

 CITTÀ DI TORINO	ISTANZE DI CONTRIBUTO Presentata in data 14-04-2025 14:42:27	
--	--	---

CIRCOSCRIZIONI

Seleziona la circoscrizione a cui intendi destinare la richiesta

Circoscrizione II

RICHIEDENTE

Sei il richiedente o stai compilando l'istanza per una altra persona?

Richiedente

Richiedente

Nome	PIER CARLO LUIGI
Cognome	DEVOTI
Codice Fiscale	
Data di nascita	
Stato di nascita	
Provincia	
Comune	

Dati residenza

Stato
Provincia
Comune
Indirizzo
Civico
C.A.P.

Arrivo: AOO 061, N. Prot. 00001785 del 14/04/2025

4.v, 40.v, STDCONTRIB_Circ2/061.std, 061.arm, 2.vstd, 51.nd

ENTE

Dati Ente	
Il sottoscritto dichiara di essere:	il Presidente
Dati Associazione / Ente / Comitato / Altro	
Denominazione	Vivere Mirafiori ETS
Natura giuridica	Associazione iscritta al RUNTS
Codice fiscale	97900050010
Data di costituzione	31/01/2024
Atto di costituzione	Atto pubblico
Sede legale in	
Provincia	Torino
Comune	Torino
Indirizzo	Via Rubino
Civico	45
C.A.P.	10137

CONTATTI

Dati di contatto	
Contatti	
Altri proprietari	
Recapito 1:	
Recapito telefonico	
Figura di:	Presidente
Email	business@vivere-mirafiori.it
Elezione del domicilio digitale speciale (P.E.C.)	
PEC	vivere-mirafiori@pec.vivere-mirafiori.it

Sono informato che in caso di mancata comunicazione del domicilio digitale speciale eletto (PEC) o in caso di domicilio digitale (PEC) non attivo, non funzionante o non raggiungibile, le comunicazioni riguardanti il presente procedimento saranno predisposte come documenti informatici sottoscritti con firma digitale o altra firma elettronica qualificata di cui mi sarà inviata, - per posta ordinaria o raccomandata con avviso di ricevimento -, copia analogica ovvero un avviso con le indicazioni delle modalità con le quali i suddetti documenti sono messi a disposizione e consegnati al destinatario (art. 3-bis, commi 4, 4-bis, 4-ter, 4-quater, 4-quinquies, D.lgs.82/2005). La suddetta copia analogica o il suddetto avviso saranno inviati all'indirizzo della sede dell'associazione/ente/comitato dichiarata nella presente istanza.

Ho letto e accettato l'informativa	Si
------------------------------------	----

SCHEDA PROGETTO

Descrizione	
TITOLO DEL PROGETTO	C.U.O.Re. - Comunità, Cura, Unione, Opportunità aggregative, Reti e relazioni per il benessere delle persone anziane.
Descrizione sintetica degli obiettivi	Promozione di stili di vita attivi e contrasto all'isolamento sociale. L'invecchiamento attivo è stato definito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) nel 2002 come "il processo di ottimizzazione delle opportunità di salute, partecipazione e sicurezza per migliorare la qualità della vita delle persone che invecchiano". La solitudine degli anziani rappresenta uno dei più grandi rischi per la loro salute e per il loro benessere psicofisico.
Data di inizio	07/01/2025
Data di fine	19/12/2025
Referente	
Nome	Pier Carlo Luigi
Cognome	Devoti
Email	
Telefono	
Azione	
Azione 1:	
Contenuti	CONOSCIAMO IL COMPUTER Corso di alfabetizzazione informatica dove si parte da zero per arrivare ad un livello base, il tutto in 10 incontri pensati in collegamento all'utilizzo dello smartphone. All'interno dell'attività è possibile portare i vecchi pc per capire insieme la possibilità di rigenerarli e non buttarli.
Luogo	Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	40
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Lunedì
Dal giorno	
Al giorno	
Periodicità 2:	
Giorni	Mercoledì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Sergio
Cognome	Cardon
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona fisica
Nome	Carlo
Cognome	Pregno
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 2:	
Contenuti	STORIE E LUOGHI DELLA TORINO DEL PASSATO Cinque incontri in cui si approfondiscono alcune particolarità della Torino del passato e della sua architettura, concentrandosi su luoghi ed edifici particolari progettati tra l'Ottocento ed il Novecento, ma anche in anni recenti, che hanno saputo attrarre l'attenzione; luoghi ancor oggi presenti ma spesso non sufficientemente conosciuti. Nel 2025 si vuole legare l'attività sulla Torino del passato con una o più uscite sul territorio.
Luogo	Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Disabili	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	25
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Lunedì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Guido
Cognome	Giorza
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 3:	
Contenuti	IL RISO FA BUON SANGUE Spontaneità, comunicazione, creatività sono le parole chiave di un lavoro di gruppo per creare relazioni nuove e scoprire la bellezza dello stare insieme ridendo e giocando. Ridere aiuta a stare bene: le endorfine (gli ormoni della felicità) rilasciate dopo una risata e il respiro profondo che ne segue provocano uno stato di rilassamento con effetti calmanti, antidolorifici, euforizzanti e immunostimolanti.
Luogo	Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Disabili	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	20
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Mercoledì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Marinella
Cognome	Festini
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 4:	
Contenuti	MUSICA E FANTASIA La musica accompagna gran parte della nostra vita, suscita ricordi ed emozioni, influenza la nostra giornata e il nostro umore. E l' arte, con una serie di incontri con esperti in materia. Un momento per ascoltare buona musica e dialogare con l'arte. Moduli aggiuntivi: - "Torino povera", a cura di Angelo Toppino, docente UniTre; - Uscite sul territorio; - Conferenze di storia dell'arte su luoghi storici della città, a cura di UniPop
Luogo	Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Disabili	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	35
Partecipazione	gratutita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Martedì
Dal giorno	
Al giorno	

