalle 15.00 alle 17.00 alla Locanda nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Pomeriggio al cinema.** Il film da vedere e commentare è proposto dalla Biblioteca Civica Cesare Pavese. Partecipazione libera e gratuita.

15 novembre alle 15.00 in via G. Bruno 31: **Visita guidata al PAV – Parco di Arte Vivente.** Ingresso 5,00 per persone di 65 anni o più. Ingresso gratuito ai possessori di Tessera Abbonamento Musei. Iscrizione obbligatoria. Posti limitati.

6, 13, 20, 27 novembre dalle 9.30 alle 12.30 a I Passi (strada Castello di Mirafiori 142/8): **Corso di cucina per persone di 65 anni con diabete e/o malattie cardiovascolari.** A cura di Roberta Cavallo, Cuochivolanti. Partecipazione gratuita con iscrizione obbligatoria. Posti limitati.

31 ottobre, 7, 14, 21 novembre dalle 10.00 alle 11.30 alla Casa nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Ginnastica dolce per la mente.** A cura di Lisa Ardenghi, Gametrainer. Contributo per la partecipazione: 5,00 euro per l'intero ciclo di 4 incontri. Iscrizione obbligatoria.

23, 30 novembre e 7, 14 dicembre dalle 9.00 alle 11.00 alla Casa nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Corso base di smartphone.** A cura di Paolo Pelleri, Associazione Large Motive. Contributo per la partecipazione: tessera Mirafiori Insieme 10,00 euro o 10 ore di volontariato. Iscrizione obbligatoria. Posti limitati.

9, 16, 23, 30 novembre dalle 11.00 alle 12.30 alla Casa nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Corso avanzato di smartphone**. A cura di Paolo Pelleri, Associazione Large Motive. Costo: 25,00 euro. Iscrizione obbligatoria.

Tutti i martedì dalle 9.30 alle 11.00 alla Casa nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Adagio con moto**. Laboratorio di movimento e di espressione corporea. A cura di Erberto Rebora, Compagnia Espressioni Vaganti. Costo: 20,00 euro per 4 incontri consecutivi. Iscrizione obbligatoria.

Tutti i mercoledì dalle 10.00 alle 11.30 alla Casa nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Movimento con il metodo Feldenkrais**. A cura di Emanuele Enria, Associazione Multiproposta. Costo: 30,00 euro per 4 incontri consecutivi. Iscrizione obbligatoria.

Tutti i lunedì e i venerdì dalle 9.30 alle 11.00 al Parco Colonnetti: **Gruppo di cammino**. A cura di UISP Torino. Appuntamento alle 9.30 di fronte al Mausoleo della Bela Rosin (strada Castello di Mirafiori 148/7). Contributo per la partecipazione: 5,00 euro per 8 incontri consecutivi – 10,00 euro a persona per 16 incontri consecutivi).

Tutti i venerdì dalle 15.00 alle 18.30 alla Locanda nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Fai da te fatto insieme**. Lavoro a maglia, cucito, ricamo, uncinetto in compagnia di amici, familiari e vicini di casa e una tazza di tè. A cura di Associazione Bene Comune. Partecipazione libera e gratuita.

Informazioni e iscrizioni

cell. 331 3899523 – email: essereanzianimirafiorisud@gmail.com

