



Programma delle iniziative – Dicembre 2019

“Essere anziani a Mirafiori sud”

Martedì 3 dicembre dalle 14.30 alle 16.30 in via Morandi 10/A: **Igiene e sicurezza degli alimenti**. Incontro informativo sull'igiene e la sicurezza dei prodotti alimentari in casa, nei ristoranti, mense, bar e nei negozi, supermercati, mercati. A cura di Filippo Denaro Papa, ASL Città di Torino. Partecipazione libera e gratuita.

Martedì 10 dicembre dalle 16.00 alle 17.30: **I Classici del Martedì – Eneide**. Terzo appuntamento di letture ad alta voce a due voci di testi classici antichi e moderni. A cura di Maria Grazia Liquori e Michela Di Chio, Biblioteca Civica Cesare Pavese. Partecipazione libera e gratuita.

Giovedì 12 dicembre alle ore 10.00: **Visita guidata all'Accademia delle Scienze di Torino**. Un palazzo secentesco da ammirare, dallo scalone d'onore del Guarini alla Sala Mappamondi e alla Biblioteca. Appuntamento alle 9.45 all'ingresso in via Accademia delle Scienze 6. Costo: 5,00 euro a persona. Prenotazione obbligatoria. Posti limitati.

Martedì 17 dicembre alle 15.00 in via Morandi 10/A: **Festa di Natale con tombola a premi e merenda condivisa**. Contributo per la tombola: 1,00 a cartella fino a esaurimento delle cartelle (massimo 3 cartelle a persona). Partecipazione libera e gratuita.

Mercoledì 4, 11 e 18 dicembre dalle 9.00 alle 10.00 alla Casa nel Parco (via Panetti 1 angolo via Artom): **Stimolazione cognitiva con i giochi di società**. A cura di Lisa Ardenghi, gametrainer. Per persone con lieve decadimento cognitivo o con danni vascolari e per i loro accompagnatori. Prova gratuita su appuntamento. Iscrizione obbligatoria entro il lunedì precedente.

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 (escluso il periodo compreso tra il 23 dicembre 2019 e il 6 gennaio 2020) 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 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 cura di Mihaela Mates, Mykyta Lab. Tessera Mirafiori Insieme 10,00 euro o 10 ore di volontariato presso la Casa nel Parco.

Nel mese di dicembre il servizio “Pronto Serenità: soluzioni per le famiglie” è sospeso. Per informazioni e supporto nella ricerca di soluzioni di cura e di assistenza domiciliare personalizzate e adatte alle esigenze dell'anziano e della sua famiglia contattare la Cooperativa Solidarietà al **numero verde 800 98025** (lunedì, mercoledì e venerdì dalle 10.00 alle 12.00 e dalle 14.00 alle 16.00).

Informazioni e iscrizioni

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