



socialità

benessere

creatività

Le attività di Vita Lenta sono aperte a tutti, in particolare agli over 65; richiedono la prenotazione obbligatoria e sono riservate ai soci del Teatro degli Sterpi; è possibile tessersi anche il giorno stesso, presso la Segreteria di Vita Lenta.

CAFFETTERIA / RISTORANTE
COLAZIONI, PRANZI E APERITIVI
ORARI:
DAL LUNEDÌ AL SABATO | 8:00-20:00
(DOMENICA CHIUSO)

VIA LUIGI PECENCO 4, TRIESTE
+39 388 3980768
VITALENTA@HANGARTEATRI.IT
HANGARTEATRI.COM

CORSI E INCONTRI APRILE – GIUGNO 2026



vitalenta

SCEGLICI PER:

feste di compleanno
per bambini e bambine

rinfreschi di laurea

eventi e ricorrenze speciali

...con buffet dolci e salati,
personalizzati!

Siamo a due passi
dalla sede centrale dell'Università di Trieste
e dal Viale XX Settembre



CORSI A CADENZA SETTIMANALE

ogni mercoledì dal 1 aprile dalle 10.00 alle 12.00
**CORSO DI SMARTPHONE FACILE E SICURO -
NUOVO CICLO**
con **Samantha Micucci**
gratuito per i soci

ogni mercoledì dal 1 aprile dalle 15.30 alle 16.30
CORSO DI LINGUA INGLESE
con **Allegra Meroi**
a pagamento

ogni giovedì dal 2 aprile dalle 16:30 alle 17:30
CORSO DI LINGUA SLOVENA
con **Kristina Licen**
a pagamento

ogni venerdì dal 3 aprile dalle 15.30 alle 17.30
CORSO DI LETTURA ESPRESSIVA
rivolto a operatori sociali per leggere in modo
consapevole e coinvolgente
con **Tullia Alborghetti**
gratuito per i soci

ogni martedì dal 7 aprile dalle 11.00 alle 12.00
CORSO DI MOVIMENTO E MEMORIA SENSORIALE
con **Elisa Settimo**
a pagamento

ogni martedì dal 7 aprile dalle 16.00 alle 18.00
**CORSO DI SCRITTURA CREATIVA
AUTOBIOGRAFICA**
con **Olmo Calzolari**
a pagamento

ogni lunedì dal 13 aprile dalle 10.00 alle 12.30
CORSO DI PITTURA
con **Boris Fernetich**
a pagamento

INCONTRI SINGOLI O A CADENZA MENSILE

sabato 18 aprile, 16 maggio, 13 giugno
dalle 11.00 alle 12.30
**QUESTIONE DI FILI - LABORATORIO
INTERGENERAZIONALE DI INTRECCIO**
rivolto a bambini dai 5 anni in su accompagnati da un
nonno, nonna o caregiver over 65.
con **Martina Serra**
a pagamento

mercoledì 22 aprile, 27 maggio, 24 giugno
dalle 15.00 alle 19.00
INCONTRI PER IMPARARE I GIOCHI DA TAVOLO
a cura di **Queer Legacy ODV, Alea APS, La Costola
dei Barbari APS**
gratuito per i soci

sabato 23 maggio dalle 9.30 alle 13.00
e dalle 14.00 alle 17.30
**WORKSHOP DI TESSITURA CREATIVA E
MEDITAZIONE CROMATICA**
con **Giuliana Balbi**
a pagamento