4.v, 40.v, STDCONTRIB_Circ2/061.std, 061.arm, 2.vstd, 51.nd

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	UniPop
P.IVA / CF	09357210013
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 5:	
Contenuti	INCARTIAMOCI Carte, che passione! Il gioco delle carte è stimolante, divertente, è un passatempo per fare amicizia e socializzare. Giocare quindi per giocare, giocare per conoscere, giocare per pensare, giocare per scoprire, giocare per mettersi in gioco ad ogni età. Il tutto in un contesto mediato nel quale gli aspetti prevalenti sono la partecipazione e la socializzazione. È prevista un’iniziale spiegazione dei giochi, delle tecniche e delle strategie.
Luogo	Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Disabili	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	40
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Mercoledì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Alessandra
Cognome	Pessione
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona fisica
Nome	Vilma
Cognome	Cassinelli
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 6:	
Contenuti	ALLENAMENTE incontra l'ARTE Per chi ama giocare, divertendosi in compagnia, stimolando la mente e la concentrazione attraverso l'osservazione, la logica, la memoria e l'attenzione. Tutto con un'attenzione particolare all'arte e alla creatività. A cura di Katia Gallucci, insegnante di Storia dell'Arte e Pittura.
Luogo	Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Disabili	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	25
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Mercoledì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Caterina
Cognome	Gallucci
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 7:	
Contenuti	GINNASTICANDO Attività per la salute del corpo e della mente per "vivere al meglio" la terza età attraverso l'allegria, l'umorismo, la cultura, il canto e il movimento dolce.
Luogo	Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	30
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Giovedì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Paola
Cognome	Piccione Pellegrino
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 8:	
Contenuti	RICICLArte: l'arte del riuso "Creatività è inventare, sperimentare, crescere, assumersi dei rischi, rompere regole, fare errori e divertirsi" (Mary Lou Cook). "Riciclare" per indurci al riuso creativo di oggetti comuni, donando loro una nuova vita. In un ambiente accogliente verranno creati manufatti unici e originali con l'aiuto di semplici materiali, talvolta di scarto: colle, tessuti, colori, immagini, ecc.
Luogo	Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Disabili	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	20
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Giovedì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Anna Maria
Cognome	Carle
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 9:	
Contenuti	NORDIC WALKING Mirafiori Nordic Walking è un gruppo libero, spontaneo, aperto a tutti/e con un solo obiettivo: condividere la voglia di fare attività fisica all’aria aperta. È una camminata a passo sostenuto con l’ausilio dei bastoncini. Previene problemi di salute, combatte la sedentarietà e aiuta a stare insieme!
Luogo	Intorno a Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	30
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Giovedì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Marinella
Cognome	Satta
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 10:	
Contenuti	BUONGIORNO BENESSERE Tenere in allenamento la memoria e il corpo, in compagnia. Promuovere il benessere psicofisico con giochi di logica, enigmistica, ginnastica dolce, yoga. In aggiunta: - interventi di educazione alimentare a cura NovaCoop - conferenza sulla prevenzione delle truffe agli anziani a cura Polizia Municipale di Torino - Armocromia e yoga a cura coop. Terra Mia - Attività di promozione della salute a cura Dip. Dipendenze ASL Città di Torino.
Luogo	Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Disabili	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	40
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Venerdì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Alessandra
Cognome	Pessione
Tipo di collaborazione	Coordinamento delle attività
Tipologia	Persona fisica
Nome	Vilma
Cognome	Cassinelli
Tipo di collaborazione	Coordinamento delle attività
Tipologia	Persona fisica
Nome	Stefano
Cognome	Finotti
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Nova Coop
P.IVA / CF	01314250034
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Coop. Terra Mia
P.IVA / CF	05442580014
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	ASL Città di Torino - Dipartimento Dipendenze
P.IVA / CF	11632570013
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico
Azione 11:	
Contenuti	GRUPPO DI CAMMINO È un gruppo spontaneo e informale che si ritrova nei pressi dell’Accoglienza di Cascina e organizza delle passeggiate e dei momenti di ginnastica leggera in quartiere. Le differenze con il gruppo di Nordic Walking sono nel ritmo (il gruppo di cammino non fa camminata veloce), nella tecnica (non sono previsti i rudimenti del nordic walking) e nell’attrezzatura (non servono racchette).
Luogo	Intorno a Cascina Roccafranca

Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Disabili	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	50
Partecipazione	gratuita
Tesseramento obbligatorio?	no
Periodicità	
Periodicità 1:	
Giorni	Lunedì
Dal giorno	
Al giorno	
Periodicità 2:	
Giorni	Mercoledì
Dal giorno	
Al giorno	
Periodicità 3:	
Giorni	Venerdì
Dal giorno	
Al giorno	

Altri soggetti coinvolti	
Tipologia	Persona fisica
Nome	Elia
Cognome	Natarelli
Tipo di collaborazione	Collaborazione alle attività
Tipologia	Persona fisica
Nome	Alessandra
Cognome	Pessione
Tipo di collaborazione	Coordinamento delle attività
Tipologia	Persona fisica
Nome	Vilma
Cognome	Cassinelli
Tipo di collaborazione	Coordinamento delle attività
Tipologia	Persona giuridica
Ragione Sociale	Fondazione Cascina Roccafranca
P.IVA / CF	97675440016
Tipo di collaborazione	Comunicazione, promozione, supporto logistico

Ulteriori richieste	
Locali Circoscrizionali	Non è necessario fare richiesta di un locale circoscrizionale
Spazi Sportivi Circoscrizionali	Non è necessario fare richiesta di uno spazio sportivo circoscrizionale
Materiale	Nessuna delle azioni del progetto richiede la concessione di materiali (beni mobili) appartenenti alla circoscrizione

