



---

in collaborazione con



---

# Estate Anziani 2008

ATTIVITA' MOTORIE, SOCIALIZZANTI, CULTURALI E RICREATIVE

collegato al progetto ... *la forza dell'Anziano*

Programma

**LUGLIO - AGOSTO - SETTEMBRE**

**2008**

Per informazioni:

**ANCESCO** – Via dell'Agnolo 1/b – Tel. 055 2343021

**AUSER** – Via G.Lanza 33 – Tel. 055 674573

**UISP** – Via F.Bocchi 32 – Tel. 055 6583523

A fronte dell'esperienza della scorsa stagione, le associazioni A.N.Ce.S.C.A.O., Auser, U.I.S.P. hanno elaborato un programma di iniziative per l'Estate Anziani 2008, pensate e organizzate in virtù delle criticità e dei punti di forza dell'E.S. 2007.

Fermi restando gli obiettivi dell'iniziativa, ossia:

- **sostegno agli anziani soli nel periodo estivo**
- **promozione di stili di vita sani che, interpretando l'esistenza del singolo individuo nella sua complessità, allontanino nel tempo il rischio dell'emarginazione sociale, della non autosufficienza e, di conseguenza di un'inevitabile istituzionalizzazione**
- **facilitare l'acquisizione di buone pratiche (dalla lettura all'attività motoria; dalla visita ai musei a un'alimentazione corretta) investibili anche autonomamente nel resto dell'anno con esiti positivi sulla qualità della vita,**

nella progettazione di questa proposta sono stati seguiti alcuni principi operativi, qui di seguito esplicitati:

**1. ETEROGENEITA' degli interventi.** Le attività *classiche* rivolte agli anziani (gioco delle carte, ballo liscio, ginnastica leggera) saranno integrate ed affiancate da iniziative nuove, miranti non soltanto a rendere più durature e positive le ricadute dell'E.S. – rispondendo a esigenze sinora marginalmente considerate -, ma a trasformare appuntamenti rivolti a un determinato target di utenti (gli anziani nel nostro caso), in manifestazioni che interessino la cittadinanza tutta, e quindi davvero capaci di promuovere efficaci politiche di integrazione/socializzazione.

**2. INTEGRAZIONE tra eventi.** Pur garantendo l'autonomia programmatoria e gestionale di ogni singola associazione negli spazi di propria competenza, il calendario dell'E.S.2008 propone lo svolgimento di più attività in una stessa data.

- Tale modalità faciliterà il maggior successo delle singole iniziative e una più facile pubblicizzazione delle stesse.

Nel corso della programmazione estiva verranno organizzati incontri (con calendario da definire) su:

- **Prevenzione dal decadimento psico-fisico e nuovi stili di vita**
- **Corretta alimentazione**
- **Valore della motorietà (attività motoria adattata – esercizi bioenergetici)**
- **Sicurezza domestica e domotica**
- **Acquisto consapevole; vademecum del risparmio**
- **Prevenzione salute, aspetti cardiologici, tumorali e depressivi**

### **3. INDAGINE LA FORZA DELL'ANZIANO – NUOVI STILI DI VITA**

Durante la programmazione degli eventi verrà realizzato un approfondimento analitico sui risultati dell'indagine svolta i cui risultati sono oggetto dei 6 reports (1 generale e 5 di quartiere) collegando i risultati emersi agli obiettivi posti nella fase progettuale (stili di vita – movimento – alimentazione - socializzazione).

Le associazioni coinvolte partecipano all'ESTATE ANZIANI 2008, collegata al Progetto suddetto, ad integrazione ed in termini di sussidiarietà alle proposte della Società della Salute.

Per tutte le informazioni ed aggiornamenti organizzativi i cittadini sono invitati a contattare le segreterie delle Associazioni.

