

CORSI E ATTIVITA' ANNO SOCIALE 2017-18

Sede de *Il Melograno* presso il Centro Civico Le Rughe, Viale America

- 1) **Corso di Yoga** (lunedì ore 17.00 / giovedì ore 10.00).
- 2) **Ping pong libero** (martedì, mercoledì e venerdì ore 17.00).
- 3) **Il Salotto del Melograno** (giovedì ore 17.00) uno spazio libero, una volta a settimana, dove prendere un tè, una tisana o un caffè con gli amici e i soci, farsi una partita a scacchi o a carte.
- 4) **Clip: Circolo Lettori Piccoli, Letture animate ad alta voce con spettacolo di Burattini** (un sabato al mese).
- 5) **Il Tour dei desideri** nelle scuole, dialogo con i bambini e i ragazzi, per incoraggiarli a perseguire i loro sogni e desideri di vita, attraverso i libri (dopo il successo delle esperienze realizzate nelle scuole a Roma e Formello). Su richiesta.
- 6) **“Il Pane dei poveri”**, tutti i giorni, i volontari – a turno - raccolgono il pane offerto dal forno di Luca Militi (Le Rughe) che verrà consegnato ai giovani del Centro Cusmano di Anguillara e all'Istituto per anziani S.Giuseppe di Campagnano.
- 7) **“In dialogo con gli anziani”**: i volontari fanno amicizia e aiutano gli anziani ospiti del S.Giuseppe di Campagnano.
- 8) **Circolo per lettori e non lettori**, con la presentazione di libri, anche alla presenza degli scrittori.
- 9) **Circolo “Letture del benessere”** con Giovanna Micaglio e Giovanna Iorio (in collegamento skype da Londra).
- 10) **Counseling, libri e...carezze**, rivolto agli adulti, per ritrovare la gioia, l'armonia interiore e l'energia positiva (psicologhe Emanuela Nizzi e Silvia Vizzaccaro). Ultimo sabato del mese, ore 9.00
- 11) **Corso letture ad alta voce per insegnanti** (a cura di Giovanna Micaglio)

Inoltre il Melograno organizzerà:

- **Incontri pubblici su “Cibo e Benessere”**, sulla corretta alimentazione, con la nutrizionista de Le Rughe Rita Marchetti, la naturopata Elisabetta Cireddu, la psicologa Silvia Vizzaccaro (in data da stabilirsi).
- **Incontri sulle Ricette antiche e sulle “ricette delle monache”** con la giornalista e scrittrice esperta di cibi e di diete Silvana Bevilacqua Calzolari (in data da stabilirsi)
- Altre iniziative culturali, di beneficenza o per il tempo libero verranno rese note nel corso dell'anno

info 335 6609162