PREVENTIVO

Scheda Spese

a) PREVENTIVO SPESE DIRETTE E INDIRETTE	
COSTI DIRETTI	
Costo 1:	
VOCI DI SPESA	Risorse umane esterne
Tipologia di spesa	Animazione socio-culturale
Costo unitario	25,00 €
Quantità	280
IMPORTO	7.000,00 €
Costo 2:	
VOCI DI SPESA	Risorse umane interne
Tipologia di spesa	Comunicazioe e promozione
Costo unitario	21,00 €
Quantità	150
IMPORTO	3.150,00 €
Costo 3:	
VOCI DI SPESA	Pubblicità
Tipologia di spesa	Stampa volantini
Costo unitario	150,00 €
Quantità	1
IMPORTO	150,00 €
Costo 4:	
VOCI DI SPESA	Noleggio attrezzature, locazione locali
Tipologia di spesa	Noleggio bus
Costo unitario	715,00 €
Quantità	1
IMPORTO	715,00 €
Costo 5:	
VOCI DI SPESA	Materiale di consumo
Tipologia di spesa	Materiali per Riciclarte
Costo unitario	200,00 €
Quantità	1
IMPORTO	200,00 €
Costo 6:	
VOCI DI SPESA	Materiale di consumo
Tipologia di spesa	Prodotti per festa di inizio progetto
Costo unitario	200,00 €
Quantità	1
IMPORTO	200,00 €
Sono presenti spese indirette?	no
Sono presenti spese di ammortamento?	no
Sono presenti spese di volontariato?	si

c) EVENTUALI ATTIVITA' VOLONTARIE DEI PROPRI ASSOCIATI /E	
Volontario	
Volontario 1:	
Numero dei volontari previsti	5
Tipo di attività	Coordinamento
Ore da effettuare	50
Valore	10,00 €
IMPORTO	500,00 €
TOTALE SPESE DIRETTE	11.415,00 €
TOTALE SPESE INDIRETTE	0,00 €
A) TOTALE SPESE DIRETTE E INDIRETTE	11.415,00 €
TOTALE AMMORTAMENTO	0,00 €
C) TOTALE ATTIVITA' VOLONTARIE	500,00 €
TOTALE PREVENTIVO SPESE (A+B+C)	11.915,00 €

Scheda Entrate	
Sono previste delle entrate?	si

PREVENTIVO ENTRATE	
Tipologia d'entrata	
Entrata 1:	
VOCE DI ENTRATA	Quote iscrizioni
Tipologia di entrata	Contributo alla attività sociali
Entrata unitaria	15,00 €
Quantità	200
IMPORTO	3.000,00 €
Sono previsti ulteriori contributi e/o finanziamenti?	no
E) TOTALE ENTRATE	3.000,00 €
F) TOTALE CONTRIBUTI E/O FINANZIAMENTI	0,00 €
CONTRIBUTO MAX AMMISSIBILE	7.132,00 €
Contributo richiesto	7.000,00 €

CURRICULUM

Dati generali	
Denominazione	Vivere Mirafiori ETS
Natura giuridica	Associazione iscritta al RUNTS
Data di costituzione	31/01/2024
Data di inizio attività a Torino	31/01/2024
Il soggetto è iscritto all'albo regionale del volontariato?	No
Numero di associati alla data attuale	45
Personale dipendente	
È presente personale dipendente?	No
Sede legale in	
Provincia	Torino
Comune	Torino
Indirizzo	Via Rubino
Civico	45
C.A.P.	10137
Attività	
L'attività è svolta	nei confronti della generalità delle persone
Si possiede la licenza per la somministrazione alimenti e bevande?	No
Caratteristiche delle finalità e dell'attività dell'Associazione	L'associazione "Vivere Mirafiori ETS" nasce nell'ambito del gruppo di volontari/e che da molti anni collaborano con la Fondazione Cascina Roccafranca nella realizzazione, promozione e gestione delle numerose iniziative di carattere culturale, sociale ed educativo attuate dalla Fondazione stessa. Finalità dell'associazione è favorire percorsi di benessere e di coesione sociale tra i/le cittadini/e del territorio, promuovere aggregazione sociale, contribuire allo sviluppo delle reti formali e informali e alla costruzione di quei beni comuni che fondano la convivenza civile, consolidare forme di collaborazione tra pubblico e privato sociale. In particolare l'associazione si propone di favorire la partecipazione civica e la cittadinanza attiva, promuovere il volontariato, offrire occasioni di aggregazione e coesione sociale e promuovere l'inclusione delle fasce fragili della popolazione.

Descrizione delle attività ordinarie prevalenti	Con riferimento alle attività individuate nell'art. 5 comma 1 del D.Lgs. 117/2017: e) interventi e servizi finalizzati alla salvaguardia e al miglioramento delle condizioni dell'ambiente e all'utilizzazione accorta e razionale delle risorse naturali, con esclusione dell'attività, esercitata abitualmente, di raccolta e riciclaggio dei rifiuti urbani, speciali e pericolosi; i) organizzazione e gestione di attività culturali, artistiche o ricreative di interesse sociale, incluse attività, anche editoriali, di promozione e diffusione della cultura e della pratica del volontariato e delle attività di interesse generale di cui al presente articolo; k) organizzazione e gestione di attività turistiche di interesse sociale, culturale o religioso; l) formazione extra-scolastica, finalizzata alla prevenzione della dispersione scolastica e al successo scolastico e formativo, alla prevenzione del bullismo e al contrasto della povertà educativa; p) servizi finalizzati all'inserimento o al reinserimento nel mercato del lavoro dei lavoratori e delle persone di cui all'articolo 2, comma 4, del decreto legislativo recante revisione della disciplina in materia di impresa sociale, di cui all'articolo 1, comma 2, lettera c), della legge 6 giugno 2016, n. 106; u) beneficenza, sostegno a distanza, cessione gratuita di alimenti o prodotti di cui alla legge 19 agosto 2016, n. 166, e successive modificazioni, o erogazione di denaro, beni o servizi a sostegno di persone svantaggiate o di attività di interesse generale a norma del presente articolo; v) promozione della cultura della legalità, della pace tra i popoli, della nonviolenza e della difesa non armata; w) promozione e tutela dei diritti umani, civili, sociali e politici, nonché dei diritti dei consumatori e degli utenti delle attività di interesse generale di cui al presente articolo, promozione delle pari opportunità e delle iniziative di aiuto reciproco, incluse le banche dei tempi di cui all'articolo 27 della legge 8 marzo 2000, n. 53, e i gruppi di acquisto solidale di cui all'articolo 1, comma 266, della legge 24 dicembre 2007, n. 244;
Eventuali progetti svolti con il Comune di Torino o altre forme di collaborazione con altri enti pubblici	L'associazione partecipa, insieme ad altre realtà del territorio, al progetto "SPAZIO BIANCO: presidi da colorare per Abitare Mirafiori", finanziato dal Comune di Torino nell'ambito del bando IMPATTO L'associazione partecipa, insieme ad altre realtà del territorio, al progetto "ANZIANI ATTIVI A MIRAFIORI NORD", finanziato da Regione Piemonte nell'ambito dell'"Avviso pubblico per la selezione di progetti, attività ed iniziative innovative in favore dell' invecchiamento attivo"

