

Programma di agosto 2025

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Talete», Lamone

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì 9.00-17.00

Sabato 9.45 - 13.45

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	Cantiamo insieme 9.45-10.30	Caffè una lettera alla volta (quiz) 9.30-10.30	«I facc dal dì» bevendo il caffè... 9.30-10.30	«Rumore misterioso Talete» 9.30-10.30	Attività secondo programma mensile	Attività secondo programma mensile
	Alternato a Stimolazione cognitiva 10.30-11.30 Settimanale (F. Demasi Sala)	Stimolazione cognitiva 10.30-11.30 Settimanale (F. Demasi Sala)	Creare per stare bene 10.30-11.30 Settimanale (F. Demasi Sala, N. Pellegrini)	Corso respirazione 10.30-11.30 Settimanale (T. Joos)		
Tutti i giorni dalle ore 12.00, pranzo in compagnia CHF 13.50 (Iscriversi il giorno precedente)						
POMERIGGIO	Laboratori artistici Radiodramma 14.30-16.00 (A. Marrero / S. Docimo)	Ginnastica dolce 14.40-15.40 Settimanale (N. Pellegrini)	Giochi di società 14.30-16.00 Settimanale (A. Marrero)	«Mens sana in corpore sano» 14.30-15.30 Settimanale (T. Bonaventura, F. Demasi Sala)	Attività secondo programma mensile	
	Gioco degli scacchi 14.00-16.00 Settimanale (E. Delorenzi)					

AL GIOVEDÌ, È PRESENTE UN'ASSISTENTE SOCIALE CHE OFFRE CONSULENZA SOCIALE (SU APPUNTAMENTO), INDICATIVAMENTE UNA O DUE VOLTE AL MESE (21 AGOSTO).

Eventi speciali di agosto 2025

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Talete», Lamone

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì 9.00-17.00

Sabato 9.45 - 13.45

Giovedì

Corso di respirazione benessere e concentrazione

Dalle 10.30 alle 11.30

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

Sabato 2 agosto

Uscita al grotto

Dalle 10.00 alle 14.00

Venerdì 8 agosto

«Due bracciate per restare in forma»

Dalle 10.00 alle 16.00

Andiamo al Lido di Melide!

Entrata (AVS): CHF 4.-

Pranzo (Ristorante Cala) a carico del partecipante.

Iscrizioni entro il 6 agosto.

Il centro rimane chiuso per la giornata

Sabato 9 agosto

Cantiamo insieme

Dalle 10.30

Con Nicoletta

Pranzo in compagnia al Centro

Dalle 12.00 alle 13.30

Su iscrizione.

Sabato 16 agosto

Tombola (3 giri)

Dalle 10.30

Pranzo in compagnia al Centro

Dalle 12.00 alle 13.30

Su iscrizione

Martedì 19 agosto

Tè danzante

Con la musica di Mario Bertolini

«l'Ambasciatore»

Dalle 14.30 alle 16.30

Mercoledì 20 agosto

Atelier dei desideri: cuciniamo insieme

«Sagra del mirtillo!»

Risotto ai mirtilli, dessert mirtilli con panna e meringa.

Dalle 10.00

Venerdì 22 agosto

Passeggiata con gli alpaca!

Dalle 10.30 alle 12.00

Faremo conoscenza con gli alpaca della Ca. Stella Farm di Meride. Questi animali docili e socievoli ci accompagneranno durante una passeggiata nel bosco di Meride.

La giornata proseguirà con il pranzo al grotto (a carico del partecipante) e pomeriggio nel Mendrisiotto.

Partenza dal Centro diurno alle 9.15

Costo della passeggiata: CHF 30.-

Iscrizioni entro il 18 agosto.

Il Centro rimane chiuso per la giornata

Sabato 23 agosto

Cantiamo... al Centro diurno La Sosta di Massagno

Dalle 10.00 alle 14.00

Il Centro diurno canta fuori porta.

Telefonare al Centro per informazioni

Menu: CHF 12.50 (bibite escluse).

Iscrizione entro mercoledì 20 agosto.

Lunedì 25 agosto

Cantiamo con Mattia

Sotto la guida del maestro Mattia Mirenda

Dalle 14.30 alle 16.00

Venerdì 29 agosto

«Due passi per restare in forma»

Dalle 9.15 alle 11.00

Camminata leggera, nel bosco e lungo il Vedeggio.

Partenza dal Centro diurno

La tombola del venerdì (quattro giri)

Dalle 14.30 alle 16.30

Sabato 30 agosto

Brunch al Centro diurno

Dalle 9.45 alle 13.45

Atelier di cucina e pranzo in compagnia

Su iscrizione.