

Domenica 27 Ottobre

- **9.30 - 11.30 Escursione conoscitiva nel Parco del Lungoreno-sponda destra alla ricerca delle piante spontanee piu diffuse.**
Ritrovo in P.zza Giovanni XXIII, Capolinea Bus 14
- **15.30 - 17.30 Laboratorio per l'uso delle erbe in alcune sempli-ci preparazioni.**
- **18.00 Aperitivo e degustazione dei prodotti realizzati.**
A cura di Borgo Alice

Lunedì 28 Ottobre

- **14.30 - 16.00 Misurazione pressione**
A cura di Sig.ra Giannina  SALA BIBLIOTECA

Martedì 29 Ottobre

- **15.00 - 17.00 Corso Informatica Windows**
A cura di Primo  SALA COMPUTER

Giovedì 30 Ottobre

- **17.00 - 18.30 Progetto SalutOver2019**
Prevenzione cardiovascolare
Al termine dell'incontro BUFFET
A cura di Cisl Pensionati  SALA COLONNE
- **17.00 - 19.30 Balli 8cento**
A cura di Alessia  SALA VERANDA
- **20.00 - 24.00 Torneo di burraco a coppia con buffet dopo 1° turno**
A cura di Roberto/Gabriella  SALA COLONNE

DAL 16 SETTEMBRE 2019  **UISP**
AL 31 MAGGIO 2020


GINNASTICA DOLCE
GINNASTICA PER LA MEMORIA
BALLI DI GRUPPO


Lun. 8,00 - 12,00 16,00 - 17,00	Gio. 8,00 - 12,00 16,00 - 17,00
Mar. 9,00 - 12,00	Ven. 11,30 - 12,30
Mer. 9,30 - 11,30	

Tutti i Venerdì dalle ore 21


Il bar del centro sociale sarà aperto sotto la gestione dei ragazzi di Radio C.A.P.



Per info sugli eventi di **Radio C.A.P.**
Tel. 380 246 27 28 Giacomo Tarsitano
 webradiocap@gmail.com

Per info sugli eventi
YOGA DELLA RISATA *Incontri gratuiti*
 mariangela.bal@gmail.com

Centro Sociale Ricreativo e Culturale
ROSA MARCHI APS

Via Pietro Nenni, 11
Tel. 051.619 30 80 Fax. 051.199 847 92
 centrorosamarchi@gmail.com



Centro Sociale Ricreativo e Culturale
ROSA MARCHI APS



Attività
OTTOBRE
2019

Martedì 01 Ottobre

● 15.00 - 17.00 Corso Informatica Windows

A cura di Primo

👉 SALA COMPUTER

Mercoledì 02 Ottobre

● 17.00 - 18.30 Progetto **SalutOver2019**

Prevenzione del rischio osteoporotico ambientale

Al termine dell'incontro BUFFET

A cura di Cisl Pensionati

👉 SALA COLONNE

Giovedì 03 Ottobre

● 17.00 - 19.30 Balli 8cento

A cura di Alessia

👉 SALA VERANDA

Lunedì 07 Ottobre

● 14.30 - 16.00 Misurazione pressione

A cura di Sig.ra Giannina

👉 SALA BIBLIOTECA

Martedì 08 Ottobre

● 15.00 - 17.00 Corso Informatica Windows

A cura di Primo

👉 SALA COMPUTER

Giovedì 10 Ottobre

● 17.00 - 18.30 Progetto **SalutOver2019** *Impariamo a fare la spesa: scelte quotidiane, alimentari e sociali.*

Al termine dell'incontro BUFFET

A cura di Cisl Pensionati

👉 SALA COLONNE

Giovedì 10 Ottobre

● 17.00 - 19.30 Balli 8cento

A cura di Alessia

👉 SALA VERANDA

● 20.00 - 24.00 Torneo di burraco a coppia con buffet dopo 1° turno

A cura di Roberto/Gabriella

👉 SALA COLONNE

Venerdì 11 Ottobre

● 21.00 Yoga della risata *Incontro gratuito*

Con Mariangela Baldassarri

👉 SALA BERTONCELLI

Lunedì 14 Ottobre

● 14.30 - 16.00 Misurazione pressione

A cura di Sig.ra Giannina

👉 SALA BIBLIOTECA

Martedì 15 Ottobre

● 15.00 - 17.00 Corso Informatica Windows

A cura di Primo

👉 SALA COMPUTER

Giovedì 17 Ottobre

● 17.00 - 18.30 Progetto **SalutOver2019**

Il diabete, prevenzione e cura

Al termine dell'incontro BUFFET

A cura di Cisl Pensionati

👉 SALA COLONNE

● 17.00 - 19.30 Balli 8cento

A cura di Alessia

👉 SALA VERANDA

● 20.00 - 24.00 Torneo di burraco a coppia con buffet dopo 1° turno

A cura di Roberto/Gabriella

👉 SALA COLONNE

Venerdì 18 Ottobre

● 19.00 Storie, canti e balli tra le vigne

+ CENA A TEMA

A cura di Elena Musti

👉 VERANDA

Sabato 19 Ottobre

● 9.30 - 11.30 Corso di sfoglia mattarello

A cura di Fondazione OVIV

👉 SALA VERANDA

Lunedì 21 Ottobre

● 14.30 - 16.00 Misurazione pressione

A cura di Sig.ra Giannina

👉 SALA BIBLIOTECA

Martedì 22 Ottobre

● 15.00 - 17.00 Corso Informatica Windows

A cura di Primo

👉 SALA COMPUTER

Giovedì 24 Ottobre

● 17.00 - 18.30 Progetto **SalutOver2019** *Piede diabetico, prevenire è davvero meglio che curare*

Al termine dell'incontro BUFFET

A cura di Cisl Pensionati

👉 SALA COLONNE

● 17.00 - 19.30 Balli 8cento

A cura di Alessia

👉 SALA VERANDA

● 20.00 - 24.00 Torneo di burraco a coppia con buffet dopo 1° turno

A cura di Roberto/Gabriella

👉 SALA COLONNE

Venerdì 25 Ottobre

● ore 18:00. ERA TUO PADRE *Presentazione del romanzo di Alessandro Gallo, edizioni Rizzoli.*

Al termine dell'incontro BUFFET

A cura di Radio C.A.P. Cominciamo A Parlare

Sabato 26 Ottobre

● 9.30 - 11.30 Corso di sfoglia mattarello

A cura di Fondazione OVIV

👉 SALA VERANDA

● 16.00 Conferenza/dibattito *Conoscere le erbe spontanee.* Con Maria Grazia De Nizza, biologa nutrizionista, erborista, docente di Scienza dell'Alimentazione

● Ore 17.30 Dibattito e approfondimenti.

A conclusione aperitivo per tutti.

A cura di Borgo Alice

👉 SALA BERTONCELLI