



## **Essere anziani a Mirafiori sud - Programma delle iniziative**

### **Settembre 2019**

Martedì 10 settembre dalle 15.00 alle 17.00 in via Morandi 10/A: **Presentazione delle nuove iniziative con merenda condivisa.** Ai partecipanti è richiesto di portare qualcosa da mangiare e da condividere insieme. Partecipazione libera e gratuita.

Martedì 17 settembre dalle 16.00 alle 18.00 in strada Castello di Mirafiori 38: **Visita guidata agli Orti Generali con merenda sinoira.** A cura di Matteo Baldo, Orti Generali. Partecipazione libera e gratuita. Si raccomanda di avere scarpe chiuse e comode.

Mercoledì 18 settembre dalle 10.00 alle 13.00 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. Iscrizione obbligatoria. Posti limitati.

Giovedì 19 settembre dalle 18.00 alle 20.00 alla Casa nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **I servizi per la domiciliarità e gli interventi a sostegno della non autosufficienza.** A cura di Cristina Riggio e Giulia Albano, Assistenti Sociali Online. Partecipazione libera e gratuita.

Lunedì 23 settembre dalle 12.00 alle 15.00 a I Passi (strada Castello di Mirafiori 142/8): **Pranzo di comunità: benvenuto autunno!** Ognuno porta qualcosa da mangiare e da condividere con gli altri partecipanti. Partecipazione gratuita con iscrizione obbligatoria. Posti limitati.

Mercoledì 25 settembre dalle 10.00 alle 13.00 a I Passi (strada Castello di Mirafiori 142/8): **Mani in pasta: laboratorio di autoproduzione collettiva di pasta fresca.** Ai partecipanti è richiesto di portare gli ingredienti con cui preparare la propria pasta

(orecchiette, tagliatelle, cavatelli, fusilli, ecc.). Partecipazione gratuita con iscrizione obbligatoria. Posti limitati.

Tutti i mercoledì (salvo concomitanza con le festività) a partire dal 18 settembre dalle 10.00 alle 11.30 alla Locanda nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Ginnastica dolce per la mente**. A cura di Lisa Ardenghi, Gametrainer. Contributo per la partecipazione: 5 euro per 4 incontri, 9 euro per 8 incontri, 18 euro per 16 incontri, 25 euro per 24 incontri. Incontro di prova gratuito. Iscrizione obbligatoria.

Tutti i lunedì a partire dal 9 settembre e tutti i venerdì a partire dal 13 settembre (salvo concomitanza con le festività) dalle 9.30 alle 11.00 al Parco Colonnetti: **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 euro per 8 incontri – 10 euro per 16 incontri – 14 euro per 24 incontri – 25 euro semestrale - 40 euro annuale. Incontro di prova gratuito. Iscrizione obbligatoria.

Tutti i venerdì a partire dal 13 settembre dalle 15.00 alle 17.00 alla Locanda nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Fai da te fatto insieme**. Knitting Point Cafè per il lavoro a maglia e uncinetto in compagnia di un'esperta e di amici, familiari e vicini di casa. Per chi sa già lavorare a maglia e all'uncinetto a livello intermedio e avanzato. A cura di Mihaela Mates, Mykyta Lab. Partecipazione libera e gratuita.

### Informazioni e iscrizioni

cell. 331 3899523 – email: [essereanzianimirafiorisud@gmail.com](mailto:essereanzianimirafiorisud@gmail.com)

Maggior sostenitore  
 Compagnia  
di San Paolo

 FONDAZIONE  
DELLA COMUNITÀ  
DI MIRAFIORI ONLUS

CIRCOSCRIZIONEDUE   
Santa Rita - Mirafiori Nord - Mirafiori Sud Circo Scrittorio

 entrox100