



Tangoul

Autor: Manuela Munteanu

Flămânzi de patimi și-alunecoși prin doruri
Ca zbenguirea arcușului pe strună,
Stăpânii lumii, robiți de dulci amoruri,
Își leagă pașii, îi rup și îi adună.

Iubirea... Cântec cu tandră legănare,
Ca vraja crește. Într-un tandem sălbatic.
Îngenunchere, plutire și zburare,
Cu pasiunea din aer și jărat.

Două fantasme, ce își răsfrâng fiorul
Din ochi cu flăcări, în sânge cu blesteme.
Când brațul strânge, zvâcnește lung piciorul
Și coapsa urcă, iar răsufierea geme.



BIBLIOTECA MUNICIPALĂ „MIHAIL
SADOVEANU” SOROCA

Adresa:
or. Soroca,
str. Alexandru cel Bun, 25

Telefon: 0230 2 23 15
0230 2 30 69
E-mail: m.sadoveanu.soroca@gmail.com
web: bp-soroca.md
blog: bibsadoveanusoroca.wordpress.com

Eleganța vârstei



Club de dans pentru seniori

2 octombrie 2024

Eleganța vârstei

Descrierea succintă: Biblioteca Municipală „Mihail Sadoveanu”, Soroca are de mai mulți ani o strânsă colaborare cu Organizația Veteranilor din municipiu. În bibliotecă deja activează un serviciu pentru ei „Vârsta de aur”, și în urma discuțiilor cu ei și cu specialistul superior la Secției Cultură și Turism, Tamara Coșciug, a parvenit propunerea de a iniția și un club de dans. Căci dansul pentru adulți este o alternativă excelentă la fitness și nu este doar necesar, dar e timp petrecut interesant, învățând să danseze corect, ușor, frumos orice melodie, să-și petreacă vesel, distractiv și util timpul liber. Vârsta nu este importantă, principală e dorința. Dansul este la modă în întreaga lume. Cu atât mai mult că dansând vor deveni mai sănătoși. Și, de ce nu poate, vor arăta mai tânăr. Muzica, mișcărilor ritmice, emoțiile pozitive îi vor ajuta să simtă frumusețea din jurul lor.

Scop: promovarea sănătății fizice și mentale a seniorilor prin intermediul dansului, contribuind la crearea mobilității, echilibrului și coordonării, precum și reducerea stresului și a sentimentului de izolare socială.

Obiective:

- ⇒ îmbunătățirea sănătății fizice și mobilitatea
- ⇒ socializarea și conectarea comunității
- ⇒ stimularea bunăstării emoționale și a fericirii

Grup țintă: 5—15 seniori

Parteneri: Organizația Raională a Veteranilor din Municipiul Soroca, Colegiul de Arte „N. Botgros”, Secția Cultură și Turism.

Program:

- Bilunar
- Leccióni de dans
- Vals lent
- Dans popular
- Seară de dans în aer liber
- Discuții

Impact: 15 seniori își vor petrece timpul liber vesel și util, vor căpăta abilități de a dansa, se vor socializa, prieteni noi.

Concept: Coșciug Tamara

Realizare: Postolache Elena

Sîrbu Sofia

Chiseliță Raisa

