**CustoDIAMOCI – programma gen-apr 2024**

Presentiamo le seguenti attività rivolte a tutti, finalizzate a promuovere il benessere e la socialità a tutte le età (obiettivo n°3 Agenda 2030). Per prender parte alle attività è richiesta una card del costo di 10€ annuale di adesione al progetto.

* Ore **17:00-18:00 – lunedì – Tai Chi**  adatto a tutti (12 incontridall’8/01)
* **ore 16:00-17:00 – lunedì - Ginnastica dolce tipo yoga** adatto a tutti (7 incontri dal 5/02)
* Ore **15-17:30 – lunedì e mercoledì** – **Philocafè** Laboratorio di ricamo e lavoro a maglia
* Ore **17:00-18:30 – venerdì** – **Doposcuola per bambini < 12 anni** Verrà offerto ai bambini (soprattutto stranieri) aiuto nello svolgimento dei compiti. Il numero dei bambini che potremo seguire, sarà in proporzione al numero di volontari. (A partire da venerdì 13/10)
* Ore **15:30-16:30 – martedì e ore 16:00-17:00/17:00-18:00 giovedì** – **Corso base e avanzato di inglese** 10 incontri a partire da martedì 06/02.
* Ore **10-11 – martedì e giovedì – Alfabetizzazione digitale** Affiancamento nell’apprendere ad utilizzare lo smartphone e le app più utili per essere più “connessi”. (10 incontri, da martedì 6/02, dalle 11 alle 12)
* Tutte le settimane, martedì, mercoledì e giovedì, dalle 10 alle 12 **– Volontaria/o al Fagotto** È un progetto di riciclo-riuso di abiti e oggetti usati. Qui potrai prendere parte allo smistamento e al riordino dei capi in ingresso e co-progettare l’avvio dell’eco-shop online.

*Nome* ……………………………… C*ognome*………………………………………

*Data di nascita*…………………….. *Cellulare*………………………………………

*E-mail*………………………………

**Tutela della privacy:** autorizzo l’*Associazione Salve!* al trattamento dei dati personali per le attività e le finalità proprie del progetto CustoDIAMOCI. *Firma*………………………………