4.v, 40.v, STDCONTRIB_Circ2/061.std, 061.arm, 2.vstd, 51.nd

Eventuali esperienze maturate nella realizzazione di analoghe iniziative	Vivere Mirafiori ha partecipato nel 2024, in qualità di partner della Fondazione Cascina Roccafranca, al progetto "C.U.O.Re. - Comunità, Cura, Unione, Opportunità aggregative, Reti e relazioni per il benessere delle persone anziane"
---	--

IMPOSTA BOLLO

Imposta di bollo	sono esente dall' imposta di bollo
Esenzione dall'imposta di bollo	
DICHIARA che l'Associazione/Ente per la quale si presenta la richiesta è esente dall'applicazione dell' imposta di bollo in quanto:	esenzione dal bollo ai sensi D. Lgs 03/07/2017, n. 117 – Codice del Terzo settore, a norma dell'art. 1, c. 2, lett. b) della legge 6/06/2016, n. 106 – Art. 82 – disposizioni in materia di imposte indirette e tributi locali

DICHIARAZIONI

Registro delle Associazioni	
Iscrizione al Registro delle Associazioni della Città di Torino	L'ente ha provveduto a inoltrare richiesta di iscrizione al suddetto registro
Data di richiesta di iscrizione al Registro delle Associazioni	20/04/2024
Legge 122/2010	
Dichiarazioni relative alla Legge 122/2010	che la suddetta Associazione si attiene a quanto disposto dall'art. 6 comma 2 del Decreto Legge n. 78 convertito nella Legge 122/2010;
Tasse e contributi	
Per il progetto presentato l'ente istante recupera l'Iva sulle fatture pagate ai fornitori?	No
L'Ente è soggetto alla ritenuta IRES del 4%, prevista dall'art. 28 del D.P.R. 600/73 e s.m.i.?	No
L'Ente è soggetto all'obbligo di contribuzione ex-ENPALS?	No
Altre richieste di finanziamento	
Sono state effettuate altre richieste di finanziamento?	No, l'Ente non ha effettuato altre richieste di finanziamento ad altre Direzioni e/o Servizi del Comune di Torino, ad altre Circoscrizioni, ad altri Enti Pubblici, Istituti di credito, Fondazioni, imprese private per la medesima iniziativa;
Ulteriori dichiarazioni	

Si dichiara che l'Associazione / Ente / Comitato / Altro:

- non ha finalità di lucro;
- non costituisce articolazione di partiti politici;
- ai sensi dell'art. 86 comma 3 dello Statuto della Città di Torino, non svolge attività commerciale preminente rispetto ai fini sociali.

Si dichiara inoltre che:

- di essere consapevole che l'amministrazione non potrà dar seguito all'erogazione del contributo richiesto qualora risultassero pendenze di carattere amministrativo nei confronti della Città;
- il progetto non prevede la partecipazione di partiti politici;
- realizzerà il progetto in misura prevalente;
- svolgerà le attività in assenza di barriere architettoniche o con l'impegno di fornire assistenza alle persone svantaggiate al fine di favorirne la partecipazione;
- realizzerà le attività conformemente al progetto presentato indipendentemente dall'entità del contributo concesso;
- ha letto, conosce e accetta tutte le disposizioni, nessuna esclusa, contenute nel Regolamento della Città di Torino n. 373 sopra indicato, e nella "Nota informativa sull'erogazione dei contributi" pubblicata sul sito della Circoscrizione;
- tutti gli oneri, i rischi di gestione e le responsabilità inerenti l'attività per la quale viene richiesto il contributo sono a carico del richiedente, intendendosi la Circoscrizione esonerata da qualsiasi genere di responsabilità;
- in particolare, è a conoscenza ed accetta che:
qualora in sede di presentazione del consuntivo, le spese sostenute risultassero inferiori a quelle preventivate, il contributo sarà ridotto proporzionalmente applicando la stessa percentuale prevista nella deliberazione di approvazione del contributo;
il contributo sarà totalmente o parzialmente revocato con il recupero della somma eventualmente già liquidata qualora il progetto/iniziativa/manifestazione sia realizzato in tempi diversi o in misura difforme, anche in relazione all'assenza di barriere architettoniche o alla mancata assistenza alle persone svantaggiate;
la mancata presentazione del rendiconto entro 4 (quattro) mesi dal termine del progetto può costituire motivo di revoca del contributo concesso.

confermo di essere consapevole di assumermi la responsabilità della suddetta dichiarazione Si

Si impegna:

- a richiedere, in tempo utile, agli enti competenti tutte le autorizzazioni di legge necessarie per lo svolgimento dell'iniziativa;
- a concordare con la Circoscrizione ogni forma di pubblicizzazione dell'iniziativa e l'utilizzo del Logo Circoscrizionale;
- a provvedere, laddove necessario, alla pulizia e al ripristino delle aree di svolgimento del progetto/attività /manifestazione;
- a presentare, entro 4 (quattro) mesi dal termine del progetto, e avvenuta esecutività della determinazione dirigenziale di impegno della spesa, dettagliato rendiconto delle spese sostenute e delle entrate percepite, la relativa documentazione fiscalmente valida, nonché relazione finale sul svolgimento del progetto;

confermo di essere consapevole dei suddetti impegni che mi assumo Si

ALLEGATI

Allegati richiesti

Progetto dettagliato su carta intestata dell'associazione Progetto C.U.O.Re.pdf

PRIVACY

Informativa Privacy

INFORMAZIONI SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI artt. 13 - 14 Reg. UE/2016/679 (GDPR).