# PROGRAMMA



## INFO E CONTATTI: **ANCESCAO Firenze**

055 2343021

Via dell'Agnolo, 1/b

<b>Eventi ludico-ricreativi</b>	<b>C.S.A. Il Quercione Prato del Quercione alle Cascine</b>	<b>Cabaret – Musica leggera. Pranzi gratuiti tutti i giorni per 20-25 pers., previa prenotazione). Feste sociali, feste danzanti (musica dal vivo). Rassegna cinematografica. Gare di briscola, Tombola. Corrida e Karaoke.  Mercoledì 9 Luglio: Spettacolo di cabaret.  Mercoledì 6 Agosto: Recite in vernacolo e barzellettieri.  Tutte le settimane: Giovedì, Sabato e Domenica: Ascolto musica e danze con orchestre dal vivo.</b>	<b>Attività giornaliere e settimanali (sarà data specifica comunicazione mediante stampa, segreteria e bacheca del C.S.A. Il Quercione)  ore 16.00  ore 16.00  dalle ore 15.30 alle ore 19.30</b>
<b>Attività culturali ed ambientali</b>	<b>C.S.A. Il Quercione Prato del Quercione alle Cascine</b>	<b>Proseguono gli incontri culturali già in essere inerenti la famiglia Medici, Garibaldi, Dante Alighieri, Galileo Galilei, Firenze com'era e quelli riguardanti la</b>	<b>Contattare la Segreteria Ancescao</b>

		<b>letteratura italiana dell'800 (Leopardi, Manzoni, Foscolo).</b>	
<b>Gite già organizzate</b>	<b><u>Urbino</u> (visita guidata della città).</b>	<b>18 Giugno</b>	
<b>Gite già organizzate</b>	<b><u>Il Mugello</u> (con degustazione di prodotti tipici).</b>	<b>26 Giugno</b>	<b>Ritrovo a Piazza Adua</b>
	<b><u>Antignano (LI)</u> (pranzo a base di pesce).</b>	<b>11 Luglio</b>	<b>Ritrovo a Piazza Adua</b>
	<b><u>Borgo S. Lorenzo</u> Festa della battitura del grano (con pranzo incluso e danze con orchestra dal vivo).</b>	<b>13 Luglio</b>	
<b>Gite sociali</b>	<b>Toscana, Montagne Pistoiesi (S. Marcello Pistoiese, Gavinana, Maresca, Abetone, Sestola, Porretta Terme). Umbria, Liguria, Emilia Romagna, Marche, Abruzzo.</b>	<b>Mese di Settembre</b>	

<b>Visite museali</b>	<b>Opificio delle Pietre Dure, Museo di Storia Naturale, Accademia Leonardi Vinci, Museo del Bigallo, Museo di Palazzo Vecchio, Museo ideale di Vinci.</b>		
<b>Visite a giardini e parchi</b>	<b>Giardino Bardini, Parco delle Cascine (Il territorio e la fauna).</b>		
<b>Mattinate fiorentine</b>	<b>Visita alle più prestigiose cantine del chianti classico.</b>		
<b>Corsi di informatica</b>			
<b>Prevenzione e salute</b>	<b>Incontri su: cardiologia, tumori, depressione. Corsi di attività motoria adattata. Esercizi bioenergetici.</b>		



