



(ricordo di una gita immersi nella natura)

Raccontami ottobre, le foglie che cadono, le giornate che si accorciano e le tisane che si fanno sempre più profumate quando è sera.
(Fabrizio Caramagna)

Gli operatori del Centro Polivalente San Zeno

NUMERO 64 - OTTOBRE 2024

CON L'ARRIVO DI **OTTOBRE**, IL CENTRO SAN ZENO SI PREPARA A UN MESE RICCO DI EVENTI, INCONTRI E OPPORTUNITÀ PER **SOCIALIZZARE E CRESCERE INSIEME**, PER RITROVARCI E SCOPRIRE NUOVE PASSIONI.

IL PROGRAMMA DI OTTOBRE È PENSATO PER TUTTI: DAI **CONCERTI** ALLE **ATTIVITÀ CULTURALI**, DALLE **LETTURE AD ALTA VOCE** ALLE SESSIONI DI **GINNASTICA POSTURALE**.
OGNI ATTIVITÀ RAPPRESENTA UN MOMENTO DI CONDIVISIONE, DOVE IL SAPERE E L'ESPERIENZA SI INTRECCIANO CON IL **DIVERTIMENTO** E LA **CREATIVITÀ**.

INIZIAMO IL MESE CON LA **FESTA DEI NONNI**, UNA CELEBRAZIONE SPECIALE CHE UNISCE GENERAZIONI ATTRAVERSO LA **MUSICA** E IL **GIOCO**.

NEI GIORNI SUCCESSIVI, CI SARANNO **INCONTRI STIMOLANTI** CON ESPERTI E ASSOCIAZIONI COME **RAINBOW SENIORS** E LA **FONDAZIONE BARAK KULTURY**, CHE CI OFFRIRANNO SPUNTI DI RIFLESSIONE E DISCUSSIONE SU TEMI DI **RILEVANZA SOCIALE E CULTURALE**.

MA NON È SOLO IL SAPERE A GUIDARCI; È ANCHE IL BENESSERE FISICO. IL **CORSO DI TAI CHI** E LE SESSIONI DI GINNASTICA POSTURALE SONO PENSATI PER PROMUOVERE **LA SALUTE E LA SERENITÀ INTERIORE**.

Gli operatori del Centro Polivalente San Zeno

PROGRAMMA OTTOBRE CENTRO SAN ZENO

Dal lunedì al venerdì

9:00 - 12:00 Facilitatore digitale su appuntamento, necessario SPID e documenti vari in base alle domande

9:00 - 11:45 e 16:00 - 18:30: Biblioteca gestita da AIPD-Pisa, prestito libri e sala lettura

Orari vari e su iscrizione: Ginnastica dolce

Lunedì

15:30 - 18:00 Giochi in compagnia - carte, giochi da tavolo, uncinetto e tutto ciò che vi va!

Martedì

9:30 - 11:00 Corso base di **Inglese** con insegnante madrelingua

15:30 - 18:00 Tombola!

Giovedì

10:15 - 11:45 Corso di utilizzo dello **Smartphone**

16:00 - 17:00 Laboratorio Manuale, **La Tartaruga**

Venerdì

15:30 - 18:00 Tombola!

PROGRAMMA OTTOBRE CENTRO SAN ZENO

APPUNTAMENTI SPECIALI

Mercoledì 2 (15:30) - Festa dei Nonni! Tombola a premi con intrattenimento musicale del fisarmonicista Dino Shemshiri

Giovedì 3 (17:00) - Incontro con Rainbow Seniors e la fondazione culturale Barak Kultury di Poznań

LUNEDÌ 7 (16:30) - Concerto di Voices in The Wind

LUNEDÌ 7 - 14 (17:30 -18:30) - Ginnastica posturale, a cura di Anna Maria Ghianda. La Banca del Tempo

MERCOLEDÌ 9 (16:00) - Visita alla Galleria d'Arte Aorta

MERCOLEDÌ 16 (17:30) - Incontro con la Dott.ssa Margherita Donaera, Psicologa

SABATO 19 (15:30 - 18:30) - Il folklore di buenos aires a Pisa in collaborazione con Banca del Tempo e Giratempo

LUNEDÌ 21 e 28 (17:00 - 18:30) - Letture ad alta voce, a cura di Alessandra Manfredini. Banca del Tempo

LUNEDÌ 21 e 28 (15:00 - 16:00) - Corso di Tai Chi con Pisa Parkinson

GIOVEDÌ 24 (9:30) - Gita a al Tempio Buddhista di Pomaia

MERCOLEDÌ 30 (16:30) - Incontro con la dottoressa Angela Giacobelli. Introduzione allo Sportello vittime

GIOVEDÌ 31 (15:30) - Festa di Halloween. Tombola mascherata e portaparty