



Comune di
San Cesario sul Panaro



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Modena



CENTRO SOCIO-AGGREGATIVO

Centro I Saggi

Quaderno delle attività

settembre 2025 - luglio 2026

**Non è mai troppo tardi per...
Stare bene!**



Centro I Saggi

C.so Libertà, 100/102

41018 San Cesario sul Panaro (MO)

Telefono 059.930660

isaggi@comune.sancesariosulpanaro.mo.it

Per informazioni e iscrizioni:

**La segreteria del Centro “I Saggi” è aperta
dal lunedì al venerdì dalle 15.00 alle 17.00
dall'8 settembre 2025 al 31 luglio 2026
con pausa nel periodo delle feste natalizie**

Per informazioni e iscrizioni alle diverse attività
i contatti sono:

**C.so Libertà, 100/102
41018 San Cesario sul Panaro (MO)**

Telefono 059.930660

Email isaggi@comune.sancesariosulpanaro.mo.it

Sede di Sant'Anna

presso Sala Civica
Via del Volontariato 117
Frazione di S. Anna

Visita la pagina del Centro I Saggi
www.comune.sancesariosulpanaro.mo.it/vivere-san-cesario-sul-panaro/luoghi/centro-socio-aggregativo-i-saggi



Indice

Introduzione

- 4 [Lettera del sindaco](#)
- 5 [I Saggi](#)
- 7 [Essere volontaria/o ai Saggi](#)
- 9 [I progetti](#)
- 10 [Le attività](#)

Corsi

- 20 [Allenamento delle funzioni cognitive](#)
- 21 [Ri-allenamento delle funzioni cognitive](#)
- 22 [Memoria in forma](#)
- 26 [Io donna in Menopausa](#)
- 27 [Io donna in Menopausa mi tengo in forma](#)
- 28 [Internet@Saggi](#)
- 30 [Patchwork](#)
- 31 [AsSaggi di Libri](#)
- 35 [A tavola con i nonni e bambini](#)
- 36 [Un neonato in famiglia](#)

Eventi e incontri

- 14 [La cura delle persone con decadimento cognitivo](#)
- 15 [Scenari alla fine della vita](#)
- 16 [AttivaMente](#)

Laboratori della settimana

- 23 [Palestra della memoria](#)
- 24 [Tombola](#)
- 24 [A scuola di Burraco](#)
- 25 [Io anziano in movimento](#)

Scoprire il vicino e il lontano

- 38 [Gite](#)
- 40 [Racconti di viaggio](#)

Segreteria e sportello

- 42 [Sportello digitale](#)
- 42 [Ritiro referti](#)
- 42 [Sportello S.P.I.D. e C.I.E.](#)
- 43 [Documenti PA](#)
- 43 [Trasporto](#)

Lettera del Sindaco

*Care amiche e cari amici, care cittadine e cari cittadini,
con grande piacere prende il via la nuova programmazione
del Centro "I Saggi".*

Come potrete vedere nelle pagine seguenti, l'offerta del centro è ricca e varia, ma soprattutto è sempre in evoluzione per essere al passo coi tempi e vicina ai cambiamenti della nostra comunità. Il 2025 è stato un anno di grande importanza per I Saggi. Nello scorso gennaio è stato presentato un nuovo libro dedicato a questa esperienza, per raccontare l'organizzazione dei Saggi e il valore per i cittadini, riconosciuto e apprezzato ormai anche al di fuori del nostro territorio.

Anche in questa occasione, il nostro centro ha ottenuto giudizi molto positivi per quanto riesce a offrire ai propri utenti. Un importante riconoscimento per il grande lavoro che i nostri volontari fanno quotidianamente per far vivere il centro I Saggi. Le attività dei Saggi sono sempre in mutamento. Oltre alla consueta offerta dedicata ai nostri grandi anziani, ci sono molte attività che si rivolgono alla fascia più giovane: corsi, eventi, laboratori, tante iniziative dedicate al benessere della nostra comunità e a promuovere una vita attiva.

Per tutto questo, ci tengo anche quest'anno a fare un grande ringraziamento a tutte le volontarie e i volontari del centro, che col proprio impegno impreziosiscono la comunità di San Cesario. Un impegno da valorizzare e di cui avere cura.

Vi invito tutti a leggere le proposte di questa nuova stagione, certo che anche quest'anno l'offerta saprà incontrare l'apprezzamento dei cittadini di San Cesario, ma anche dei tanti utenti che provengono dai Comuni vicini.

Ci vediamo ai Saggi!

Un caro saluto,

*Francesco Zuffi
Sindaco di San Cesario sul Panaro*

I Saggi

“I Saggi” sono il centro socio-aggregativo del Comune di San Cesario sul Panaro, nato nel 2008 da un percorso partecipato da tutta la comunità. Nel 2024 hanno partecipato alle attività dei Saggi più di 200 persone, di cui 65 volontarie e volontari.

La mission del Centro I Saggi oggi è:

Ridurre la solitudine delle persone fragili attraverso un vero coinvolgimento della comunità, favorendo lo scambio intergenerazionale, promuovendo la salute della comunità, favorendo l'autonomia nelle diverse fasi della vita, supportando le famiglie con anziani fragili e valorizzando le risorse nascoste della comunità.

I Saggi sono **un luogo in cui la comunità si prende cura di sé stessa**, specialmente nella terza fase della vita, sperimentando forme innovative di approccio all'invecchiamento **in collaborazione con tutta la comunità**, dalla rete di servizi ai singoli cittadini.

Come funzionano I Saggi

Il Comune di San Cesario è l'ente responsabile del Centro “I Saggi”, ne ha voluto la realizzazione, ed oggi ne supporta e ne definisce le linee di indirizzo, insieme alla coordinatrice del Centro, ai servizi socio-sanitari, alla scuola e alle associazioni del territorio.

I Saggi: un luogo per tutte le generazioni...

non solo per vecchi!

Durante gli anni si è consolidata l'idea de I Saggi come un centro per anziani, pensando a persone ultraottantenni, portandosi dietro l'immagine di persone fragili che necessitano di accudimento, quindi un'idea che porta con sé una connotazione di discriminazione (ageismo).

Certamente è vero che al pomeriggio ci sono spazi dedicati ai grandi anziani, che necessitano a volte di essere accompagnati e un po' seguiti, ma potrebbe sorprendere sapere che la maggioranza dei frequentatori sono giovani anziani e anche persone in età adulta.

L'offerta di eventi aperti al pubblico e laboratori, come il Patchwork e AsSaggi di libri è di interesse generale e si svolge in orari serali, permettendo la partecipazione anche a persone che lavorano. Inoltre sono disponibili corsi di ginnastica pelvica e allattamento (Allattiamo).

Basterebbe poi trascorrere qualche ora al Centro per rendersi conto che il clima non è certo quello tipico di un centro diurno, ma al contrario è possibile vivere momenti di condivisione dinamici e talvolta anche divertenti.

Questo approccio è fondamentale poiché la prevenzione del declino cognitivo legato all'età è un punto cardine della proposta del centro. Essa si basa su un modo nuovo di affrontare i cambiamenti che l'età porta con sé: un atteggiamento non fatalista e passivo, ma consapevole e attivo. In questo modo non si giunge al ritiro sociale, ma si ha l'opportunità di rivivere in modo nuovo gli spazi della comunità. Per dare un'idea della partecipazione della popolazione diamo qui alcuni dati: nel 2024 hanno partecipato alle attività dei Saggi 160 grandi anziani (più di 75 anni) e 280 giovani anziani (65-75 anni) suddivisi tra i corsi di: Ginnastica pelvica - Corso internet @I Saggi- Training cognitivo - Patchwork e partecipanti alle gite.

Essere volontaria/o a I Saggi

Le volontarie e i volontari sono il cuore del Centro "I Saggi". Fare volontariato al Centro è un'opportunità di crescita e apprendimento per tutte le età. A I Saggi ci si mette in gioco attraverso nuove esperienze, si vivono e si coltivano le proprie passioni e ci si prende attivamente cura della propria comunità, utilizzando i propri talenti, competenze e inclinazioni.