**INFO E CONTATTI:**  
**ANCESCAO Firenze**  
055 2343021  
Via dell'Agnolo, 1/b

## PROGRAMMA



**volontariato Firenze**

**INFO E CONTATTI:**

**055- 674573**

**800.99.59.88**

<b>ATTIVITA' RICREATIVE, CULTURALI, FORMATIVE</b>				
<i>Viae Musicae. Notturmi al Cenacolo: visite straordinarie al Cenacolo di Santo Spirito con concerti di musica classica e spettacoli teatrali</i>	<b>Cenacolo di Santo Spirito</b>	<b>di</b>	<b>venerdì 6 giugno venerdì 20 giugno</b> (cfr. Il percorso monumentale fiorentino) <b>venerdì 4 luglio venerdì 18 luglio</b> (cfr. il percorso monumentale fiorentino)	<b>ore 21.00</b>
<b>Le Piazze dell'Estate: spettacoli di teatro in P.za SS. Annunziata e P.za Santa Croce</b>	<b>P.za SS. Annunziata P.za Santa Croce</b>		<b>venerdì 13 giugno</b> P.za SS. Annunziata <b>venerdì 27 giugno</b> P.za SS. Annunziata <b>venerdì 11 luglio</b> P.za Santa Croce <b>venerdì 25 luglio</b> P.za Santa Croce	<b>ore 21.00</b>
<b>Visite ai musei fiorentini</b>	<b>Musei di Firenze:</b> <i>Galleria d'arte Moderna e del Costume; Galleria Palatina; Museo degli Argenti; Giardino di Boboli; Galleria degli Uffizi; Opificio delle Pietre Dure;</i>		<b>Martedì 17 giugno Martedì 1 luglio Martedì 15 luglio Martedì 29 luglio Martedì 5 agosto Martedì 26 agosto Martedì 2 settembre Martedì 16 settembre</b>	<b>Ore 10.30 di fronte alle biglietterie</b>

<p><b>"Pellicole d'estate":</b>          proiezione di film          del Novecento          cinematografico          italiano.          A seguire...  <i>Cocomerata</i></p>	<p>Parco Giardino          delle Medaglie          d'Oro - Q. 5</p>	<p>lunedì 16 giugno          lunedì 30 giugno          lunedì 7 luglio          lunedì 21 luglio          lunedì 8 settembre          lunedì 15 settembre</p>	<p>ore 21.00</p>
<p><b>Librovagando;</b>          prestito di libri          itinerante. Letture ed          animazione</p>	<p>P.zza D'Azeglio,          P.zza SS.          Annunziata</p> <p>P.zza Medaglie          d'Oro</p>	<p>Due venerdì al mese</p> <p>Tutti i mercoledì</p>	<p>ore 17 – 18.30</p> <p>ore 17 – 18.30</p>
<p><b>Tombolate e tornei          di carte</b></p>	<p>Chalet Parco          Giardino delle          Medaglie d'Oro          - Q. 5</p>	<p>Mercoledì 18 giugno:          Tombolata con premi e          a seguire...<i>buffet estivo          con frutti di stagione</i></p> <p>Mercoledì 9 luglio:          Torneo di carte con          premi ...<i>buffet estivo con          frutti di stagione</i></p> <p>Mercoledì 6 agosto:          Tombolata con          premi...<i>buffet estivo con          frutti di stagione</i></p> <p>Mercoledì 10 settembre:          Torneo di carte con          premi ...<i>buffet estivo con          frutti di stagione</i></p>	<p>ore 17.00</p>
<p><b>TURISMO          SOCIALE</b></p>	<p>Tale attività si          svolgerà solo nel          caso di          raggiungimento          di 50          partecipanti; è          prevista una          piccola quota          parte di          partecipazione (5          €)</p>		
<p><b>Gita</b></p>	<p><i>Le cave di          marmo e il mare          di Viareggio</i></p>	<p>23 agosto</p>	<p>Ritrovo ore 7          presso Piazza          Adua</p>

