

NUMERO 68 - FEBBRAIO 2025

Febbraio è il mese più corto dell'anno, ma le sue giornate fredde possono essere un'ottima occasione per scaldarci con momenti di compagnia e nuove attività al Centro Polivalente San Zeno.

Questo mese ci porta **San Valentino**, una bella scusa per ricordarci di volerci bene e di coltivare i legami con chi ci sta intorno. Non dimentichiamo poi il **Carnevale**, che con i suoi colori e allegria ci invita a riscoprire la leggerezza, il gioco e le "chiacchiere". Fazzoletti, cenci, bugie... voi come le chiamate?

Gli scherzi di Carnevale sono simpatici ma gli scherzetti dei truffatori non lo sono di certo: quando ricevete **email o messaggi** che sembrano sospetti, non cliccate su link o allegati. Spesso le truffe si nascondono dietro promesse allettanti o richieste urgenti. Se avete dubbi, **chiedete aiuto** ai vostri figli, nipoti o agli operatori del Centro: siamo qui per darvi una mano!

Se ricevi messaggi che ti chiedono di fornire **dati personali**, come il numero di carta di credito o la password, **fermati** e non rispondere. Le aziende serie non chiedono mai informazioni sensibili tramite email o messaggi.

Vi aspettiamo per rendere insieme questo febbraio ricco di calore e divertimento!

Gli operatori del Centro Polivalente San Zeno

PROGRAMMA FEBBRAIO CENTRO SAN ZENO

Dal lunedì al venerdì

9:00 - 12:00 e 15:00 - 18:00 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!

15:00 - 16:00 - Corso di **Tai Chi** con **Pisa Parkinson**

Martedì

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

15:30 - 18:00 Tombola!

Mercoledì

15:30 - 18:00 Buone **letture in biblioteca oppure giochi** in compagnia - carte, giochi da tavolo, uncinetto etc

17:15 - 18:15 Danzaterapia

15:30 - 17:00 Corso di **Scrittura Creativa** "Il viaggio della vita". Gradita la prenotazione al 3444908954

Giovedì

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

16:00 - 18:00 Laboratorio Manuale, **La Tartaruga**

Venerdì

15:30 - 18:00 Tombola!

PROGRAMMA FEBBRAIO CENTRO SAN ZENO

APPUNTAMENTI SPECIALI

Sabato 1 (15:00) - Corso di **BLS-D**

Giovedì 13 (10:15) - Giornata mondiale per la **sicurezza in rete!** **Lezione speciale** al corso di smartphone

Venerdì 14 (15:30) - Festa di **San Valentino**, tombolata e tanto **amore <3**

Lunedì 17 (15:30) - Pomeriggio di **Scacchi**

Mercoledì 19 (15:30) - **Festeggiamo il carnevale!** Creiamo la **maschera migliore** e mangiamo le **chiacchiere e frittelline** insieme

Lunedì 24 (15:30) - Scoprire la **nutrizione** con la dott.ssa Bruschi - **La longevità a tavola.**

Mercoledì 26 (9:30) - **Gita a Montecatini.** Visita guidata al centro termale + visita alla città. Necessaria la prenotazione a partire dal 7 febbraio 050/7846982

Mercoledì 26 (16:30) - Club del Libro, **Dell'amore e di altri demoni** di Gabriel García Márquez

Venerdì 28 (17:20) - Visita guidata **Palazzo Pilo Boyl**, necessaria la prenotazione 050/7846982



(ricordo di una mostra affascinante e unica nel suo genere)

Febbraio, mese breve e silenzioso, dove il freddo abbraccia ogni passo curioso.

Sotto cieli grigi e nuvole basse, il cuore si riempie di promesse.

San Valentino accende il suo fuoco, con regali e baci che scaldano un poco.

Tra cuori e fiori, l'amore che brilla, il Carnevale danza e scintilla.

Maschere, colori, risate in festa, un mese che la gioia manifesta.

E mentre il gelo sfiora il cammino, il raggio della primavera si fa più vicino.

(Martina Piano)

Gli operatori del Centro Polivalente San Zeno