Ai sensi del Reg. UE/2016/679 (GDPR), i trattamenti relativi ai servizi indicati e da Lei utilizzati saranno improntati ai principi di correttezza, liceità, trasparenza e di tutela della Sua riservatezza e dei Suoi diritti. Ai sensi degli articoli 13 e 14 del GDPR 679/2016 Le forniamo le seguenti informazioni.

I dati personali che saranno raccolti in occasione dell'attivazione del presente servizio saranno trattati lecitamente ai sensi dell'art. 6, paragrafo 1, lettera e) del GDPR, e potrebbero generalmente riguardare:

- Dati identificativi (cognome, nome, residenza, domicilio, nascita, identificativo online, dati di contatto (mail, telefono, altro), dati fiscali e dati correlati all'esplicazione di cariche sociali, o comunque necessari all'acquisizione di benefici o servizi da parte del Comune di Torino in attuazione delle norme amministrative comunali, della Città Metropolitana di Torino o della Regione Piemonte e degli atti legislativi regionali o statali.

- In alcuni casi possono essere previsti trattamenti di dati particolari quali: dati biometrici, orientamento sessuale, dati relativi alla salute e convinzioni religiose e filosofiche, ecc.. in relazione al servizio richiesto, in applicazione delle norme in vigore.

I dati raccolti saranno trattati in quanto:

- il trattamento è necessario per adempiere un obbligo legale al quale è soggetto il Titolare (art. 6, paragrafo 1, lettera c, UE/2016/679)
 - il trattamento è necessario per l'esecuzione di un compito di interesse pubblico o connesso all'esercizio di pubblici poteri di cui è investito il titolare del trattamento (art. 6, paragrafo 1, lettera e, UE/2016/679).
- I dati raccolti vengono anche utilizzati per garantire il regolare espletamento delle funzioni comunali di cui all'art. 13, comma 1, del D. Lgs. n. 267/2000 e successive modificazioni e integrazioni e al tempo stesso l'esattezza dei dati, ai sensi dell'art. 5, comma 1, lettera d, UE/2016/679.

I dati forniti saranno oggetto di: raccolta, strutturazione, estrazione, comunicazione mediante trasmissione raffronto o interconnessione, registrazione, conservazione, profilazione, consultazione, organizzazione, cancellazione o distruzione, ogni altra operazione applicata a dati personali.

1. **Titolare:** Titolare del trattamento dati è il Comune di Torino Piazza Palazzo di Città 1 – 10122 Torino - segreteria.gabinettodelsindaco@comune.torino.it

Designato dal Titolare: Il Dirigente della Divisione Decentramento.

2. Responsabile Protezione Dati: Il Comune di Torino ha nominato il Responsabile Protezione Dati contattabile nelle seguenti modalità:
e-mail rpdprivacy@comune.torino.it

1. **Finalità:** il trattamento dei dati avviene ai sensi dell'art. 6, paragrafo 1, lettera e, UE/2016/679. Il Comune di Torino tratterà i dati personali conferiti in modo lecito, corretto e trasparente secondo quanto previsto dall'art. 5 paragrafo 1, UE/2016/679. Il conferimento dei dati è obbligatorio se risulta necessario per lo svolgimento dei servizi richiesti, pertanto la loro mancata indicazione comporta l'impossibilità di utilizzare il servizio stesso.

2. **Base giuridica:** questi uffici tratteranno i Suoi dati personali lecitamente ai sensi dell'art. 6, paragrafo 1, lettera e, UE/2016/679 e per obblighi normativi. Notizie aggiornate e dettagliate sulla normativa sono consultabili sul sito della Città di Torino <http://www.comune.torino.it/> e della Circostrizione in relazione al servizio richiesto. Il conferimento dei Suoi dati è obbligatorio; il mancato, parziale, o inesatto conferimento ha come conseguenza l'impossibilità di accogliere l'istanza presentata ovvero l'impossibilità di fornire il servizio richiesto.

3. **Destinatari:** nel rispetto dell'art. 13, paragrafo 1 lettera e, UE/2016/679 i dati personali conferiti saranno trattati da soggetti appositamente autorizzati, con l'utilizzo di procedure informatizzate o tradizionali, in grado di tutelare e garantire la riservatezza dei dati forniti, nei modi e nei limiti necessari per perseguire le predette finalità. In caso di comunicazione i dati potranno essere trasmessi a terzi (sia pubblici che privati) unicamente in caso di espressa previsione di legge. I dati non saranno trasferiti all'esterno dell'UE.

4. **Conservazione dati:** nel rispetto dell'art. 13, paragrafo 2, lettera e, UE/2016/679 i dati personali conferiti saranno conservati per tutta la durata dell'istruttoria e successivo periodo di tutela strutturale alle esigenze dell'Ente. I dati sono trattati nel rispetto delle disposizioni di legge o regolamento. I dati saranno

Arrivo: AOO 061, N. Prot. 00001785 del 14/04/2025

4.v, 40.v, STDCONTRIB_Circ2/061.std, 061.arm, 2.vstd, 51.nd

trattati con strumenti manuali e/o informatici e telematici, con logiche di organizzazione ed elaborazione strettamente correlate alle finalità stesse e comunque in modo da garantire la sicurezza, l'integrità e la riservatezza dei dati stessi nel rispetto delle misure organizzativa, fisiche e logiche previste dalle disposizioni vigenti. Le misure di sicurezza adottate sono: sistemi di autenticazione, sistemi di autorizzazione, sistemi di protezione (antivirus, firewall, altro) minimizzazione, cifratura e continui monitoraggi di verifica e controllo continuo. I dati personali vengono conservati il tempo strettamente necessario nel rispetto della normativa vigente. La Città non utilizza modalità di trattamento basate su processi decisionali automatici e di profilazione.

