

Anziani in Valle

in

CHE STILE!



Maggio in valle Maira!

CAMERA MULTISENSORIALE: INIZIA IL VIAGGIO!

DRONERO, ALL'OSPEDALE CIVICO S. CAMILLO DÈ LELLIS
2 incontri presso la SNOEZELEN ROOM: una stanza per favorire il benessere attraverso l'immersione in suoni, luci, colori, musiche...

- **IN FONDO AL MARE**

sabato 4 maggio ore 9 e ore 10.30

- **RICORDI NEL TEMPO**

sabato 25 maggio ore 9 e ore 10.30

È necessaria l'iscrizione entro il giovedì

MI PIACCIO, MI PRENDO CURA DI ME!

Incontri e laboratori per affrontare "la salute" in modo divertente e curioso

- **ROCCABRUNA (PALESTRA), VIA CAV. GIORSETTI**

Lunedì 6 e 20 maggio dalle ore 16 alle 17.30

- **"MANGIARE PER STARE BENE NELLA TERZA ETÀ, IERI E OGGI"**

Incontro con la nutrizionista Michela Del Torchio

- **CARTIGNANO (SALA COMUNALE), VIA PASCHERO**

lunedì 13 e 27 maggio dalle ore 16 alle 17.30

- **"CURA DEL SÉ"**

Laboratorio "Dalla natura arriva la cura" con l'esperta Marta Demontis

È necessaria l'iscrizione entro il giovedì

RASSEGNA CINEMATOGRAFICA

SCOPRIRE E RISCOPRIRE LA NOSTRA VALLE E IL NOSTRO PASSATO

- Primo incontro: CELLE DI MACRA presso il Museo Seles (Borgata Chiesa) **MARTEDÌ 14 MAGGIO, ORE 17, PROIEZIONE DEL FILM MANODOPERA DI ALAIN UGHETTO**

Precede la proiezione la visita al museo alle ore 15:30

La partecipazione è gratuita e non è richiesta la prenotazione, ma puoi aiutarci nella sua organizzazione comunicando la tua presenza

GITA FUORI VALLE UNA GIORNATA AL MARE:

SAVONA E ALBISSOLA **MERCOLEDÌ 22 MAGGIO**

- Orario previsto dalle ore 7.30 alle ore 18.30

- Trasporto con pullman

- Pranzo al ristorante Green (euro 25 a carico dei partecipanti)

Proposta a numero limitato: è necessaria l'iscrizione. Termine ultimo per le iscrizioni entro il 15 maggio

PROSEGUONO GLI SPAZI LIBERI DI INCONTRIAMOCI ASSIEME!

CARTE CUCITO GIOCHI DA TAVOLA E CHIACCHIERATE IN COMPAGNIA

- **DRONERO:** tutti i martedì

mattina dalle ore 10.00 alle ore 12.00 al Salone Milli Chegai

- **VILLAR SAN COSTANZO:** tutti i venerdì pomeriggio alla Casa delle Idee dalle ore 16.00 alle ore 18.00

- **MACRA** martedì 7 e martedì 21 alla Locanda i Ciclamini dalle ore 15.30 alle ore 17.30

- **CANOSIO** al bar Al Bramito martedì 14 dalle ore 10.00 alle ore 12.00 e martedì 28 dalle ore 15.30 alle ore 17.30

GINNASTICA ADATTATA

ANIMAZIONE MOTORIA SORRISO

- **DRONERO, STROPPO, SAN DAMIANO MACRA:** per gli iscritti continuano gli incontri di ginnastica adattata, animazione motoria sorriso, tutti i venerdì

PER ISCRIZIONI E COMUNICAZIONI CONTATTARE IL NUMERO 334.8549471
EDUCATRICE PROFESSIONALE RAPALLINO STELLA

Di mese in mese le proposte toccheranno gli altri Comuni della Valle Maira.
Seguiteci www.unionemontanavallemaira.it