

Cosa facciamo?

Ogni giorno ci saranno momenti tutti insieme (accoglienza, merenda, saluti e conclusione), intervallati da varie attività e laboratori svolti in gruppi più ristretti. Ognuno sarà libero di scegliere l'attività.

Attività e laboratori

❖ GINNASTICA DOLCE

movimento in compagnia al ritmo di musica: fa bene al fisico e all'umore!! (con l'aiuto di un fisioterapista)



❖ LETTURA DI ARTICOLI DI ATTUALITÀ

per tenere allenata la mente

❖ GIOCHI

i "classicissimi": carte e tombola
giochi di gruppo: "L'Eredità" e "Cruciverbone"



❖ KARAOKE

per rivivere le canzoni che ci hanno emozionato
faremo una gara canora (pensate già ai titoli!!)

❖ LABORATORIO CREATIVO

creazione di una cornice che ci rappresenti, taglio
arti stico della frutta

❖ LABORATORIO TECNOLOGICO

impariamo a usare il cellulare e il computer come i
giovani d'oggi!



❖ LABORATORIO DELLA MEMORIA (giovedì)

esercizi per tenere allenata la memoria con l'aiuto di un'educatrice
professionale che da anni lavora nel campo della stimolazione cognitiva

❖ USCITE

Mercoledì si organizzeranno (tempo permettendo) uscite a contatto con la
natura (merenda in valle) e/o visite a musei cittadini

Gite

Durante le due settimane verrà organizzata una
gita aperta a tutti in pullman in destinazione
ancora da definirsi.



A chi è rivolto?

Over 65 autosufficienti (priorità ai residenti di Mompiano)

Dove?

Presso il "Centro Alberi di San Francesco",
via Bligny n° 12, Mompiano (BS)
(I locali del centro sono climatizzati)

- Metro (uscita Mompiano), 100 m circa a piedi
- Autobus linea 15 (fermata vicino alla metro)
- Autobus linee 10 e 16 dalla città (fermata in via Branze)
- Possibilità di usufruire dei nostri trasporti per raggiungere il centro (da concordare al momento dell'iscrizione)



Quando?

Tre turni di 2 settimane (da Lunedì a Venerdì dalle 15 alle 18)

1. PRIMO PERIODO: dal 18 al 29 Giugno
2. SECONDO PERIODO: dal 2 al 13 Luglio
3. TERZO PERIODO: dal 16 al 27 Luglio

Tre modalità di iscrizione

- (1) Entrambe le settimane di un periodo
- (2) Una sola settimana
- (3) 5 giorni a scelta nelle due settimane di un periodo

Verranno privilegiate in successione le modalità (1), (2) e (3) fino ad
esaurimento dei posti disponibili (MAX 25 al giorno).