

No alla Solit'Udine Insieme anche d'ESTATE



IL SERVIZIO DI PROSSIMITÀ

NO ALLA SOLIT'UDINE

SI REALIZZA ATTRAVERSO

UNA RETE TERRITORIALE

DI SERVIZI E OPPORTUNITÀ

FINALIZZATA A DARE

RISPOSTE DIFFERENZIATE

E PERSONALIZZATE AI BISOGNI

DELLA POPOLAZIONE

PREVALEMENTEMENTE ANZIANA,

MEDIANTE LO SVOLGIMENTO

DI FUNZIONI E ATTIVITÀ

VOLTE A MIGLIORARE

LA QUALITÀ DELLA VITA

DELLE PERSONE SOLE

O IN CONDIZIONI DI FRAGILITÀ.

COME SI ATTIVANO I SERVIZI

**Chiamare il Numero Verde
800 20 19 11**

Attivo con operatore telefonico
dal **lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 13.00**
e negli altri giorni e orari con **segreteria telefonica**.

Le richieste di intervento o le segnalazioni
del bisogno possono essere richieste da singoli
o enti che vengono a conoscenza di situazioni
critiche rivolgendosi al numero verde.



No alla Solit'Udine
è un progetto del Comune di Udine



Realizzato con la collaborazione
del Centro InfoHandicap FVG
InfoHandicap è un servizio
della Cooperativa Sociale Hattiva Lab
www.infohandicap.org

A CHI SI RIVOLGONO I SERVIZI

Ai cittadini anziani residenti in Udine,
specialmente se soli o in condizione di fragilità,
al fine di favorire la domiciliarità dei servizi,
intervenedo per:

- Migliorare le situazioni di disagio
- Favorire la ricomposizione delle reti sociali individuali
- Ampliare l'offerta di risposte concrete all'interno del proprio ambiente di vita

Ai cittadini adulti residenti in Udine
specialmente se soli e in condizioni di
vulnerabilità sanitaria debitamente certificata
da documentazione medica, al fine di favorire
l'accesso alle strutture sanitarie ubicate sul
territorio del Comune di Udine,
intervenedo per:

- Migliorare le situazioni di disagio
- Ampliare l'offerta di servizi finalizzati a favorire la mobilità urbana

I servizi offerti gratuitamente

- ritiro e consegna referti medici
- ritiro e consegna farmaci a domicilio
- piccole commissioni e spesa
- compagnia a domicilio (letture, passeggiate, conversazione...)
- trasporto, anche assistito
- accompagnamento in strutture sanitarie
- informazioni in materia di disabilità
- prenotazioni visite/esami e prestazioni
- informazioni sui corsi e sulle iniziative per rimanere attivi

OGNI MARTEDÌ CAMMINARE È SALUTE

**ritrovo presso il parcheggio
di Via R. Di Giusto (davanti alla chiesa)**

COMUNE DI UDINE - CENTRO DI AGGREGAZIONE
E RITROVO PER ANZIANI "ZOVINS DI UNE VOLTE"

ORE 9.00 - Passeggiate in compagnia
a partecipazione libera e aperta a tutti
accessibile anche a persone in carrozzina
(si consiglia di comunicare la partecipazione)

Per informazioni:

Nadia cell. 339 8280786/ Loredana cell. 346 0621361

18 - 25 GIUGNO GIORNATE INSIEME AL MARE ritrovo dei partecipanti all'Autostazione, Viale Europa Unita. Arrivo a Lignano S. di fronte al Villaggio Turistico "Bella Italia"

AUSER, ANTEAS, AMICI DEL SALOTTO

ORE 8.20 - Mattinata in spiaggia con ombrellone
e sdraio, o passeggiata in pineta. Chi lo desidera
potrà fare attività di acquagym e ginnastica, inoltre è
possibile consumare il pranzo (self-service,
a pagamento) presso la sala ristorante del Villaggio
Turistico Bella Italia. Il progetto è rivolto agli anziani
autosufficienti del Comune di Udine con un
massimo di 15 adesioni per viaggio e verrà
svolta a rotazione.