# PROGRAMMA



## INFO E CONTATTI: **UISP AREA DIRITTI SOCIALI**

055 6583523

Ore 15.00 – 19.00

Via F. Bocchi 32, Firenze

<u>TIPO ATTIVITA'</u>	<u>LUOGO</u>	<u>DATA</u>	<u>ORARIO</u>
Ginnastica nei parchi	Ingresso Piscina Pavoniere – Q.1	Dal 3 luglio al 18 settembre <i>Tutti i lunedì e giovedì</i>	10.15 – 11.15
Ginnastica nei parchi	Giardini del Cenacolo, Area San Salvi Q.2	Dal 2 luglio al 19 settembre <i>Tutti i mercoledì e venerdì</i>	9.30 – 10.30
Ginnastica nei parchi	Villa Favard – Q.2	Dal 1 luglio al 18 settembre <i>Tutti i martedì e giovedì</i>	9.00 – 10.00
Ginnastica nei parchi	Area Pettini Burresi Q.2	Dal 2 luglio al 19 settembre <i>Tutti i mercoledì e venerdì</i>	9.00 – 10.0
Ginnastica nei parchi	Anconella presso Cupola – Q.3	Dal 1 luglio al 18 settembre <i>Tutti i martedì e giovedì</i>	10.15 – 11.15
Ginnastica nei parchi	Villa Strozzi – Q.4	Dal 3 luglio al 18 settembre <i>Tutti i lunedì e giovedì</i>	9.00 – 10.00
Ginnastica nei parchi	Parco Stibbert – Q.5	Dal 2 luglio al 19 settembre <i>Tutti i mercoledì e venerdì</i>	9.00 – 10.00



<b>Trekking leggero e passeggiate nei parchi</b>	<b>Parco delle Cascine "Riconosciamo le piante" ritrovo ingresso Piscina Pavoniere</b>	<b>15 Luglio 5 Agosto</b>	<b>9.30 sino a conclusione passeggiata</b>
<b>Trekking leggero e passeggiate nei parchi</b>	<b>"Il fiume Arno e le sue rive", ritrovo ingresso campi sportivi Albereta2000</b>	<b>24 Luglio 9 Settembre</b>	<b>9.30 sino a conclusione passeggiata</b>
<b>Trekking leggero e passeggiate nei parchi</b>	<b>"Riconosciamo le piante" dal giardino dell'Orticoltura al parco di Villa Stibbert; ritrovo ingresso giardino dell'Orticoltura</b>	<b>8 Luglio 2 Settembre</b>	<b>9.30 sino a conclusione passeggiata</b>
<b>Trekking leggero e passeggiate nei parchi</b>	<b>Il percorso monumentale fiorentino : da Santa Croce al Cenacolo di Santo Spirito</b>	<b>18 Settembre</b>	<b>19.30 con <i>cena a sacco</i> e possibilità di assistere agli spettacoli di <i>Notturmi al Cenacolo</i></b>
<b>Biciclettate ecologiche</b>	<b>Parco dell'Albereta; ritrovo presso campi sportivi Albereta 2000</b>	<b>23 luglio 3 settembre</b>	<b>Ore 10.00</b>
<b>Biciclettate ecologiche</b>	<b>Parco delle Cascine ritrovo ingresso Piscina Pavoniere</b>	<b>27 agosto 10 settembre</b>	<b>Ore 10.00</b>
<b>Attività natatoria</b>	<b>Piscina Pavoniere</b>	<b>Tutti i giorni con tariffa agevolata</b>	<b>Durante il normale orario di apertura</b>
<b>Golf (corso promozionale)</b>	<b>Parco di Firenze (Argingrosso) presso il Golf Club</b>	<b>Il corso prevede 4 lezioni ed un minimo di 4 partecipanti</b>	<b>Per informazioni: 055/6583501</b>

<b>Turismo Sociale</b>	<b>Gita 1 giorno Vallombrosa (monastero e parco arboreo)</b>	<b>23 Luglio</b>	<b>Ritrovo ore 8.30</b>
<b>Turismo Sociale</b>	<b>3 giorni (2 notti) Porretta Terme e dintorni</b>	<b>27 - 29 Agosto</b>	<b>Ritrovo ore 8.30</b>
<b>Turismo Sociale</b>	<b>4 giorni (3 notti) Costa Amalfitana</b>	<b>11 – 14 Settembre</b>	<b>Ritrovo ore 7.00</b>

**INFO E CONTATTI:**  
**UISP AREA DIRITTI SOCIALI**

055 6583523

Ore 15.00 – 19.00

Via F. Bocchi 32, Firenze