5. **Diritti dell'interessata/o:** con riferimento al trattamento dei suoi dati personali, l'interessata/o ha diritto di esercitare i propri diritti come segue:

- Diritto di ottenere dal Titolare del trattamento la conferma che sia o meno in corso un trattamento di dati che la riguardano e, in tal caso, di ottenere l'accesso ai dati personali e alle informazioni previste dall'art.

15 UE/2016/679 ed in particolare a quelle relative alla finalità del trattamento, alle categorie di dati, ai destinatari o categorie di destinatari a cui i dati personali sono stati o saranno comunicati, al periodo di conservazione, ecc.

- Diritto di ottenere la rettifica dei dati nonché l'integrazione degli stessi.

- Diritto di cancellazione dei dati ("diritto all'oblio") laddove ricorra una delle fattispecie di cui all'art. 17 UE /2016/679

- Diritto di limitazione del trattamento, nei casi previsti dall'art. 18 UE/2016/679

- Diritto di portabilità dei dati ai sensi dell'art. 20 UE/2016/679

- Diritto all'opposizione al trattamento ai sensi dell'art. 21 UE/2016/679 Tutti i diritti previsti dal regolamento UE/2016/679 potranno essere esercitati mediante richiesta al Responsabile Protezione Dati (RDP) agli indirizzi e modalità di cui al punto 2 della presente informativa. L'esercizio dei Suoi diritti potrà avvenire attraverso contatto diretto e/o l'invio di una richiesta anche mediante e-mail

al Titolare del trattamento dei dati, Comune di Torino Piazza Palazzo di Città 1 – 10122 Torino, segreteria. gabinettodelsindaco@comune.torino.it

al Responsabile Protezione Dati, Comune di Torino Piazza Palazzo di Città 1 – 10122 Torino, rpd-privacy@comune.torino.it

Si ricorda che in qualsiasi momento l'interessata/o ha il diritto di proporre reclamo al Garante per la Protezione dei dati personali <https://www.garanteprivacy.it/> e-mail garante@gpdp.it o ad altra Autorità di controllo.

Ho letto e accettato l'informativa

Si

Alla c.a. del Coordinatore IV Commissione
Circoscrizione 2
Città di Torino

Progetto “C.U.O.Re.”

Comunità, Cura, Unione, Opportunità aggregative, **Reti** e **relazioni** per il benessere delle persone anziane.
Programma di attività per le persone over 65 dei quartieri Mirafiori Nord e Santa Rita

“C.U.O.Re.” è un progetto dell'ass. VIVERE MIRAFIORI ETS che prende lo spunto dall'insieme di attività che da ormai oltre 15 anni si svolgono in Cascina Roccafranca e che sono rivolte alle cittadine e ai cittadini over 65 della Circoscrizione 2 e in particolare dei quartieri Mirafiori Nord e Santa Rita.

Il progetto mira a costruire socialità, partecipazione, condivisione e incontro tra le persone, al fine di favorirne l'invecchiamento attivo e il contrasto alla solitudine.

Obiettivi Generali

Il progetto individua nella promozione di stili di vita attivi e nel contrasto all'isolamento sociale i due pilastri su cui fondare il proprio agire.

L'invecchiamento attivo è stato definito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) nel 2002 come "il processo di ottimizzazione delle opportunità di salute, partecipazione e sicurezza per migliorare la qualità della vita delle persone che invecchiano". Numerosi studi internazionali testimoniano infatti il legame positivo esistente tra l'invecchiare in maniera attiva e i benefici sulla salute fisica e psicologica, inclusa la percezione di una maggiore qualità e soddisfazione della vita.

Invecchiamento attivo significa essere attivi o attivarsi in maniera formale o informale in uno o più ambiti della sfera sociale (mercato del lavoro, volontariato, relazioni sociali, educazione permanente, assistenza a familiari con disabilità, fare i nonni, ecc.) o anche personale (attività del tempo libero, hobby, turismo, giardinaggio, musica, ecc.), scegliendo liberamente l'attività o le attività nelle quali impegnarsi, a seconda delle proprie aspirazioni e motivazioni.

In considerazione dei suoi effetti positivi sugli individui, l'invecchiamento attivo può essere considerato uno strumento di prevenzione per aspirare quanto più possibile a un invecchiamento in salute.

L'isolamento sociale è una condizione molto importante per le sue implicazioni di natura psicologica, come ad es. la depressione, e di cura come l'attenzione per la vita quotidiana dell'anziano e i suoi bisogni.

La solitudine degli anziani rappresenta uno dei più grandi rischi per la loro salute e per il loro benessere psicofisico.

La solitudine è un concetto molto diverso dal vivere soli; “vivere” da soli non significa necessariamente “sentirsi soli” e soffrire per questo, anzi, molti anziani hanno numerosi interessi che li aiutano a mantenersi attivi e che li fanno stare bene e che spesso condividono con una fitta rete di amicizie.

Il problema della solitudine degli anziani è maggiormente accentuato nel periodo estivo e durante le festività e colpisce particolarmente gli anziani che hanno perso il coniuge o che vivono nelle periferie delle grandi città, poiché questo aspetto non agevola le occasioni sociali, gli interessi e gli incontri.

La solitudine negli anziani può compromettere la salute mentale e predisporre allo sviluppo di malattie cardiovascolari, diabete, ipertensione arteriosa e morte prematura.

“C.U.O.Re.” vuole agire su questi ambiti, attraverso la partecipazione degli anziani alla vita della comunità locale, la promozione di stili di vita sani, la creazione di reti di vicinato e lo sviluppo di iniziative sociali di prossimità.