Il gruppo di gestione de I Saggi, formato dalla coordinatrice e dalle volontarie referenti, si occupa di progettare, organizzare, realizzare e monitorare le attività.

Ogni attività è coordinata da una volontaria referente, che insieme ad altre volontarie e volontari, in veste di tutor, portano avanti le singole attività.

La coordinatrice, oltre a tenere le fila di tutto quanto succede a I Saggi, si occupa dell'accoglienza dei partecipanti, specialmente dei grandi anziani e delle loro famiglie, nonché dei nuovi volontari, attraverso un primo colloquio e un monitoraggio costante che permette di scegliere insieme le attività più adatte.

Se vuoi iniziare a fare volontariato a I Saggi contattaci!

tel: 059.930660

email: isaggi@comune.sancesariosulpanaro.mo.it

Come si formano i volontari a I Saggi

Chiunque si impegni come volontario deve seguire un percorso formativo, poiché solo attraverso un percorso di formazione continua di miglioramento si può rispondere adeguatamente alle necessità del ruolo ricoperto dentro al Centro.

In un contesto sociale in continua evoluzione, la formazione non la si può acquisire una volta per tutte o comunque considerare un evento isolato, ma deve costituire una pratica ciclica per riconoscere ed interpretare i cambiamenti sociali e in conseguenza cercare di rispondere in modo adeguato ai bisogni delle persone.

Un'adeguata e aggiornata formazione dà anche modo al volontario di affrontare, con maggior sicurezza e competenza, i problemi che possono insorgere nel rapporto con le persone seguite, spesso rese fragili da particolari condizioni fisiche e psichiche.

Si prevedono incontri comuni e continui, rivolti a tutti i volontari per favorire un confronto, rilevare esigenze, aggiornare le competenze e rendere congrue le attività proposte con le esigenze dei partecipanti.

I momenti specifici rivolti ai volontari impegnati nelle singole proposte laboratoriali avvengono con la supervisione di professionisti (fisioterapisti e neuropsicologhe), proprio per fornire un giusto approccio e dare stimoli per ottenere gli obiettivi proposti e formazione continua.

Attualmente sono già in programma i seguenti corsi tra professionisti AUSL e volontari:

**Martedì 9 settembre
alle 14.00**

per i volontari del **laboratorio**
"Anziani in movimento" .
Con fisioterapisti del Distretto
Sanitario di Castelfranco Emilia.

**Mercoledì 12 novembre
dalle 9.00 alle 12.00**

per i volontari del **laboratorio**
"Palestra della memoria" .
Con i professionisti e
neuropsicologhe del CDCD Ausl
Modena e Castelfranco Emilia

Il nuovo laboratorio **"Memoria in Forma"** avrà una formazione strutturata come corso e la supervisione delle neuropsicologhe, sia in presenza che con supporto telematico a distanza in modo sistematico durante tutto l'anno.

I progetti

Dal 2025 I Saggi hanno riorganizzato le proprie attività in cinque macro-progetti, in modo da garantire una progettualità di lungo periodo per realizzare la misson dei Saggi.

Allenamento e mantenimento delle capacità cognitive

Per promuovere il mantenimento della memoria e delle funzioni cognitive, prevenire il decadimento cognitivo e migliorare la qualità della vita.

Promuovere la vita attiva

Per offrire occasioni di socializzazione, ridurre la solitudine e l'isolamento, promuovere sani stili di vita e aumentare il benessere psicofisico, l'autonomia e l'autostima dei partecipanti.

Le attività che troverete in questo quaderno non sono suddivise per progetti, ma potete scoprire il progetto di cui fanno parte grazie all'etichetta colorata in alto a sinistra.

Favorire la digitalizzazione

Per aiutare la popolazione di San Cesario nell'interazione con le tecnologie digitali e stimolare le funzioni cognitive.

Storia, memoria, comunità

Per costruire una "memoria di comunità" del paese, promuovere l'incontro tra generazioni e l'integrazione sociale.

Benessere della donna

Per favorire la cultura del prendersi cura di sé e della prevenzione e creare consapevolezza sulla menopausa come momento fisiologico nella vita di una donna.

Le attività

Le attività del Centro si svolgono principalmente ai Saggi e in alcuni casi anche a Sant'Anna.

Laboratori pomeridiani per grandi anziani

I laboratori sono gratuiti e offrono ai grandi anziani l'opportunità di trascorrere pomeriggi in compagnia svolgendo attività semplici e stimolanti. Sono condotti da volontarie e volontari formati che, come tutor, favoriscono la partecipazione attiva anche delle persone con qualche difficoltà.

Si tengono tutti i pomeriggi, da settembre a luglio e sono diversi tutti i giorni.

Vedi pagina 23

Calendario dei laboratori pomeridiani per grandi anziani

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Tombola I Saggi - 15.00-17.00	A scuola di Burraco I Saggi - 15.00-17.00	Io anziano in Movimento I Saggi - 14.30-17.30 (3 turni differenti)	Palestra della Memoria I Saggi - 15.00-17.00	Palestra della Memoria I Saggi - 15.00-17.00
Io anziano in Movimento Sant'Anna - 15.00-16.00		Tombola Sant'Anna - 15.00-17.00		

Corsi e laboratori per giovani anziani

I corsi per giovani anziani (60- 75) richiedono un'iscrizione, in alcuni, se previsto, un contributo per coprire le spese del docente/esperto.

Alcuni corsi sono rivolti a futuri/e volontari/e, per migliorare le competenze necessarie a svolgere attività di volontariato nei laboratori.

Alcuni corsi vengono organizzati in collaborazione con Associazioni presenti nel Comune di San Cesario e con il Distretto Sanitario e le Scuole.

[Vedi pagina 19](#)

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Internet @i Saggi 9.30-11.00 da settembre ad aprile	Corso di allenamento 8.30-10.00 e Ri-allenamento 10.15-11.45 delle funzioni cognitive da gennaio a maggio		A tavola con i nonni e i bambini per classi da ottobre ad aprile	Memoria in forma 9.30-11.00 da ottobre ad aprile con cadenza quindicinale	Allenare il pavimento pelvico (Lab) lo donna in menopausa (corso) da febbraio a maggio
		AsSaggi di libri 20.00-21.30 da settembre a giugno con cadenza mensile	Patchwork 20.30-22.00 da settembre a maggio	Allenare il pavimento pelvico (lab)	Un neonato in famiglia ore 10.00 da settembre ad aprile con cadenza mensile

Eventi ed incontri

Sono gratuiti e sono pensati per informare la popolazione su temi specifici, relativi alla salute e al benessere, in collaborazione con liberi professionisti, Distretto sanitario e Associazioni.

Vedi pagina 13

Sportello per informazioni e consulenze

Sono servizi, unici nel loro genere, che i volontari offrono ai cittadini per favorire competenze nell'utilizzo del computer o in prestazioni specifiche come accedere allo SPID e CIE, colmando il divario di conoscenze digitali, facilitando quindi l'accesso ai servizi della pubblica amministrazione.

Vedi pagina 41

Trasporto

Il servizio di trasporto è gratuito, da casa al Centro e permette agli anziani che lo desiderano di partecipare ai laboratori pomeridiani. È gestito da un gruppo di volontari che utilizzano l'auto del comune.

Vedi pagina 43



Eventi e incontri

La cura delle persone con decadimento cognitivo

Quali bisogni e quali servizi per l'assistenza a un paziente con disturbi cognitivi

In occasione della “Giornata Mondiale dell’Alzheimer” e all’interno delle iniziative della “**SETTIMANA DELL’ALZHEIMER**” promossa dall’**AUSL** di Modena, si è ritenuto importante cogliere l’occasione di promuovere un’iniziativa con i professionisti del Centro Disturbi Cognitivi e Demenze (C.D.C.D) per dare informazioni sui servizi a cittadini e familiari di pazienti affetti da questa patologia in notevole aumento.

