

PER INFO & ISCRIZIONI:

**Segreteria Co-progettazione Anziani
Attivi,**

Via Vuillerminaz, 7 - Aosta

Tel. 0165 210745

Orari di apertura:

dal lunedì al venerdì dalle 8:30 alle 12:30

lunedì dalle 14:30 alle 17:30

giovedì dalle 14:30 alle 16:30

**Servizio
di Prossimità
Tel. 346 693 3336**

Per partecipare alle attività è necessario avere la tessera Anziani Attivi

SI RINGRAZIANO PER LA COLLABORAZIONE:

Comitato Regionale Valle d'Aosta UNICEF

Associazione AUSER - Valle d'Aosta

Associazione CULTURALMENTE AOSTA

UISP Valle d'Aosta

Coordinamento Solidarietà Valle d'Aosta

Tavolo Tecnico Permanente sulla Corresponsabilità Educativa e sulla Legalità - RAVA

Comune di Gressan

Proloco Gressan

Tavolo delle Risorse del Quartiere Cogne

Tavolo delle Risorse del Quartiere Dora

Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale - ALICE Valle d'Aosta O.D.V.

Dipartimento di Prevenzione e Salute AUSL - VDA

ASD Polisportiva Sant'Orso Aosta

ASD Polisportiva VDA

Gruppo volontarie ALBA

Corpo Infermiere Volontarie C.R.I. - Croce Rossa Italiana - Comitato Della Valle D'Aosta

Associazione Forme Vitali

Bocciofila Quartiere Cogne

FIDAL - Federazione Italiana di Atletica Leggera

LABORATORI

POMERIGGI DANZANTI

PEZZOLI 1938

Fraz. Pilet, 6 - Gressan (AO)

DOMENICA 7 GENNAIO - William & Alessandra
Band

DOMENICA 21 GENNAIO - Liscio 2000

DOMENICA 28 GENNAIO - SUMMER

DOMENICA 11 FEBBRAIO - Lorenzo duo Band

DOMENICA 18 FEBBRAIO - Marco & Simon Band

DOMENICA 25 FEBBRAIO - Iseo

DOMENICA 10 MARZO - Iseo

DOMENICA 17 MARZO - Mike e i simpatici

DOMENICA 24 MARZO - SUMMER

dalle 14.30 alle 18.30

Ingresso: € 6,00



TORNEI DI CARTE

Sabato 13 gennaio

Sabato 17 febbraio

Sabato 16 marzo

Alle ore 14.00

Presso il Baretto di Via Vuillerminaz, 3 -
Aosta



GIOCO DI CARTE

Proposto dall'AUSER VALLE D'AOSTA

Quartiere Dora-Locali Anziani Attivi
Loc. Croix Noire, 38 - Aosta

TUTTI I MERCOLEDÌ dalle 14.30

Riprende il 10 gennaio

Attività gratuita

LABORATORIO POUETTE

Proposto dall'UNICEF VALLE D'AOSTA

Quartiere Dora-Locali Anziani Attivi
Loc. Croix Noire, 38 - Aosta

TUTTI I VENERDÌ dalle 14:30 - 17:30

Riprende il 2 febbraio

Attività gratuita

LABORATORIO IDEA DONNA

Proposto dall'associazione

CULTURALMENTE AOSTA

P.zza Soldats de la Neige, 6 - Aosta
è necessario il tesseramento
all'associazione

TUTTI I LUNEDÌ, GIOVEDÌ dalle 14.30

Attività gratuita



YOGA CON MARISA

Proposto dall'insegnante di yoga Marisa Adriani "Miss Mary"

Quartiere Dora-Locali Anziani Attivi
Loc. Croix Noire, 38 - Aosta

27 gennaio 9:30 lezione aperta e gratuita

5 INCONTRI DALLE ORE 9.30-10:30

5, 6, 7, 8 e 9 febbraio

Iscrizioni dal 29 gennaio

Costo € 30,00 - 5 incontri



MOVIMENTO ARMONICO ATTRAVERSO LA DANZA

Proposto dall'associazione **FORME VITALI**

Quartiere Dora-Locali Anziani Attivi
Loc. Croix Noire, 38 - Aosta

5 MARTEDÌ DALLE ORE 15.00-16:00

Dal 16 gennaio

Iscrizioni entro il 12 gennaio

Costo € 40,00 - 5 incontri

MISURAZIONE DELLA PRESSIONE E INFORMAZIONI

con la collaborazione della **Croce Rossa Italiana - Comitato di Aosta, ALICE ONLUS, CSV VDA** e il **Corpo Infermiere Volontarie C.R.I.**

GIOVEDÌ 04 GENNAIO 16:00 - 18:00

GIOVEDÌ 18 GENNAIO 16:00 - 18:00

GIOVEDÌ 01 FEBBRAIO 16:00 - 18:00

GIOVEDÌ 15 FEBBRAIO 16:00 - 18:00

GIOVEDÌ 29 FEBBRAIO 16:00 - 18:00

GIOVEDÌ 14 MARZO 16:00 - 18:00

GIOVEDÌ 28 MARZO 16:00 - 18:00

Presso il Baretto di Via Vuillerminaz, 3
Aosta

Attività gratuita



GIORNATA DI SCREENING CONTRO L'ICTUS CEREBRALE

In collaborazione con l'**Associazione A.L.I.C.E. VdA e CSV VdA**

Presso il baretto, via Vuillerminaz, 3

DATA DA DESTINARSI

dalle 08.00 alle 12.00

Saranno eseguiti i seguenti esami:

- Controllo colesterolo
- Controllo glicemia
- Controllo pressione
- Scheda valutazione rischio ictus

Per partecipare sarà necessario prenotarsi telefonando al numero del Servizio di Prossimità:

346 693 3336 (dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00)

Attività gratuita

GINNASTICA IN ACQUA

con la collaborazione del
Dipartimento di Prevenzione AUSL-VDA
con l'istruttore **Moreno Gradizzi** e il
Recordman Mondiale di Apnea
Nicola Brischigiario

Piscina di Variney
Fraz. Chez-Roncoz Variney, 29/C - Gignod

DALLE ORE 10:00 - 12:00

GENNAIO:

martedì 16 e martedì 23

FEBBRAIO:

martedì 6, martedì 13, martedì 20

Iscrizioni: dal 18 dicembre fino al 9 gennaio

Costo: € 31,00

PRANZI E GITE

DOMENICA 11 FEBBRAIO

PRANZO DI CARNEVALE

Costo: € 23,00 solo pranzo
€ 29,00 pranzo+ballo

PEZZOLI 1938
Fraz. Pilet, 6 - Gressan (AO)

A seguire ballo con musica dal vivo con Iseo

Iscrizioni dal 22 gennaio al 7 febbraio.



SABATO 24 FEBBRAIO

GITA DEL BOLLITO

Costo: € 46,00

Pranzo presso il Ristorante "Bue Grasso" di Carrù. A seguire pomeriggio al centro commerciale e outlet Mondovicino.

Iscrizioni dal 22 gennaio al 5 febbraio.



SABATO 16 MARZO

GITA TORINO AL MUSEO LAVAZZA

Costo: € 29,50

Gita con visita guidata presso il museo della Lavazza a Torino. In seguito pranzo e pomeriggio libero nel centro di Torino.

Iscrizioni dal 19 febbraio al 1 marzo.

