



## Programma delle iniziative - “Essere anziani a Mirafiori sud”

Giugno 2019

Mercoledì 5 e 26 giugno dalle 10.00 alle 13.00 a I Passi (strada Castello di Mirafiori 142/8): **Laboratorio di autoproduzione collettiva di marmellata con frutta di stagione.** Ai partecipanti è richiesto di portare gli ingredienti con cui preparare la marmellata. Partecipazione gratuita. Iscrizione obbligatoria.

Lunedì 10 giugno 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 10 giugno dalle 12.00 alle 15.00 a I Passi (strada Castello di Mirafiori 142/8): **Pranzo di comunità.** Ognuno porta qualcosa da mangiare e da condividere con gli altri partecipanti. Partecipazione gratuita. Iscrizione obbligatoria.

Martedì 11 giugno dalle 15.00 alle 17.00 in via Morandi 10/A: **La corretta gestione e conservazione dei farmaci in ambiente domestico.** A cura di dott. Davide Costanzo, ASL Città di Torino. Partecipazione libera e gratuita.

12 giugno 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.

Martedì 18 giugno dalle 15.00 alle 17.00 in via Morandi 10/A: **Alimentazione, idratazione e movimento in estate.** A cura di dott.ssa Rosa D'Ambrosio, ASL Città di Torino. Partecipazione libera e gratuita.

Mercoledì 19 giugno dalle 19.00 alle 21.00 a I Passi (strada Castello di Mirafiori 142/8): **Apericena estivo.** Costo: 5,00 euro a persona (aperitivo a buffet + acqua in caraffa - bevande escluse). Iscrizione obbligatoria.

Martedì 11, 18 e 25 giugno dalle 10.00 alle 12.00 a I Passi (strada Castello di Mirafiori 142/8): **Prepariamo insieme la merenda per i bambini del Mirafleming.** Ogni settimana viene preparata una merenda diversa per i bambini del quartiere che frequentano l'estate ragazzi al Mirafleming: panini, biscotti, pizzette, focacce e torte. Partecipazione volontaria e gratuita con iscrizione obbligatoria. È possibile partecipare anche solo una volta.

Martedì 4, 11, 18 e 25 giugno dalle 10.00 alle 12.00 in via Morandi 10/A: **Laboratorio di arte terapia e scrittura creativa.** A cura di dott.ssa Gabriella Garra e dott.ssa Giusy Famiglietti, ASL Città di Torino. Partecipazione gratuita. Iscrizione obbligatoria.

Tutti i lunedì e i venerdì dalle 9.30 alle 11.00 al Parco Colonnati: **Gruppi di cammino.** Passeggiate in gruppo all'aria aperta condotte da un istruttore. A cura di UISP Torino. Appuntamento alle 9.30 al Mausoleo della Bela Rosin (strada Castello di Mirafiori 148/7). Contributo per la partecipazione: 5,00 euro per 8 incontri. Iscrizione obbligatoria.

### Informazioni e iscrizioni

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

