



Programma delle iniziative - “Essere anziani a Mirafiori sud”

Aprile 2019

Lunedì 1 aprile dalle 15.00 alle 17.00 alla Casa nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Pomeriggio al cinema**. Il film da vedere e commentare è proposto dagli operatori di “Essere anziani a Mirafiori sud” in collaborazione con il progetto MIRADOC. Partecipazione libera e gratuita.

Lunedì 8 aprile dalle 15.00 alle 17.00 presso la Sala Consiglio della Circoscrizione 2 (strada Comunale di Mirafiori 7): **Le demenze**. Secondo appuntamento dell’iniziativa “Pomeriggi della Salute”. A cura della dott.ssa Miriam Caputo e della dott.ssa Elena D'Agostino, ASL Città di Torino. Partecipazione libera e gratuita.

Martedì 9 aprile dalle 15.00 alle 17.00 in via Morandi 10/A: **Il Sistema Pubblico di Identità Digitale – SPID: come accedere ai servizi online della pubblica amministrazione?**. Incontro informativo per saperne di più sull’identità digitale e per avere informazioni su come creare la propria identità digitale. A cura dei Senior Civici delle Biblioteche Civiche Torinesi. Partecipazione libera e gratuita.

Mercoledì 17 aprile dalle 9.30 alle 12.30 a I Passi (strada Castello di Mirafiori 142/8): **Facciamo il pane insieme al forno sociale**. Contributo per l’uso del forno a legna: 1,00 euro a persona. Ai partecipanti è richiesto di portare gli ingredienti con cui preparare il proprio pane. 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 Reborà, Compagnia Espressioni Vaganti. Costo: 20,00 euro per 4 incontri consecutivi. Iscrizione obbligatoria.

Tutti i martedì dalle 15.00 alle 17.00 in via Morandi 10/A: **Porta una rivista, prendi una rivista.** Scambio di riviste in collaborazione con la Biblioteca Civica Cesare Pavese. Accesso libero e gratuito.

Tutti i mercoledì dalle 10.00 alle 11.00 alla Casa nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Movimento con il metodo Feldenkrais.** Incontri di ginnastica dolce per rendere più facili, agili e leggeri i gesti e i movimenti quotidiani. A cura di Emanuele Enria, insegnante di Feldenkrais. Costo: 30,00 euro per 4 incontri consecutivi. Iscrizione obbligatoria.

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 artigiani esperti e di amici, familiari e vicini di casa. A cura di Associazione Bene Comune in collaborazione con Mykyta Lab. Partecipazione libera e gratuita.

Tutti i lunedì e i venerdì dalle 9.30 alle 11.00 al Parco Colonnati: **Gruppi di cammino.** Passeggiate all'aria aperta condotte da un istruttore in compagnia di amici, familiari e vicini di casa. A cura di UISP Torino. Appuntamento alle 9.30 davanti 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 per 16 incontri consecutivi. Iscrizione obbligatoria.

Informazioni e iscrizioni

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