

# Programma di febbraio 2023

**PRO  
SENECTUTE**


PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Talete», Lamone

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00

Sabato 10.00-14.00

I centri diurni socio-assistenziali intendono favorire il benessere e l'autonomia delle persone anziane che vivono al proprio domicilio grazie ad attività diversificate e in collaborazione con il territorio circostante. Passate per un caffè, saremo lieti ad accogliervi e farvi conoscere il nostro centro e le nostre proposte!

 Tutte le nostre proposte sono segnate con questo simbolo e dunque sovvenzionate dall'Ufficio federale delle assicurazioni sociali poiché contribuiscono in modo particolare a contrastare i problemi dovuti all'avanzare dell'età.

## Proposte fisse

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
MATTINO	«I facc dal dì» bevendo il caffè... 9.30-10.30	Caffè cantante: parole e musica 9.30-10.30	«I facc dal dì» bevendo il caffè... 9.30-10.30	Caffè cantante: parole e musica 9.30-10.00	Caffè una lettera alla volta (quiz) 9.30-10.30	Attività secondo programma mensile
	Stimolazione cognitiva 10.30-11.30 Settimanale (Tina Bonaventura)	Ginnastica dolce 10.30-11.30 Settimanale (Tina Bonaventura)	Atelier creativo 10.30-11.30 Settimanale (Brenda Brunazzi)	Corso respirazione 10.00-11.00 Settimanale (Thea Joos)	Stimolazione cognitiva 10.30-11.30 Settimanale (Daniela Balestra Dolci)	
Tutti i giorni dalle ore 12.00, pranzo in compagnia CHF 13.50 (Iscriversi il giorno precedente)						
POMERIGGIO	Atelier creativo 14.30-16.00 Settimanale (Brenda Brunazzi)	Conversazione in spagnolo 14.30-16.00 Settimanale (Alejandro Marrero)	Giochi di società 14.30-16.00 Settimanale (Brenda Brunazzi)	Ginnastica dolce 14.30-15.30 Settimanale (Daniela Balestra Dolci)	Attività secondo programma mensile	
	Gioco degli scacchi 14.00-16.00 Settimanale (Ettore Delorenzi)	Corso arti creative 14.30-15.30 Settimanale (Eliane Orselli)			Ginnastica a Bedano 15.30-16.30 Settimanale (Tina Bonaventura)	

## EVENTI SPECIALI DI FEBBRAIO SUL RETRO...

Per informazioni ed iscrizioni: Centro diurno «Talete», Via Girella 4 – 6814 Lamone – Tel. +41 91 950 85 42  
cdsa.lamone@prosenectute.org – www.prosenectute.org – www.centridiurni.ch

# Eventi speciali di febbraio 2023

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME

## Centro diurno «Talete», Lamone

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00

Sabato 10.00 - 14.00

---

### Martedì

#### Corso di arti creative

Maschere decorative di carnevale, in filo di rame e carta pesta.

Dalle 14.30 alle 15.30

Insegnante: Eliane Orselli.

Costo: gratuito

Il corso non avrà luogo il 21 febbraio

---

### Giovedì

#### Corso di respirazione

«Benessere e concentrazione»

Dalle 10.00 alle 11.00

Corso di respirazione profonda, con movimenti di yoga e esercizi di stimolazione cognitiva, a sostegno del benessere psico-fisico e della concentrazione.

Insegnante: Thea Joos.

Costo: gratuito

Il corso non avrà luogo il 23 febbraio

---

### Sabato 4 febbraio

#### Passeggiata nel Luganese e pranzo al grotto

Dalle 10.00 alle 14.00

---

### Sabato 11 febbraio

#### Tombola

Dalle 10.00

#### Pranzo in compagnia

Dalle 12.15 alle 14.00

---

### Venerdì 17 febbraio

The danzante con Mario Bertolini

«l'Ambasciatore»

Dalle 14.30 alle 16.00

---

### Sabato 18 febbraio

#### Pranzo e visita del Planetario di Cadro

(L'Ideatorio USI)

Dalle 12.00 alle 16.00

Iscrizioni entro il 10 febbraio, posti limitati

---

### Venerdì 24 febbraio

#### La tombola del venerdì

Dalle 14.30 alle 16.30

Quattro giri.

---

### Sabato 25 febbraio

#### Pranzo in maschera con risotto e luganighetta, quiz e «chiacchiere»

Dalle 10.00 alle 14.00

---

**Per informazioni ed iscrizioni:** Centro diurno «Talete», Via Girella 4 – 6814 Lamone  
Tel. +41 91 950 85 42 – [cda.lamone@prosenectute.org](mailto:cda.lamone@prosenectute.org) – [www.prosenectute.org](http://www.prosenectute.org)  
[www.centridiurni.ch](http://www.centridiurni.ch)