Mercoledì 17 settembre 2025 – ore 20.30

Sede “Centro I Saggi” Via Libertà 102, San Cesario s/P.
Alla tavola rotonda saranno presenti i professionisti del CDCD

Scenari alla fine della vita

Che cos'è la Rete di Cure Palliative

Le cure palliative si occupano dei pazienti che non rispondono più alle terapie specifiche per la loro malattia, ma non per questo smettono di essere curati. Sul nostro territorio sono attive cure domiciliari (infermiere, medico di famiglia, palliativista), un ambulatorio e un *hospice*.

Cosa succede a noi e ai nostri familiari quando siamo gravemente ammalati e bisognosi di cure sanitarie ma anche di assistenza nella quotidianità per poter rimanere nel nostro ambiente familiare il più a lungo possibile? Chi pensa ad organizzare tutto il percorso dalla dimissione dall'ospedale al domicilio? Nel momento in cui le cure non potranno più guarirci saremo abbandonati?

Mercoledì 19 novembre 2025 – ore 20:30

Sede "Centro I Saggi" Via Libertà 102, San Cesario s/P.

Per comprendere meglio cosa offre
il servizio sanitario pubblico incontreremo il

Dottor Paolo Vacondio

Responsabile della Rete Locale di Cure Palliative.

AttivaMente

È possibile mantenere allenata la memoria?

Il decadimento cognitivo e la demenza sono stati riconosciuti nel 2012 dall'Organizzazione Mondiale della Sanità una "priorità di salute pubblica" e sono correlati all'età. Ad oggi non sono disponibili terapie in grado di modificare i complessi meccanismi patogenetici dei disturbi cognitivi, per cui è **aumentata l'attenzione** sulle azioni in grado di **prevenirne o ritardarne** l'insorgenza. È noto che alcuni fattori di rischio di demenza, come l'isolamento sociale e l'inattività cognitiva, sono legati allo stile di vita e dunque sono potenzialmente modificabili. La **riserva cognitiva** è una risorsa individuale che può essere potenziata dalle esperienze che avvengono durante tutto l'arco della vita stessa. Per questi motivi **è ampiamente riconosciuta l'importanza di impegnarsi**, anche nelle fasi avanzate della vita, **in attività cognitivamente stimolanti**, come **allenamento alle funzioni cognitive**, attività strutturate in grado di potenziarle, allo stesso modo in cui la forza muscolare viene mantenuta dall'allenamento fisico. Se a tutto questo uniamo il fatto di poterlo **fare in gruppo** otteniamo anche **i benefici** che la frequentazione degli spazi della comunità ci può dare riducendo i momenti di isolamento e di ansia o di depressione.

Anche concedersi un momento di benessere personale per gustare la **bellezza** dell'arte (musica, cinema, teatro, arti figurative) e anche continuare a coltivare le passioni di una vita come hobby creativi manuali, viaggiare, ci può donare un'attivazione dei ricordi e voglia di conoscere altre cose. Questo arricchirà la nostra mente, contribuirà a mantenerci curiosi e quindi attivi. Per questo motivo abbiamo organizzato alcune iniziative volte ad illustrare le possibilità concrete di porsi in modo consapevole ed attivo di fronte al decadimento cognitivo.

AttivaMente

Programma degli incontri

Mercoledì 8 aprile 2026 – ore 20.30

Sede “Centro I Saggi” Via Libertà 102, San Cesario s/P.

“Attiviamoci per mantenere la mente allenata”

spunti e proposte dai laboratori dei Saggi

Relatrici: Neuropsicologhe del CDCD

(Centro Disturbi Cognitivi e Demenze)

Mercoledì 15 aprile 2026 – ore 20.30

Sede “Centro I Saggi” Via Libertà 102, San Cesario s/P.

“Quando la bellezza crea benessere”

Relatore Dr Luca Ghirotto

Ricercatore, Metodologo, AUSL Reggio Emilia





Corsi e laboratori

Corsi per mantenere attiva la memoria

Corso di allenamento delle funzioni cognitive

Frequenza: una volta alla settimana per **10 incontri**

Quando: il **martedì dalle ore 8.30 alle ore 10.00**

Iscrizioni: entro **martedì 11 novembre 2025**, max 20 partecipanti.

A chi è rivolto: a **persone da 63 a 73 anni** in buona salute e con intatte capacità cognitive. È previsto un momento di valutazione prima di iniziare il corso, per ogni singolo partecipante.

L'allenamento delle capacità mentali può rallentare la velocità dell'invecchiamento cognitivo, migliorando il proprio benessere, la propria autostima e la qualità della vita.

Programma del corso

10 incontri a cadenza settimanale con l'obiettivo di sollecitare le funzioni cognitive: attenzione, memoria, ragionamento logico ed astrattivo, linguaggio e abilità prassiche.

Incontri di valutazione individuale di ingresso

25 novembre 2025
2 dicembre 2025

Martedì dalle 8.30 alle 10.00

13 - 20 - 27 gennaio 2026
3 - 10 - 17 - 24 febbraio 2026
3 - 10 - 17 marzo 2026

eventuale recupero:
24 marzo 2026

Corso di ri-allenamento delle funzioni cognitive

Frequenza: una volta alla settimana per **6 incontri**

Quando: il martedì dalle ore 10.15 alle ore 11.45

Iscrizioni: entro il **14 gennaio 2026** esclusivamente per chi ha frequentato l'anno precedente.

A chi è rivolto: alle **persone che hanno frequentato il corso "per mantenere attiva la memoria"** nell'anno 2025.

L'allenamento delle capacità mentali per essere efficace dev'essere costante e continuamente richiamato. Il corso è organizzato in collaborazione con il servizio CDCD. Tali incontri hanno l'obiettivo di dare continuità alle sollecitazioni cognitive tramite tecniche mirate e consolidate.

Programma del corso

6 incontri a cadenza settimanale con l'obiettivo di mantenere e rafforzare le capacità acquisite in precedenza.

Gli incontri si terranno di martedì

27 gennaio 2026
3 - 10 - 17 - 24 febbraio 2026
3 marzo 2026

Laboratorio Memoria In Forma

Frequenza: ogni 15 giorni per **14 incontri**

Quando: il **venerdì mattina ore 9.30-11.00**

Iscrizioni: a partire dall'8 settembre **entro il 27 settembre 2025.**

A chi è rivolto: coloro che hanno già effettuato corsi di allenamento e ri-allenamento delle funzioni cognitive negli anni 2022/2023/2024/2025, max 20 persone.

Da quest'anno a I Saggi si sperimenterà un laboratorio dove praticare e mantenere nel tempo l'attivazione cognitiva. Numerosi documenti scientifici attestano che la stimolazione cognitiva, sviluppata in più direzioni, associata alle buone pratiche di salute (esercizio fisico, corretta gestione sanitaria, alimentazione equilibrata, frequentazione sociale) gioca a favore del mantenimento delle funzioni cerebrali in genere. Continueranno ad essere proposti i corsi strutturati di allenamento e ri-allenamento in cui vengono consegnate ai partecipanti istruzioni per continuare ad esercitarsi. Il laboratorio offre l'opportunità, tramite incontri a cadenza quindicinale, di completare e mantenere attivo nel tempo questo percorso con esercitazioni svolte in gruppo.

In caso ci fossero molte richieste sarà data precedenza alle persone che hanno frequentato il 2022.2023.2024, e sarà tenuta una lista di attesa a cui attingere nel caso ci fossero rinunce.

Gli incontri si terranno di venerdì

3 -17 - 31 ottobre 2025
14 - 28 novembre 2025
12 dicembre 2025
16 - 30 gennaio 2026
13 - 27 febbraio 2026
13 - 27 marzo 2026
10 - 24 aprile 2026

I laboratori della settimana

I laboratori sono gratuiti e offrono ai **grandi anziani** l'opportunità di trascorrere pomeriggi in compagnia, **durante tutto l'anno**.