“C.U.O.Re.” contribuisce al raggiungimento dei seguenti Obiettivi di Sviluppo Sostenibile indicati nell’agenda 2030 delle Nazioni Unite:

OBIETTIVI PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE



Obiettivi specifici

Alla luce degli obiettivi generali sopra indicati, il progetto si pone di raggiungere i seguenti obiettivi specifici agendo nel concreto attraverso diverse linee di azione.

Obiettivi specifici:

- aggregazione: promuovere occasioni di incontro e di socialità guidate e mediate dalla figura degli operatori, per stabilire legami profondi e duraturi
- attivazione fisica e cognitiva: promuovere attività che stimolino il corpo e la mente a mantenersi attivi
- multidimensionalità: arte, cultura, musica, logica ed enigmistica, creatività, movimento fisico. Stimoli a 360° per favorire il benessere psico-fisico
- relazione: cura delle relazioni interpersonali e costruzione di una rete sociale di prossimità, in grado di cogliere segnali di difficoltà o di rischio isolamento

Linee di azione

- mantenimento delle capacità di base già acquisite, cognitive e motorie
- acquisizione di nuove competenze e condivisione delle competenze acquisite
- fruizione collettiva di opportunità culturali e artistiche
- fruizione collettiva di attività fisiche leggere

Per dare risposte efficaci agli obiettivi individuati, le attività sono pensate in modo leggero e divertente attraverso proposte di gruppo: letture, laboratori, gruppi di cammino, corsi, giochi di memoria, proposte musicali e di tipo artistico, eventi culturali e visite ai musei e ai luoghi della cultura in città.



Vivere Mirafiori ETS
Via E. Rubino, 45
10137 Torino

Verranno inoltre attivati uno o due “soggiorni” in località di mare, momenti di forte unione e creazione di legami interpersonali, attraverso i quali si cementano i gruppi di persone che costituiscono il nucleo portante dei beneficiari delle attività, intorno ai quali si aggregano di conseguenza amici e parenti.

Le attività

Nel 2025 si intendono realizzare le seguenti attività continuative. La scansione temporale prevede un primo periodo da gennaio a fine maggio, un soggiorno a giugno, un soggiorno a partire da fine settembre e un secondo periodo di attività da ottobre a fine dicembre.

Su alcune delle attività di base ormai consolidate negli anni si vanno ad inserire ulteriori moduli di completamento, grazie alle diverse progettualità attivate di volta in volta dall'Associazione, di seguito definiti “modulo aggiuntivo”, volti a diversificare e arricchire l'offerta.

All'interno delle attività, l'associazione Vivere Mirafiori coordina le socie volontarie e i soci volontari che si alternano nell'accoglienza dei partecipanti e come relatori di alcuni specifici moduli.

Di seguito la programmazione delle attività

CONOSCIAMO IL COMPUTER

- *ogni lunedì e mercoledì mattina*

Corso di alfabetizzazione informatica dove si parte da zero per arrivare ad un livello base, il tutto in 10 incontri pensati in collegamento all'utilizzo dello smartphone. All'interno dell'attività è possibile portare i vecchi pc per capire insieme la possibilità di rigenerarli e non buttarli.

STORIE E LUOGHI DELLA TORINO DEL PASSATO

- *lunedì pomeriggio, da ottobre a dicembre*

Evocare i ricordi di gioventù attraverso i luoghi del proprio passato. Cinque incontri in cui si approfondiscono alcune particolarità della Torino del passato e della sua architettura, concentrandosi su luoghi ed edifici particolari progettati tra l'Ottocento ed il Novecento, ma anche in anni recenti, che hanno saputo attrarre l'attenzione; luoghi ancor oggi presenti ma spesso non sufficientemente conosciuti.

Dalla Fetta di Polenta alle ville della Crocetta, dalle Villes Nouvelles della Falchera e delle Vallette agli edifici più particolari del centro città e della periferia: “particolarità” che hanno fatto storia, con l'obiettivo di suscitare ricordi da rivivere insieme e condividere con il gruppo imparando a conoscere meglio la nostra Torino. Nel 2025 si vuole legare l'attività sulla Torino del passato con una o più uscite sul territorio collegate.

IL RISO FA BUON SANGUE

- *ogni secondo e quarto martedì del mese, al mattino*

Spontaneità, comunicazione, creatività sono le parole chiave di un lavoro di gruppo per creare relazioni nuove e scoprire la bellezza dello stare insieme ridendo e giocando. Ridere aiuta a stare bene: le endorfine (gli ormoni della felicità) rilasciate dopo una risata e il respiro profondo che ne segue provocano uno stato di rilassamento con effetti calmanti, antidolorifici, euforizzanti e immunostimolanti.

MUSICA E FANTASIA

- *ogni martedì pomeriggio*

La musica accompagna gran parte dei momenti della nostra vita, ci riporta ricordi e ci regala emozioni. Una canzone è capace di influenzare la nostra giornata e il nostro umore. Insieme alla musica ci sarà anche l'arte, con una serie di incontri con esperti in materia. Un momento per ascoltare buona musica e dialogare con l'arte.

Moduli aggiuntivi

- "Torino povera", conferenze ogni 15gg a cura di Angelo Toppino, docente UniTre, autore di libri sul Piemonte;
- Uscite sul territorio in sinergia con le attività del progetto "La cultura dietro l'angolo": GAM, Museo Egizio e Gallerie d'Italia;
- altre uscite sul territorio: Museo Lavazza, Centrale del Latte, Museo Giulia di Barolo. In previsione da ottobre a dicembre uscite all'impianto SMAT di Torino e alla fabbrica Pastiglie Leone.
- conferenze di storia dell'arte su luoghi storici della città, a cura dei docenti UniPop

INCARTIAMOCI

- *ogni mercoledì mattina*

Carte, che passione! Il gioco delle carte è stimolante, divertente, è un passatempo per fare amicizia e socializzare. Giocare quindi per giocare, giocare per conoscere, giocare per pensare, giocare per scoprire, giocare per mettersi in gioco ad ogni età. Il tutto in un contesto mediato nel quale gli aspetti prevalenti sono la partecipazione e la socializzazione. È prevista un'iniziale spiegazione dei giochi, delle tecniche e delle strategie.

