



CALENDARIO SETTIMANALE DEI SERVIZI PER LA LONGEVITÀ A CURA DEI CENTRI DEL QUARTIERE PORTO-SARAGOZZA MESI SETTEMBRE-OTTOBRE

Lunedì

Gruppo di stimolazione della memoria ore 9.00-10.30
Ore 9.00-11.30, Centro Sociale della Pace
Ginnastica dolce e memory training a cura di UISP
Ore 9.30-10.30, Centro Sociale Saffi
Balli di Gruppo a cura di UISP
Ore 10.30-11.30, Centro Sociale Saffi
Ginnastica dolce per anziani
Ore 15.00-16.00, Centro Sociale Tolmino

Martedì

Corso di motricità "Bada bene"
Ore 9.00-11.00, Centro Sociale Saffi
Corso di Tai-Chi
Ore 9.30-11.30, Centro Sociale Saffi
Ginnastica dolce per anziani a cura di UISP
Ore 9.30-11.30, Centro Sociale 2 agosto
Corso di Tai Chi
Ore 18.30-20.00, Centro Sociale Saffi

Mercoledì

Ginnastica dolce per anziani
Ore 9.15-10.15, Centro Sociale 2 agosto
Corso di Qi-Gong per anziani
Ore 9.30-11.00, Centro Sociale della Pace
Olitango – corsi di tango
Ore 10.45-12.00, Centro Sociale Tolmino
Gruppo di Cammino "Datti una Mossa"
Ore 10.00-11.00, Centro Sociale Tolmino
Ginnastica dolce per anziani a cura di UISP
Ore 16.30-18.30, Centro Sociale 2 agosto

Giovedì

Gruppo di stimolazione della memoria
Ore 9.00-10.30, Centro Sociale della Pace
Ginnastica dolce e memory training a cura di UISP
Ore 9.30-10.30, Centro Sociale Saffi
Balli di Gruppo a cura di UISP
Ore 10.30-11.30, Centro Sociale Saffi
Ginnastica dolce per anziani a cura di UISP
Ore 9.30-11.30, Centro Sociale 2 agosto
Corso di Tango over 65
Ore 17.30-18.30, Centro Sociale Saffi
Lezioni di Ballo, con Ass.ne Quelli del Giovedì
Ore 19.00-20.00, Centro Sociale Tolmino
Corso di Tango
Dalle ore 20.00, Centro Sociale Saffi

Venerdì

Ginnastica dolce per anziani
Ore 9.00-11.00, Centro Sociale della Pace
Ginnastica dolce per anziani
Ore 9.15-10.15, Centro Sociale 2 agosto
L'Appuntamento – ciclo di incontri su argomenti culturali
Dalle ore 15.00, Centro Sociale 2 agosto
Ginnastica dolce per anziani a cura di UISP
Ore 16.30-18.30, Centro Sociale 2 agosto
Incontri gruppo AMA sulle tematiche al femminile
Dalle ore 18.30, Centro Sociale Saffi

Sabato

Incontri sulla salute e il benessere
Ore 9.30-11.00, Centro Sociale Giorgio Costa
Serata di balli
Ore 15.00-18.00, Centro Sociale Tolmino

Domenica

Concerti di musica classica
Ore 11.00-12.30, Centro Sociale Giorgio Costa
Balli di gruppo
Ore 15.00-18.00, Centro Sociale Saffi

con la collaborazione del servizio e-Care

Concorso di idee 2019