



Comune di  
Santa Giusta  
Assessorato ai Servizi Sociali



Comune di  
Santa Giusta  
Assessorato ai Servizi Sociali

**Per informazioni:**

Telefono: 0783 354504

E-mail: [servizio.sociale@comune.santagiusta.or.it](mailto:servizio.sociale@comune.santagiusta.or.it)

# Momenti di Comunità

PROGETTO DI ANIMAZIONE SOCIO-EDUCATIVA RIVOLTO AGLI OVER 65

## **Programma GENNAIO – MAGGIO 2025**

### **Attività per il benessere e la scoperta del territorio**

Il Comune di Santa Giusta propone un ricco calendario di attività rivolte agli over 65, pensate per favorire il benessere, la socializzazione e la conoscenza del territorio. Dalle passeggiate culturali ai seminari sul benessere, fino agli incontri di ballo e alle escursioni, ogni appuntamento è un'opportunità per stare insieme e scoprire nuove esperienze.

# CALENDARIO ATTIVITÀ

## GENNAIO

**29 Gennaio 2025** - 16.30 – 18.00

### **Presentazione e raccolta iscrizioni**

Sala Consiliare Comunale

## FEBBRAIO

**5 Febbraio 2025** - 18.00 – 19.00

### **Presentazione/Avvio Servizio**

Palestra via Dante, Santa Giusta

### **Incontri di ballo**

12 Febbraio 2025 18.00 – 19.00

19 Febbraio 2025 18.00 – 19.00

26 Febbraio 2025 18.00 – 19.00

Palestra via Dante, Santa Giusta - con Federico Sanna

## MARZO

**5 Marzo 2025** - 18.00 – 19.00

### **Incontro di ballo**

Palestra via Dante, Santa Giusta - con Federico Sanna

**18 Marzo 2025** - 10.00 – 13.00

### **Passeggiate urbane: storia, natura e cultura a Santa Giusta**

Territorio comunale di Santa Giusta - con la Guida Turistica Culturale Donatella Marchi

**19 Marzo 2025** - 18.00 – 19.00

### **Incontro di ballo**

Palestra via Dante, Santa Giusta - con Federico Sanna

**26 Marzo 2025** - 17.00 – 19.00

### **Seminario "anziani e digitale, comunicare e proteggersi online"**

Open Space (via Giovanni XXIII, fronte ANAP), Santa Giusta  
con l'esperto digitale Davide Moreno

## APRILE

**2 Aprile 2025** - 18.00 – 19.00

### **Incontro di Pilates**

Palestra via Dante, Santa Giusta - con Elisabetta Sanna

**9 Aprile 2025** - 10.00 – 13.00

### **Turista per un giorno – Passeggiata in laguna di Cabras**

Territorio comunale Cabras - con la Guida Turistica Culturale Donatella Marchi

**16 Aprile 2025** - 17.30 – 19.00

### **Incontro di sensibilizzazione per contrastare il fenomeno delle truffe**

Open Space (via Giovanni XXIII, fronte ANAP), Santa Giusta  
a cura degli esperti dell'Arma dei Carabinieri

**23 Aprile 2025** - 16.00 – 18.00

### **Percorsi acqua e arte dei Fassois**

Territorio comunale di Santa Giusta - con l'esperto Fassoneri Marco Pili

**28 Aprile 2025** - intera giornata

### **Visita al Parco Sardegna in miniatura - Tuili**

**29 Aprile 2025** - 17.30 – 19.00

### **Seminario sul benessere psico-fisico dell'età avanzata**

Open Space (via Giovanni XXIII, fronte ANAP), Santa Giusta  
A cura della geriatra dott.ssa Arianna Puggioni

## MAGGIO

**7 Maggio 2025** - 18.00 – 19.00

### **Incontro di Pilates**

Palestra via Dante, Santa Giusta - con Elisabetta Sanna

**15 Maggio 2025** - 18.00 – 19.00

### **Incontro di Pilates**

Palestra via Dante, Santa Giusta - con Elisabetta Sanna

**21 Maggio 2025** - 17.30 – 19.00

### **Seminario sul benessere mentale e psicologico**

Open Space (via Giovanni XXIII, fronte ANAP), Santa Giusta  
A cura della psicologa dott.ssa Marta Malgarise

**28 Maggio 2025** - intera giornata

### **Viaggio alla scoperta dell'oro bianco alle porte di Cagliari**

Saline dei Conti Vecchi

## GIUGNO

**4 Giugno 2025** - intera giornata

### **Visita al parco dell'Asinara**