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Tombola I Saggi - 15.00-17.00	A scuola di Burraco I Saggi - 15.00-17.00	Io anziano in Movimento I Saggi - 14.30-17.30 (3 turni)	Palestra della Memoria I Saggi - 15.00-17.00	Palestra della Memoria I Saggi - 15.00-17.00
Io anziano in Movimento Sant'Anna - 15.00-16.00		Tombola Sant'Anna - 15.00-17.00		

Palestra della memoria

Laboratori di stimolazione cognitiva per grandi anziani.
Le iscrizioni sono aperte tutto l'anno.

Allenare la mente

Tutti i giovedì
dalle 15.00 alle 17.00

Presso il Centro **"I Saggi"**.

In questo laboratorio si svolgono attività utili per tenere allenata la memoria, con giochi e pratiche divertenti per stimolare le abilità cognitive e sensoriali, migliorare il tono dell'umore e rafforzare la socializzazione.

Giocare con la mente

Tutti i venerdì
dalle 15.00 alle 17.00

Presso il Centro **"I Saggi"**.

La reminiscenza consente di riorganizzare gli eventi della propria vita e di mantenere vive le emozioni. Con l'utilizzo di tutti i sensi è possibile organizzare la memoria in quanto la traccia del ricordo viene rafforzata dall'utilizzo di più input sensoriali.



Tombola

Laboratorio di aggregazione per grandi anziani.

**Tutti i lunedì
dalle 15.00 alle 17.00**

Presso il Centro **"I Saggi"**.

Le iscrizioni sono aperte tutto l'anno.

**Tutti i mercoledì
dalle 15.00 alle 17.00**

Presso la sala civica di **S. Anna**.

Le iscrizioni sono aperte tutto l'anno.

È un gioco molto amato e permette a tutti di partecipare senza creare competizione. Si tratta di un'attività semplice ma che porta nell'anziano una stimolazione cognitiva, un esercizio di memoria e di riconoscimento numerico. A questo laboratorio possono partecipare tutti, anche persone con alcune difficoltà uditive, visive e di concentrazione, grazie al supporto di tutor.

A scuola di Burraco

Laboratorio di aggregazione per anziani.

Si tratta di un gioco divertente che aiuta la mente a mantenersi giovane. Implica l'impegno di imparare le regole e le tecniche del gioco. Si gioca in tavoli da quattro persone, alternando le coppie per favorire nuovi inserimenti. La volontaria, referente del laboratorio ed esperta del gioco, istruisce ed affianca i nuovi giocatori ed è di sostegno agli altri.

Tutti i martedì - dalle 15.00 alle 17.00

Presso il Centro **"I Saggi"**. *Le iscrizioni sono aperte tutto l'anno.*

Io anziano in movimento

Laboratorio di attività motoria per grandi anziani.

Tutti i mercoledì

Presso il Centro **"I Saggi"**.

dalle 14.30 alle 15.30 - I turno
dalle 15.30 alle 16.30 - II turno
dalle 16.30 alle 17.30 - III turno

*Le iscrizioni sono aperte tutto l'anno
in base ai posti disponibili.*

**Tutti i lunedì
dalle 15.00 alle 16.00**

Presso la sala civica di **S. Anna**.

*Le iscrizioni sono aperte tutto l'anno
in base ai posti disponibili.*

Questo laboratorio ha lo scopo di tenere in esercizio le persone anziane per ridurre il rischio di cadute accidentali. Le cadute infatti sono un problema molto frequente fra gli anziani, le cui conseguenze hanno importanti costi sociosanitari ed economici. I benefici valgono non solo per il mantenimento o il recupero della forma fisica, ma anche per il potenziamento delle funzioni cognitive e per il miglioramento della velocità dei riflessi.

A chi è rivolto: a tutti coloro che abbiano superato i 75 anni di età, che desiderino migliorare la loro postura e recuperare maggiore sicurezza nell'equilibrio e nell'andatura. Saranno proposti esercizi molto semplici che per essere efficaci potranno essere ripetuti in modo autonomo anche a casa consultando la Guida: "Io anziano in movimento", disponibile presso il Centro.

Il laboratorio è progettato in collaborazione con il servizio di fisioterapia del Distretto di Castelfranco Emilia.

Io donna in menopausa

Corso teorico-pratico sulla menopausa e l'allenamento del pavimento pelvico.

Frequenza: ogni 15 giorni per **5 incontri**

Quando: il **sabato mattina ore 9.15-11.45**

Iscrizioni: entro il **10 gennaio 2026.**

A chi è rivolto: alle donne che vogliono approfondire le conoscenze sulla menopausa con particolare riferimento agli adeguati stili di vita.

La menopausa non è una malattia, ma un'espressione di una fase della femminilità. Può essere vissuta come un'opportunità per recuperare, reinventare il proprio ruolo in famiglia e nella società, coltivare interessi ed amare di più sé stessa ed il proprio corpo.

Corrette informazioni e consigli personalizzati possono aiutare ad affrontare con tranquillità questo evento fisiologico.

Programma del corso

Il corso è composto da lezioni teoriche e pratiche sui diversi aspetti della menopausa:

- dalle 9.15 alle 10.45 lezioni teoriche
- dalle 10.45 alle 11.45 lezioni pratiche di ginnastica pelvica.

7 febbraio	21 febbraio	7 marzo	21 marzo	11 aprile
Menopausa: come viverla al meglio <i>Ginecologa del consultorio</i>	L'incontinenza in menopausa: riconoscerla ed affrontarla <i>Ostetrica del consultorio</i>	La sessualità in menopausa <i>Psicologa del consultorio</i>	Quale sana alimentazione in menopausa <i>Dietista</i>	Sani stili di vita... in menopausa <i>MMG</i>

Il corso è organizzato e gestito con la collaborazione dei professionisti del consultorio familiare del distretto di Castelfranco E. e i Medici di Medicina Generale (MMG).

Io donna in menopausa mi tengo in forma

Corso di allenamento del pavimento pelvico.

Frequenza: ogni 15 giorni

Quando:

- **Venerdì sera dalle 18.00 alle 19.00**
- **Sabato mattina**
 - dalle 7.45 alle 8.45 - I turno **in presenza**,
 - dalle 8.45 alle 9.45 - II turno **online da remoto**
 - dalle 9.45 alle 10.45 - III turno **in presenza**

Iscrizioni: entro il **10 settembre 2025**.

A chi è rivolto: Alle donne di tutte le età, in particolare:

- alle donne che hanno partorito da quattro mesi
- alle donne che si avvicinano alla menopausa e a quelle che lo sono già
- a chi ha problemi di leggera incontinenza

Questo corso ha lo scopo di favorire il mantenimento della tonicità muscolare del pavimento pelvico e prevenire l'incontinenza urinaria da sforzo. Il lavoro sul pavimento pelvico è soprattutto preventivo, per conservare in forza i muscoli che lo caratterizzano.

Incontri del venerdì

12 - 26 settembre 2025
10 - 24 ottobre 2025
7 - 21 novembre 2025
5 dicembre 2025
9 - 23 gennaio 2026
6 - 20 febbraio 2026
6 - 20 marzo 2026
10 aprile 2026
8 - 15 maggio 2026

Incontri del sabato

13 - 27 settembre 2025
11 - 25 ottobre 2025
8 - 22 novembre 2025
6 dicembre 2025
10 - 24 gennaio 2026
7 - 21 febbraio 2026
7 - 21 marzo 2026
11 aprile 2026
9 - 16 maggio 2026

Il corso è gestito in collaborazione con l'associazione di volontariato "Solidarietà in rete" di S. Cesario sul Panaro.

Internet @ Saggi

Corso per imparare ad usare il computer e altre tecnologie.

Frequenza: una volta alla settimana

- dal 22 settembre al 15 dicembre 2025 per il corso base
- dal 12 gennaio al 30 marzo 2026 per il corso avanzato
- dal 13 al 27 aprile 2026 per l'approfondimento

Quando: il lunedì mattina dalle 9.30 alle 11.00

Iscrizioni: massimo 15 partecipanti ogni corso

- corso base: entro l'11 settembre 2025
- corso avanzato: entro il 19 dicembre 2025
- approfondimento: entro il 31 marzo 2026

A chi è rivolto: Il primo corso è rivolto a persone che non hanno competenze informatiche e sarà strutturato con gli elementi di base per l'approccio al computer. L'iscrizione sarà rivolta prioritariamente alle persone che non hanno frequentato negli anni precedenti.

