



“Essere anziani a Mirafiori sud” - Novembre 2019

Martedì 5 novembre dalle 15.00 alle 17.00 in via Morandi 10/A: **Le erbe officinali e i rimedi della nonna**. Incontro informativo con degustazione di tisane e prodotti a base di erbe officinali. A cura di CIA – Confederazione Italiana Agricoltori e Azienda Agricola L’Four di Ornella Bettio nell’ambito del progetto “Dal banco alla dispensa: la filiera corta si conserva!”. Partecipazione libera e gratuita.

Martedì 12 novembre dalle 16.00 alle 17.30 in via Morandi 10/A: **I Classici del Martedì – L’Odissea**. Secondo appuntamento di letture ad alta voce di testi classici antichi e moderni. A cura della Biblioteca Civica Cesare Pavese. Partecipazione libera e gratuita.

Martedì 19 novembre dalle 15.00 alle 16.30 in via Morandi 10/A: **L’infermiere di famiglia e di comunità**. Incontro informativo sulla figura dell’infermiere di famiglia e di comunità nell’erogazione delle cure primarie e nella gestione dell’assistenza domiciliare e dei servizi territoriali. A cura di Rachele Rocco, ASL Città di Torino. Partecipazione libera e gratuita.

Martedì 26 novembre dalle 14.30 alle 16.30 in via Morandi 10/A: **La salubrità degli ambienti domestici**. Incontro informativo sulla qualità dell’aria negli ambienti interni e sulla prevenzione dei possibili rischi sulla salute. A cura di Giulia Drigo, Francesca Pala e Roberto Zacco, ASL Città di Torino. Partecipazione libera e gratuita.

Martedì 26 novembre dalle 17.00 alle 20.00 in via Morandi 10/A: **Pronto Serenità: soluzioni per le famiglie**. Servizio per le famiglie che si occupano di un anziano malato o non autosufficiente o con patologia di Alzheimer. Fornisce informazioni e supporto nella ricerca di soluzioni di cura e di assistenza domiciliare personalizzate. A cura di Cooperativa Solidarietà. Servizio gratuito su appuntamento (numero verde 800 980254).

Giovedì 28 novembre ore 15.00: **visita guidata a Palazzo Cisterna**. Prestigioso edificio di Torino, sede storica della Provincia di Torino, ora Città Metropolitana. Appuntamento alle 14.45 in via Maria Vittoria 12. Partecipazione gratuita. Iscrizione obbligatoria.

Tutti i mercoledì (salvo concomitanza con le festività) 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, dottoressa in psicologia e 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 e tutti i venerdì (salvo concomitanza con le festività) 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 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 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. Tessera Mirafiori Insieme 10,00 euro o 10 ore di volontariato presso la Casa nel Parco.

Informazioni e iscrizioni

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

Maggior sostenitore
 Compagnia
di San Paolo

 FONDAZIONE
DELLA COMUNITÀ
DI MIRAFIORI ONLUS

CIRCOSCRIZIONEDUE 
Santa Rita - Mirafiori Nord - Mirafiori Sud Circo di Torino

 Centrox100