

Promosso da



Realizzato con il contributo della



In collaborazione con



Anziani in Valle



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