Per informazioni e prenotazioni

entro 5 giorni prima della partenza:

Auser Volontariato ODV - ETS "Renato Feruglio" Udine

cell. 346 0621361 (Loredana) cell. 328 6924403 (Giovanna)

Anteas Udine Solidale cell. 349 1739757 (Renata)

Amici del Salotto cell. 349 83907245 (Vittorio)

INCONTRI SOCIALI

Via Cividale 26, Udine

COMUNE DI UDINE - CENTRO DI AGGREGAZIONE
E RITROVO PER ANZIANI "ZOVINS DI UNE VOLTE"

ORE 9.00 - 12.00 / 15.00 - 19.00

Per incontri sociali e giochi da tavolo
(scacchi, burraco ed altro)

Per informazioni:

Segreteria associazione - cell. 351 3788957

TUTTI I SABATI COUNSELING DI GRUPPO

Via Marangoni 87, Udine

ANVOLT UDINE

DALLE ORE 10.00 ALLE 11.30 - Incontri di counseling in
gruppo, nell'ambito del Progetto salute e benessere,
che offrono sostegno, ascolto, condivisione, benessere
emotivo, rete e consapevolezza.

Per informazioni:

Cappellaro Laura - cell. 347 8665152

TUTTI I GIOVEDÌ STRETCHING DEI MERIDIANI

Via Marangoni 87, Udine

ANVOLT UDINE

DALLE 18.30 ALLE 19.30 - Un'attività orientata al
benessere psicofisico, ispirata ai principi della
medicina orientale e dello stretching energetico.

Per informazioni:

Cappellaro Laura - cell. 347 8665152

Sede Anvolt - tel. 0432 400965



DAL LUNEDÌ AL SABATO AMBULATORIO PREVENZIONE

Via Marangoni 87, Udine

ANVOLT UDINE

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ: 9.00 - 12.00 e 15.00 - 18.30

SABATO: 8.00 - 17.00

Sempre operativo il nostro ambulatorio per le visite di prevenzione gratuite, senza impegnativa o ticket, ma con offerta consapevole.

Visite ginecologiche, senologiche,
pap-test, ecografie pelviche;
visite dermatologiche, controllo
e mappatura dei nei, consulenze
con nutrizionista.

Per informazioni: Sede Anvolt - tel. 0432 400965

SEMPRE ATTIVO

S.I.M.B.A & FAMILY

**SOSTEGNO INTEGRATO MULTIDISCIPLINARE
BAMBINI E ADOLESCENTI IN
ONCOEMATOLOGIA PEDIATRICA**

Via Marangoni 87, Udine

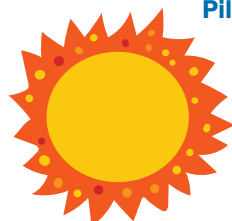
ANVOLT UDINE

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ: 9.00 - 12.00 e 15.00 - 18.30

Progetto gratuito promosso da Anvolt per offrire supporto psicologico, educativo e pratico ai bambini malati oncologici e alle loro famiglie. Il progetto prevede:

- Sostegno psicologico (in sede e a domicilio)
- Assistenza domiciliare sociale
- Accompagnamenti ai centri di cura
- Arte terapia e clownterapia
- Aiuto compiti (in sede e a domicilio)
- Sostegno economico (anche con buoni spesa)
- Accoglienza temporanea presso case alloggio
- Segretariato sociale per pratiche burocratiche

Per informazioni: Sede Anvolt - tel. 0432 400965



LUNEDÌ E MERCOLEDÌ ACQUAGYM

Piscina di Feletto - Via Bolzano, Tavagnacco

UTE "P. NALIATO" APS

DAL 16 AL 25 GIUGNO - ORE 10.40 - 11.30

Per informazioni: tel. 0432 1721619

ute@utepaolonalianto.org

GIUGNO/LUGLIO

CORSI DI PILATES E GINNASTICA POSTURALE

Sede centrale dell'Università della terza età:

Via Piemonte 82/9, Udine

UTE "P. NALIATO" APS

CON MANUELA CORINA

Pilates 1: lunedì ore 9.00-10.00 dal 9/6 al 28/7

Pilates 2: mercoledì ore 9.00-10.00 dal 4/6 al 23/7

Ginnastica Posturale-pelvica:

lunedì ore 10.00-11.00 dal 9/6 al 28/7

Ginnastica Posturale:

mercoledì ore 10.00-11.00 dal 4/6 al 23/7

Per informazioni: tel. 0432 1721619

ute@utepaolonalianto.org

GIUGNO/LUGLIO

GINNASTICA DOLCE

Sede centrale dell'Università della terza età:

Via Piemonte 82/9, Udine

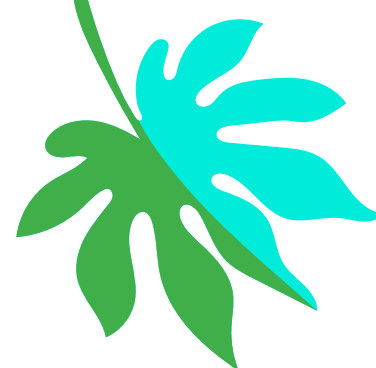
UTE "P. NALIATO" APS

MARTEDÌ E GIOVEDÌ DAL 3/6 AL 24/7

ORE 9.00/10.00 Corso di ginnastica dolce
con Horvath Csilla Elektra.