Il secondo corso e gli approfondimenti sono rivolti alle persone che vogliono migliorare le conoscenze di base già acquisite e desiderano avere maggiore familiarità con l'uso del computer e del cellulare.

La partecipazione ad un corso di informatica comporta vantaggi per il miglioramento della quotidianità. Permette di sentirsi meno isolati ed inclusi nella modernità, accedere ai servizi e a informazioni utili e costituisce un piacevole modo per rimettersi in gioco.

Si propongono due corsi articolati in quattro moduli, ciascuno distribuito su tre incontri. Il primo incontro con carattere teorico, e gli altri due con carattere pratico-laboratoriale. Infine, si svolgeranno ad aprile/maggio tre incontri di approfondimento su specifici argomenti. Ai partecipanti è richiesto di portare il computer personale e il cellulare.

Corso 1 - Livello base

Modulo 1	22 /09/2025 29/09/2025 06/10/2025	Computer, mouse, tastiera, finestre, desktop, copia-incolla
Modulo 2	13/10/2025 20/10/2025 27/10/2025	Cartelle, file, formati, impostazioni, apertura, creazione e copia file
Modulo 3	03/11/2025 10/11/2025 17/11/2025	Internet, ricerche, account, contatti, posta elettronica
Modulo 4	24/11/2025 01/12/2025 15/12/2025	SPID (Sistema Pubblico di Identità Digitale), CIE (Carta di Identità Elettronica) – modalità di accesso

Corso 2 - livello avanzato

Modulo 1	12/01/2026 19/01/2026 26/01/2026	Applicazioni su computer e app su smartphone
Modulo 2	02/02/2026 09/02/2026 16/02/2026	Comunicare con i social media e con i propri contatti
Modulo 3	23/02/2026 02/03/2026 09/03/2026	Google Drive, Google Documenti, Google Fogli
Modulo 4	16/03/2026 23/03/2026 30/03/2026	Wikipedia, notiziari, mappe, pagamenti on line

Approfondimento

Modulo 1	13/04/2026 20/04/2026 27/04/2026	Piattaforma Google: Google Drive, Google Foto, Archiviazione su Cloud, Google documenti (scrittura testi), Google fogli (tabelle di calcolo).
----------	--	---

Patchwork

Corso-laboratorio manuale di cucito con la tecnica del patchwork

Frequenza: una volta alla settimana

Quando: il **giovedì dalle 20.00 alle 22.00** a partire dal 25 settembre 2025

Iscrizioni: entro il 19 settembre 2025

Il patchwork è una tecnica antica, accattivante e diffusa. Si può considerare come un collage di stoffe, cucite insieme, per la produzione di oggetti personale e di arredamento. Il laboratorio offre la possibilità di acquisire la tecnica, assaporare la soddisfazione di creare un oggetto in un clima di piacevole socialità. È opportuno munirsi della macchina da cucire personale e di un paio di forbici da tessuto.

Non sono necessarie abilità di cucito.

AsSaggi di libri

Club del libro

Frequenza: una volta al mese

Quando: il **primo mercoledì del mese** dalle 20.00 alle 21.30

Iscrizioni: dall' 8 settembre 2025 per max 20 partecipanti

A chi è rivolto: Il laboratorio è rivolto a coloro che amano i libri e che desiderano approfondirne i contenuti, in un ambiente capace di favorire l'aggregazione e stimolare la comunicazione e la conoscenza tra le persone.

I GRUPPI DI LETTURA nascono nella cultura anglosassone per poi diffondersi rapidamente in tutto il mondo. Piacciono perché danno l'opportunità, a tutti coloro che amano leggere, di incontrare altri lettori in un clima di amicizia. Il libro di cui si parla si legge individualmente prima dell'incontro, poi nel gruppo, se ne condivide la lettura mettendo in comune riflessioni e commenti.

1 ottobre 2025

***Chirú*, Michela Murgia, Einaudi, 2015**



Quando Eleonora e Chirú s'incontrano, lui ha diciotto anni e lei venti di più. Le loro vite sembrano non avere niente in comune. Eppure è con naturalezza che lei diventa la sua guida, e ogni esperienza che condividono - dall'arte alla cucina, dai riti affettivi al gusto estetico - li rende più complici. Michela Murgia torna al romanzo, e lo fa con coraggio, raccontando la tensione alla manipolazione che si nasconde anche nel più puro dei sentimenti. Negli occhi di Eleonora e Chirú è scritta la distanza fra quello che sentiamo di essere e ciò che pensiamo di dovere al mondo: l'amore è la più deformante delle energie, può chiederci addirittura di sacrificare noi stessi.

5 novembre 2025

***Stoner*, John Edward Williams, Mondadori, 2020**



Stoner, pubblicato per la prima volta nel 1965, è stato per parecchio tempo uno dei grandi romanzi dimenticati della letteratura americana. John Williams racconta la vita di un uomo, Stoner appunto, che, nato in una famiglia di contadini poveri, finisce per scoprire dentro di sé una passione struggente per la letteratura e diventa professore. È la storia di un uomo che conduce una vita semplice al limite della frugalità. Una vita che lascia poche tracce. Ma *Stoner* è molto di più: è un romanzo sull'amicizia, sul matrimonio, un romanzo di ambiente universitario, un romanzo sociale e un romanzo sulla fatica.

3 Dicembre 2025

***L'età fragile*, Donatella Di Pietrantonio, Einaudi, 2023**



Non esiste un'età senza paura. Siamo fragili sempre, da genitori e da figli, quando bisogna ricostruire e quando non si sa nemmeno dove gettare le fondamenta. Ma c'è un momento preciso, quando ci buttiamo nel mondo, in cui siamo esposti e nudi, e il mondo non ci deve ferire. Per questo Lucia, che una notte di trent'anni fa si è salvata per un caso, adesso scruta con spavento il silenzio di sua figlia. Quella notte al Dente del Lupo c'erano tutti. I pastori dell'Appennino, i proprietari del campeggio, i cacciatori, i carabinieri. Tutti, tranne tre ragazze che non c'erano più.

7 Gennaio 2026

Tra il silenzio e il tuono, Roberto Vecchioni, Einaudi, 2024



Questo è un romanzo fatto di lettere, ma non è un romanzo epistolare come gli altri. Si alternano due voci: da una parte c'è lui, Roberto Vecchioni, che racconta a un fantomatico nonno alcuni degli episodi più significativi della sua vita. Li riporta in presa diretta, proprio mentre gli accadono, a dieci, quindici, trenta, ottant'anni. Infanzia, amicizie, studi, canzoni, dolori, amori. Sconfitte e vittorie. Il nonno, dal canto suo, non gli risponde mai: forse non ce n'è bisogno, forse conosce Roberto fin troppo bene. Le sue lettere sono indirizzate ad altri personaggi, veri o immaginari, e affrontano gli argomenti più disparati.

4 Febbraio 2026

Romanzo rosa, Stefania Bertola, Einaudi, 2020



Olimpia fa la bibliotecaria, è un'amante del cappuccino al bar, e la vera passione - la passione che tutto travolge - l'ha provata solo per tre giorni, nel 1977. Paola è avvocato, si è lasciata un matrimonio alle spalle e indossa vistosi giubbotti da aviatore. Nicola, invece, è un tipo che non si fa notare: brunetto, sui trenta, è anche carino, ma bisogna guardarlo sette o otto volte per accorgersi di lui. Manuela, poi, ha quarant'anni ed è disoccupata, ma investe i cento euro di un Gratta e Vinci per partecipare al corso in cui tutti questi personaggi s'incrociano: "Come scrivere un romanzo rosa in una settimana", che Leonora Forneris, insegnante spinosa e scrittrice di fama, tiene al Circolo dei Lettori.

