



Martedì 18 ottobre 2022



*scarpinata sul Carso con ritrovo alle
10:30; ore 12:30 al ristorante
«HOSTARIA AI PINI» di Campo Sacro*



Passeggiata sul Carso e tradizionale Ottobrata

È previsto il ritrovo presso il ristorante alle ore 10³⁰ per una sana passeggiata sul carso triestino. Alle 12³⁰, ci si ritrova tutti alla

Trattoria «Hostaria ai Pini» di Campo Sacro, 14

dove il dott. Riccardo Candido del CCV-Diabetologia ci intratterrà sul tema:
Promuovere il benessere psicofisico degli anziani

Seguirà il convivio con il seguente menu (con eventuali modifiche):

- Bis di primi
- Secondo piatto
- Tris di contorni
- ¼ l. di vino e ½ l. di acqua minerale oppure
- bibita o birra piccola
- **Torta dell'Ottobrata** (Sweet Heart)
- **Tombola e Lotteria con ricchi premi**
- **Musica del XX secolo**

Contributo richiesto ai partecipanti:

Sarà comunicato a Soci e Simpatizzanti in palestra o in sede appena disponibile
Prenotazioni in sede (telefonando in orario di segreteria)



Il convivio sarà allietato dalle canzoni cantate dai Soci Roby e Stellio



Per chi non è automunito, c'è la possibilità di ottenere un passaggio chiedendo in palestra, dove ci sono sempre dei soci disponibili a darne. Basta farsi avanti durante le comunicazioni. Possibilità di raggiungerci con i mezzi pubblici da P.zza Oberdan con la linea 44

Fatevi aiutare dai Consiglieri di Sweet Heart Dolce Cuore