

SCADENZA ADESIONI: 22 SETTEMBRE 2026

I LABORATORI SARANNO ATTIVATI IN BASE ALLE
ADESIONI



DOMANDA DI ADESIONE SU TEMPUS NOSTRU

Il Centro per la Famiglia di Dorgali (ATS Nuoro),
in collaborazione con la Cooperativa Arcobaleno, presenta il progetto

Un insieme di attività pensate per il benessere e la socialità delle persone
anziane residenti nell'ambito territoriale sociale di Nuoro.
Partecipare è semplice: compila il modulo e scegli le attività che ti interessano!

1. DATI DEL/LA PARTECIPANTE

NOME _____

COGNOME _____

DATA DI NASCITA ____/____/____
(GG/MM/AAAA)

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

EMAIL _____



*Unisciti a noi
per condividere esperienze.
coltivare relazioni e stare bene insieme!*

3. NOTE (facoltativo)

Seleziona le attività che ti interessano (puoi scegliere più opzioni)

☐

A TAVOLA CON GUSTO

Laboratoria condotto da una nutrizionista per
promuovere un'alimentazione consapevole e adatta
all'età

☐

TECNOLOGIA AMICA

Laboratorio per acquisire competenze pratiche nell'uso
dello smartphone e nella gestione dei servizi digitali.

☐

GINNASTICA DI GENERAZIONI

Attività per favorire il mantenimento dell'equilibrio e del
tono dell'umore con una figura professionale dedicata.

☐

RACCONTAMI UNA STORIA

Attività finalizzate a favorire il dialogo e lo scambio tra
generazioni, valorizzando la cultura e la memoria locale.

☐

ATTIVITÀ LUDICO-RICREATIVE

Per rafforzare i legami, stimolare la mente e il buon umore
in un contesto leggere e conviviale.

☐

MANI IN PASTA E PAROLE IN COMPAGNIA

Momenti culturali e gastronomici per stare insieme,
condividere sapori e tradizioni.



4. CONSENSO PRIVACY

AI sensi del Regolamento (UE) 2016/679 (GDPR), autorizzo il trattamento dei miei dati personali
per le finalità connesse alla partecipazione al progetto "Su Tempus Nostro".

☐

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali.

DATA

____/____/____
(gg/mm/aaaa)

FIRMA

(gg/mm/aaaa)

*Ti aspettiamo!
Per un tempo
da vivere insieme.*