4 Marzo 2026

Olive, ancora lei, Elizabeth Strout, Einaudi, 2021



Che ne è stato di Olive Kitteridge? Da quando l'abbiamo persa di vista, l'irresistibile eroina di Crosby nel Maine non si è mai mossa dalla sua asfittica cittadina costiera, e da lì ha continuato a guardare il mondo con la stessa burbera empatia. Elizabeth Strout riprende il filo da dove l'aveva lasciato e ci narra il successivo decennio, l'estrema maturità di Olive, dunque. Ma in questa sua vecchiaia c'è un'esistenza intera. Sono passati gli anni, ma la vita non ha ancora finito con lei, né lei con la vita. C'è posto per un nuovo amore, amicizie profonde e implacabili verità. Perché in un mondo dove tutto cambia, Olive è ancora lei.

1 Aprile 2026

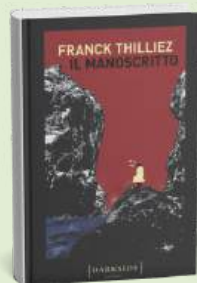
Fiore del deserto. Storia di una donna, **Waris Dirie, Garzanti, 1998**



Quella di Waris Dirie è una testimonianza straordinaria. La sua vita, ricca di momenti dolorosi ma anche di grandi felicità e successi, insieme avventurosa ed esemplare, l'ha portata dai deserti africani all'esclusivo mondo delle top model. Quando aveva più o meno cinque anni, suo padre decise che era giunto il tempo di infibularla. A tredici anni la vende per cinque cammelli a un uomo di sessant'anni: Waris non accetta quel destino, fugge da una zia a Mogadiscio, e poi a Londra.

5 Maggio 2026 (martedì)

Il manoscritto, **Franck Thilliez, Adelphi, 2019**



Léane Morgan è considerata la regina del thriller, ma firma i suoi libri con uno pseudonimo per preservare la propria vita privata, che ha subito un profondo sconvolgimento: sua figlia Sarah è stata rapita quattro anni prima e la polizia ha archiviato il caso come omicidio a opera di un noto serial killer, pur non essendo mai stato ritrovato il corpo della ragazza. Dopo la tragedia, del suo matrimonio con Jullian non è rimasto che un luogo, la solitaria villa sul mare nel Nord della Francia che Léane ha ormai abbandonato da tempo; ma quando il marito viene brutalmente aggredito subendo una perdita di memoria, lei si vede costretta a tornare in quella casa. Cosa aveva scoperto Jullian?

3 giugno 2026

Il ballo, **Irène Némirovsky, Adelphi, 2005**



Il ballo ha la perfezione esemplare di un piccolo classico, poiché riesce a mescolare, pur nella sua brevità, i temi più ardui: la rivalità madre-figlia, l'ipocrisia sociale, le goffe vertigini della ricchezza improvvisata, le vendette smisurate dell'adolescenza, che passano, in questo caso eccezionale, dall'immaginazione alla realtà. Perché è proprio una vendetta, quella della quattordicenne Antoinette nei confronti della madre: non premeditata, e per questo ancora più terribile. In poche pagine folgoranti, con la sua scrittura scarna ed essenziale, Irène Némirovsky condensa, senza nulla celare della sua bruciante crudeltà, un dramma di amore respinto, di risentimento e di ambizione.

A tavola con i nonni e i bambini

Laboratorio per le bambine e i bambini della scuola primaria.

Le tradizioni alimentari del nostro territorio attorno al cibo di un tempo.

Questo progetto, rivolto agli alunni della scuola primaria, si pone l'obiettivo di far conoscere ai bambini l'alimentazione dei tempi passati e di favorire il dialogo tra generazioni.

Per gli alunni delle classi seconde l'argomento riguarda le merende e i giochi ai tempi dei nonni-bambini.

Per le classi terze l'obiettivo è di valorizzare le risorse del nostro territorio attraverso la conoscenza e l'uso dei cereali più coltivati in passato e adesso.

Nel laboratorio i bambini hanno l'opportunità di preparare e assaggiare i prodotti della cucina di un tempo.

Argomenti classi seconde

- **Primo incontro:** le ninne-nanne, le filastrocche, i giochi di abilità.
- **Secondo incontro:** le merende di una volta, il pane, la marmellata.
- **Terzo incontro:** i giochi di gruppo all'aperto, le conte, le penitenze.

Argomenti classi terze

- **Primo incontro:** i cereali: la coltivazione di cent'anni fa, gli attrezzi in cucina, le tigelle.
- **Secondo incontro:** la pasta fatta in casa, la sfoglia tirata con il mattarello, i tortellini.
- **Terzo incontro:** i biscotti con diversi tipi di farine: assaggio e confronto.

Tempi: da ottobre 2025 ad aprile 2026.

Un neonato in famiglia

Frequenza: una volta al mese

Quando: il sabato mattina alle 10.00

Iscrizioni: è necessario **confermare la partecipazione** all'incontro e/o allo sportello allattamento almeno **DUE giorni prima** inviando un messaggio ai numeri: 3288251019 (Laura) - 3402420938 (Elisa)

A chi è rivolto: a mamme e papà che vogliono confrontarsi sugli argomenti in calendario.

Un gruppo di mamme, all'interno del centro I Saggi, ha ritenuto importante organizzare degli incontri formativi su temi rilevanti nei primi anni di vita del bambino.

Prima e durante gli incontri, alcune mamme *peer counselors* saranno disponibili per consulenze alla pari sull'allattamento.

Gli incontri saranno **in presenza**, ma ci sarà anche l'opportunità di **collegarsi da remoto**. Gli incontri sono gratuiti ma è necessario confermare la partecipazione (vedi sopra).

20 settembre 2025	18 ottobre 2025	15 novembre 2025	20 dicembre 2025
Allattamento e rientro al lavoro.	È nato, e ora? I primi giorni dopo il parto.	Il sonno dei bambini.	Alimentazione equilibrata in gravidanza e nel post parto.
17 gennaio 2026	28 febbraio 2026	28 marzo 2026	11 aprile 2026
L'ABC dell'allattamento	Dal latte al cibo dei grandi.	Fino a quando allattare e come smettere.	Pannolinoteca e fascioteca. (pomeriggio)



*Scoprire il
vicino e il
lontano:*

*coltivare la
curiosità*

Gite

Gite di gruppo, per il piacere della scoperta del territorio e delle sue bellezze.

Perché questa attività al Centro?

Il progetto si pone l'obiettivo di strutturare itinerari vicini, non sempre conosciuti o visitati. La partecipazione ad una gita costituisce un'occasione importante per la socializzazione. Stare insieme evita alle persone di ripiegarsi su se stesse, stimolando la mente e il buonumore.

Andare per musei ad ammirare capolavori immortali, visitare luoghi sconosciuti, anche se vicini, o solamente dati per scontati, non sono soltanto piacevoli passatempi ma anche un toccasana per la salute.

Sono ormai numerose le ricerche scientifiche che tendono a dimostrare come l'esposizione all'arte riduca lo stress, le emozioni negative, migliora il benessere emotivo. Partecipare ad esperienze artistiche all'interno di un gruppo favorisce l'interazione interpersonale e di conseguenza l'inclusione.

Viaggiare non significa sempre visitare luoghi lontani, esperienze arricchenti possono trovarsi a pochi chilometri da casa nostra. Ogni città, ogni paese ha una storia da raccontare, una cultura da condividere. Scoprire i luoghi più vicini può alimentare il desiderio di visitare località più lontane. Ogni esperienza vissuta nel nostro territorio può fungere da ponte verso altre culture e altre nazioni. Esplorare musei per scoprire e ammirare capolavori senza tempo, visitare luoghi sconosciuti, anche se vicini, non è solo un modo piacevole per trascorrere il tempo, ma rappresenta un vero e proprio toccasana per il benessere.

A chi è rivolto: A giovani anziani e persone in grado di sostenere spostamenti a piedi in città, da un punto d'interesse all'altro, e/o passeggiate superiori ad un'ora.