Per informazioni: tel. 0432 1721619

ute@utepaolonalianto.org



LUNEDÌ E MERCOLEDÌ PILATES MATWORK

Sede centrale dell'Università della terza età:

Via Piemonte 82/9, Udine

UTE "P. NALIATO" APS

ORE 17.30 - 18.30 - corso di pilates matwork
con Lucia Carrara

Per informazioni: tel. 0432 1721619

ute@utepaolonalianto.org

TUTTI I GIOVEDÌ CAMMINIAMO PER CONOSCERE

Sede centrale dell'Università della terza età:

Via Piemonte 82/9, Udine

UTE "P. NALIATO" APS

DALLE 8.30 - Camminate con Romano Paludgnach

Per informazioni: tel. 0432 1721619

ute@utepaolonalianto.org

GIUGNO/LUGLIO

CORSO DI ACQUARELLO

Sede centrale dell'Università della terza età:

Via Piemonte 82/9, Udine

UTE "P. NALIATO" APS

VENERDÌ ORE 9.00-12.00 - dal 6/6 al 25/7

Per informazioni: tel. 0432 1721619

ute@utepaolonalianto.org

MARTEDÌ DI LUGLIO

RIFLESSIONI LETTERARIE

Sede centrale dell'Università della terza età:

Via Piemonte 82/9, Udine

UTE "P. NALIATO" APS

MARTEDÌ 1, 8, 15, 22, 29 LUGLIO

ORE 10.00-12.00 - L'Amore in alcune novelle del
Decameron di Giovanni Boccaccio con Maria Gallo

Per informazioni: tel. 0432 1721619

ute@utepaolonalianto.org

GIUGNO/LUGLIO

LABORATORI DI CERAMICA E ACQUARELLO

Laboratorio di Feletto - Piazza Indipendenza

AUSER, ANTEAS, ASSOCIAZIONE AMICI DEL SALOTTO

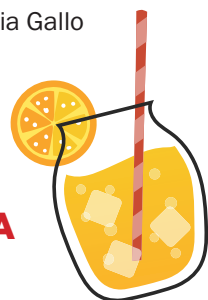
Ceramica e raku: Marialisa Povegliano
Martedì ore 15.00 - 18.00 / fino al 24/6

Ceramica, ricerche e contaminazioni: Aldo Suraci
Giovedì ore 15.00 - 19.00 / fino al 03/7

Ceramica: Daniela Mattiuzzo
Mercoledì ore 15.30 - 18.30 / fino al 2/7

Ceramica su misura: Armida Bigaran
mercoledì ore 9.00 - 12.00 / fino al 2/7

Acquerello e tecniche miste: Patrizia Ruggeri
lunedì ore 15.00 - 19.00 / fino al 28/7



SABATO 28 GIUGNO 2025

PAROLE IN MUSICA CON I SOLITI IGNOTI

Casa delle Associazioni:

Via Brigata Re 29, Udine

ASSOCIAZIONE COESI

ORE 20.45 - Evento Musicale **gratuito**

aperto a soci e simpatizzanti della nostra associazione.

Il gruppo, il cui nucleo storico è composto dal bassista Marco Malison e dagli autori dei brani Leopoldo Pagnutti e Guido Collinassi alle chitarre e voci, si presenta al pubblico in una formazione rinnovata che vede alla batteria Alessandro Filippig e Vittorio Segatti alle tastiere. Le loro canzoni trattano l'attualità, le relazioni sociali e la difficoltà di comunicazione tra le persone; ci sono canzoni introspettive, d'amore e ironiche.

Una scaletta di brani multiforme e variegata sia nei ritmi che nei contenuti.

Per informazioni: cell. 338 182 4832



**“ANCHE LA VISTA
COL TEMPO MIGLIORA.
DA GIOVANI VEDIAMO BENE,
DA VECCHI
GUARDIAMO LONTANO.”**

MIRKO BADIALE