ALLENAMENTE incontra l'ARTE

- *ogni mercoledì pomeriggio*

Per chi ama giocare, divertendosi in compagnia, stimolando la mente e la concentrazione attraverso l'osservazione, la logica, la memoria e l'attenzione. Tutto con un'attenzione particolare all'arte e alla creatività. A cura di Milena Passerini, dott.ssa in psicologia, e di Katia Gallucci, insegnante di Storia dell'Arte e Pittura.

GINNASTICANDO

- *ogni giovedì mattina*

Attività per la salute del corpo e della mente per "vivere al meglio" la terza età attraverso l'allegria, l'umorismo, la cultura, il canto e il movimento dolce.

RICICLArte: l'arte del riuso

- *ogni giovedì pomeriggio*

"Creatività è inventare, sperimentare, crescere, assumersi dei rischi, rompere regole, fare errori e divertirsi"
(Mary Lou Cook).



Vivere Mirafiori ETS
Via E. Rubino, 45
10137 Torino

“Riciclare” per indurci al riuso creativo di oggetti comuni, donando loro una nuova vita. In un ambiente accogliente verranno creati manufatti unici e originali con l'aiuto di semplici materiali, talvolta di scarto: colle, tessuti, colori, immagini, ecc.

NORDIC WALKING

- *ogni giovedì mattina*

Mirafiori Nordic Walking è un gruppo libero, spontaneo, aperto a tutti/e con un solo obiettivo: condividere la voglia di fare attività fisica all'aria aperta. È una camminata a passo sostenuto con l'ausilio dei bastoncini. Previene problemi di salute, combatte la sedentarietà e aiuta a stare insieme!

BUONGIORNO BENESSERE

- *ogni venerdì mattina*

Tenere in allenamento la memoria e il corpo. E farlo in compagnia. Attività volta a promuovere il benessere psicofisico con giochi di logica, enigmistica e momenti di ginnastica dolce e yoga.

Moduli aggiuntivi

- interventi di educazione alimentare: lettura delle etichette dei prodotti, cottura di cibi sani, prodotti di stagione, filiera corta. A cura delle nutrizioniste di NovaCoop
- lezione di prova di Tai Chi a cura di Stefano Finotti, insegnante di arti orientali.
- conferenza sulla prevenzione delle truffe agli anziani a cura della Polizia Municipale di Torino
- Attività di yoga dolce, armocromia e consapevolezza del corpo a cura della coop. Terra Mia
- interventi e attività di prevenzione e promozione della salute a cura del Dipartimento Dipendenze dell'ASL Città di Torino

GRUPPO DI CAMMINO

- *ogni lunedì, mercoledì e venerdì, al mattino.*

È un gruppo spontaneo e informale che si ritrova nei pressi dell'Accoglienza di Cascina e organizza delle passeggiate e dei momenti di ginnastica leggera in quartiere. Le differenze con il gruppo di Nordic Walking sono nel ritmo (il gruppo di cammino non fa camminata veloce), nella tecnica (non sono previsti i rudimenti del nordic walking) e nell'attrezzatura (non servono racchette).

Programmazione aggiuntiva

Ad ogni nuova annualità del progetto si sperimentano nuove collaborazioni e si arricchisce il programma di base con iniziative legate ad altre progettualità o iniziative. Il target dei beneficiari negli ultimi anni si è molto evoluto e parzialmente ringiovanito, con una conseguente maggiore richiesta di stimoli aggregativi e sociali.

Nel 2025, in particolare, si prevede di realizzare quanto segue:

SOGGIORNI

Grazie alla collaborazione con l'agenzia viaggi Montanari Tour di Rimini si organizzano nel 2025 uno o due soggiorni in località di mare.



Vivere Mirafiori ETS
Via E. Rubino, 45
10137 Torino

I soggiorni sono momenti di forte aggregazione e di creazione del gruppo di persone, presupposto indispensabile per costruire relazioni solide e durature nel corso dell'anno.

Nel mese di giugno sarà organizzato un soggiorno di 15 giorni e 14 notti a Bellaria-Igea Marina con trattamento di pensione completa, trasporto andata e ritorno in bus, servizio spiaggia e assicurazione (medica e bagagli). Nei soggiorni una delle animatrici delle attività accompagnerà il gruppo, offrendo assistenza in collaborazione con il servizio offerto dall'agenzia viaggi.

I costi dei soggiorni saranno a carico dei partecipanti. A carico del progetto verrà imputato un contributo per sostenere i costi del soggiorno a carico dell'animatrice solo ed esclusivamente in caso di mancato raggiungimento del numero di partecipanti minimo richiesto dall'agenzia viaggi (25 partecipanti).

Tempi

Il primo viaggio sarà a giugno 2025; il secondo, in data e località ancora da stabilire sarà in autunno.

Costi

Si rimanda alla scheda 7-Preventivo sulla piattaforma.

Per la partecipazione è richiesto un contributo annuale di 15€ a persona come compartecipazione alle spese, quota che permette di partecipare a tutte le attività durante l'anno in modo continuativo oppure occasionale.

Partenariato e collaborazioni

Il progetto è ideato e realizzato dall' ass. Vivere Mirafiori ETS in collaborazione con diverse realtà del territorio, associazioni, gruppi spontanei, singoli cittadini:

- Fondazione Cascina Roccafranca
- NovaCoop
- Coop. Terra Mia
- Dipartimento Dipendenze ASL Città di Torino
- Ass. Polaris
- Gruppo spontaneo "Canta che ti passa"
- Gruppo spontaneo "Dynamica Nordic Walking" Vallette
- Privati cittadini: Guido Giorza, Sergio Cardon, Carlo Pregno