Modalità organizzativa

- L'iscrizione è obbligatoria
- Si utilizzano mezzi privati e pubblici (treno)
- Non si richiede nessuna assicurazione
- È previsto uno scarico di responsabilità per il proprietario dell'auto
- Si propone la condivisione delle spese per il mezzo privato
- Le guide, prenotate per quasi tutte le uscite, sono a pagamento.

Per ogni uscita verrà predisposto un volantino informativo un mese prima della data.



Ottobre 2025

Ferrara

Visita della città e visita facoltativa della mostra di Chagall a Palazzo dei Diamanti.



Novembre 2025

Sassuolo

Visita al Palazzo Ducale



Marzo 2026

Colorno

Visita alla Reggia



Aprile 2026

Faenza

Museo delle ceramiche e visita del centro storico.

Racconti di viaggio

L'importanza di viaggiare è un tema ricco e affascinante che tocca diversi aspetti della vita, costituisce un'esperienza fondamentale per la crescita personale e collettiva. Ogni viaggio è un'opportunità per apprendere qualcosa di nuovo, per scoprire la storia e le storie di luoghi e di persone. È un'esperienza trasformativa che promuove la crescita personale, incoraggia l'interazione sociale e la comunicazione.

Ascoltare testimonianze di viaggio può essere un'esperienza particolarmente piacevole e stimolante. La storia, i luoghi che ci trasportano lontano arricchiscono la nostra fantasia e ci suscitano la voglia di conoscere le storie e le meraviglie del mondo.

Proponiamo tre serate in compagnia, dove la magia dei viaggi si intreccia con le storie di chi ha visitato paesi lontani. Durante ogni incontro si avrà l'opportunità di ascoltare e condividere le esperienze di viaggiatori che hanno vissuto esperienze indimenticabili. Attraverso immagini e racconti ci potremo immergere in culture e ambienti sconosciuti.

mercoledì
21 gennaio 2026
20.30

Non sei mai stato in Sudafrica? Ti ci porto io

Racconti ed immagini di chi ha passato due anni nel paese più a sud del continente africano; tra diversità ed affinità con il nostro modo di vivere e la magia della natura che occupa gran parte del territorio.

Relatore Davide Squarzanti.

mercoledì
18 febbraio 2026
20.30

Viaggio lungo la costa occidentale del Nord-America

Racconti ed immagini attraverso cinque stati da San Francisco a Las Vegas fino a Los Angeles lungo strade iconiche come la Route 66, visitando i parchi e canyon della costa.
Relatore Morena Astolfi.

mercoledì
18 marzo 2026
20.30

Il mio Madagascar

Racconti ed immagini di un viaggio in un paese che è un vero tesoro naturale e culturale dove l'avventura fa da padrona.
Relatore Roberto Aureli.



Segreteria e sportello digitale

Segreteria e sportello digitale

La segreteria è aperta dal lunedì a venerdì, dalle 15.00 alle 17.00

Centro I Saggi

C.so Libertà, 100/102

41018 San Cesario sul Panaro (MO)

Telefono 059.930660

isaggi@comune.sancesariosulpanaro.mo.it

Ritiro referti

Martedì e giovedì dalle 14.30 alle 17.00

È possibile ritirare i referti degli esami del sangue, effettuati presso il Punto Prelievi di San Cesario.

I volontari accedono con le credenziali del cittadino.

Sportello S.P.I.D. e C.I.E. (Carta identità elettronica)

Martedì e giovedì dalle 14.30 alle 17.00, previo appuntamento (059.930660)

Lo S.P.I.D. (Sistema Pubblico di Identità Digitale) permette ai cittadini di accedere ai servizi online della Pubblica Amministrazione e dei privati aderenti.

Presso il Centro è possibile attivare lo SPID utilizzando la piattaforma Lepida.

Per chi è già registrato e nella fase successiva alla registrazione ha difficoltà nell'utilizzo di questa piattaforma (es. non riesce a modificare o ha scordato la password ecc.) offriamo un supporto di base per la risoluzione dei problemi.

Scarico documenti e certificati della Pubblica Amministrazione

Dal lunedì al venerdì dalle ore 14.30 alle 17.00, senza appuntamento.

Su richiesta del singolo cittadino è possibile scaricare e stampare bollettini per pagamenti (es. per rinnovo patente da commissione) moduli e certificati della Pubblica Amministrazione (di residenza, stato di famiglia ecc.).

Trasporto

Il servizio di trasporto per i cittadini di San Cesario è gratuito, da casa al Centro e permette agli anziani che lo desiderano di partecipare ai laboratori pomeridiani. È gestito da un gruppo di volontari che utilizzano l'auto del comune.

A chi è rivolto

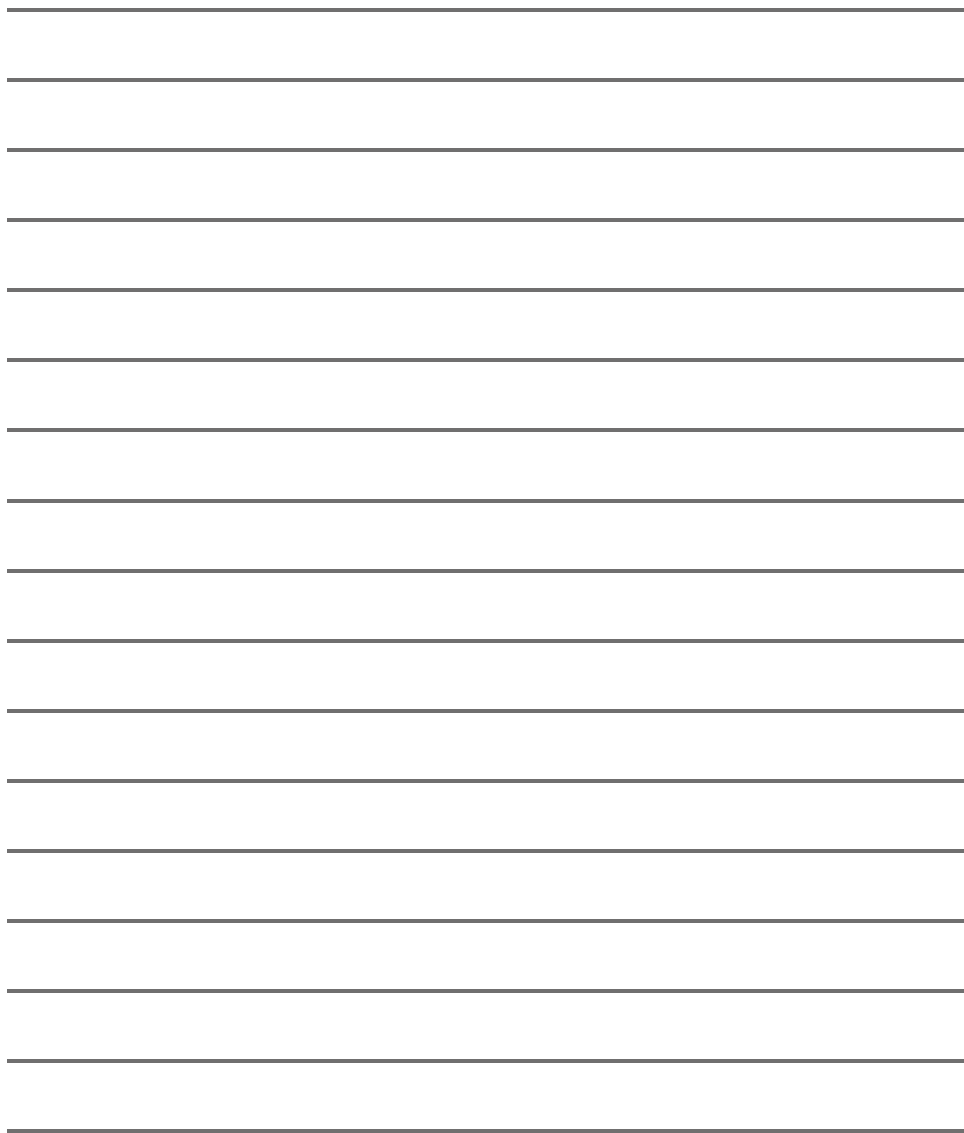
Agli anziani con lievi difficoltà di deambulazione nei percorsi esterni o che non riescono ad uscire di casa in presenza di condizioni climatiche avverse.

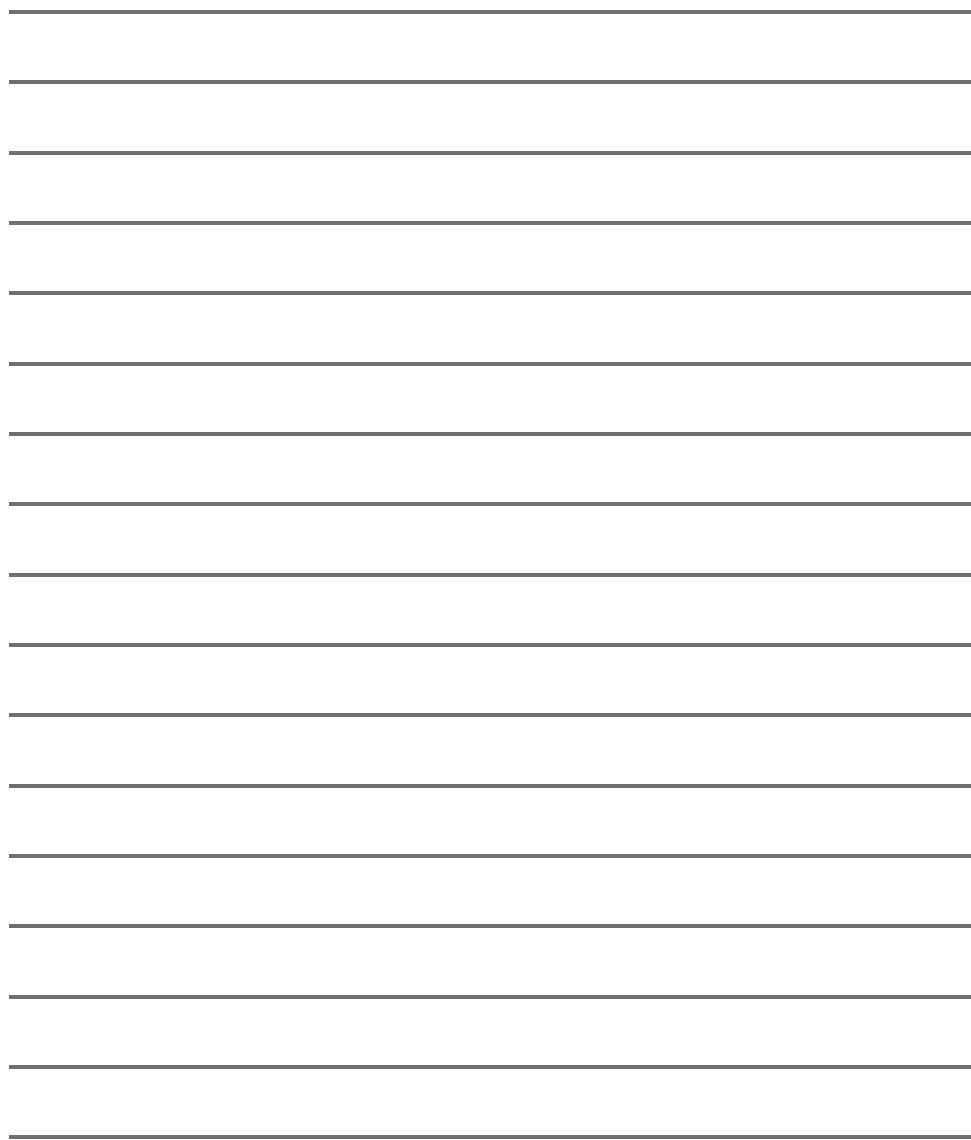
Le persone con maggiore difficoltà motorie o disturbi cognitivi, devono invece essere accompagnate al Centro da un familiare o dalla badante.

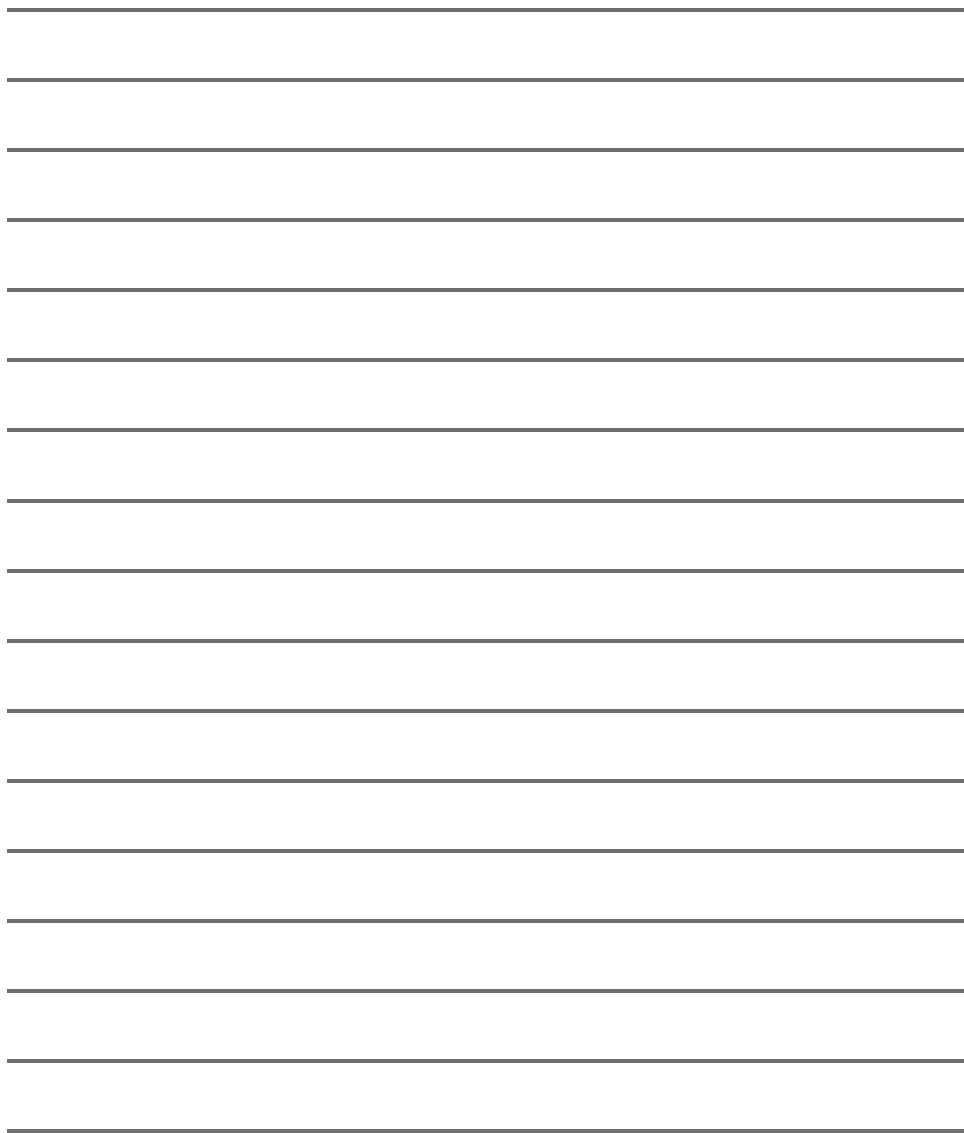
Quando

Il servizio funziona i pomeriggi di lunedì, mercoledì, giovedì e venerdì da settembre a luglio.

Si attiva segnalando presso il Centro la necessità di essere trasportati. Gli utenti verranno contattati dall'autista volontario il giorno stesso del trasporto.







Centro I Saggi

C.so Libertà, 100/102

41018 San Cesario sul Panaro (MO)

Telefono 059.930660

isaggi@comune.sancesariosulpanaro.mo.it

www.comune.sancesariosulpanaro.mo.it/vivere-san-cesario-sul-panaro/luoghi/centro-socio-aggregativo-i-saggi

