

Programma di agosto 2026

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 di 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	«I facc dal dì» bevendo il caffè... 9.30-10.30	Caffè una lettera alla volta (quiz) 9.30-10.30	«I facc dal dì» bevendo il caffè... 9.30-10.30	Attività secondo programma mensile	Attività secondo programma mensile
	Stimolazione cognitiva 10.30-11.30 Settimanale (F. Demasi Sala)	Stimolazione cognitiva 10.30-11.30 Settimanale (F. Demasi Sala)	Giochi per la mente 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 14.30-16.00 (N. Pellegrini)	Ginnastica dolce 14.40-15.40 Settimanale (N. Pellegrini)	Creare per stare bene 14.30-16.00 Settimanale (F. Demasi Sala, N. Pellegrini)	«Mettiamoci in gioco!» Quiz e giochi 14.30-16.00 Settimanale (D. Balestra Dolci, F. Demasi Sala)	Attività secondo programma mensile	
	Gioco degli scacchi 14.00-16.00 Settimanale (L. Foletti)					

**GIOVEDÌ (UNA / DUE VOLTE AL MESE):
CONSULENZE SOCIALI GRATUITE (SU APPUNTAMENTO) CON UN'ASSISTENTE SOCIALE, 6 e 20 AGOSTO**

Eventi speciali agosto 2026

**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
concentrazione.
Costo: gratuito
Insegnante: Thea Joos

Venerdì 7, 14 e 28 agosto

Corso «Conversazione in francese»
Dalle 10.30 alle 11.45
Moderatrice: Daniela
Costo: gratuito

Venerdì 7 agosto

Consulenza digitale
Dalle 9.15 alle 10.15
Rispondiamo alle vostre domande
pratiche su smartphone, foto, email, ecc.

Gioco della carte
Dalle 14.30 alle 16.00
Scala 40, Macchiavelli, Burraco... secondo
i gusti dei partecipanti.

Sabato 8 agosto

Cantiamo al grotto
Dalle 10.00 alle 14.00
Pranzo al ristorante (a carico dei
partecipanti)
Con Nicoletta.

Martedì 11 agosto

**Tè danzante con la musica di Mario
Bertolini «l'Ambasciatore»**
Dalle 14.30 alle 16.00

Venerdì 14 agosto

Consulenza digitale
Dalle 9.15 alle 10.15
Rispondiamo alle vostre domande
pratiche su smartphone, foto, email, ecc.

Caffè e shopping a Grancia
Dalle 14.00 alle 16.00
Partenza dal Centro diurno alle ore 13.15
e rientro verso le 16.30.
Iscrizioni entro il 13 agosto.

Venerdì 21 agosto

**Visita guidata al Parco dei Mulini di
Vergeletto**
Alla scoperta della storia della Valle
Onsernone attraverso i suoi mulini, i
segreti della produzione della famosa
"farina bona" e di un piccolo birrificio
artigianale.
Partenza alle 8.30 dal Centro Talete e
rientro a Lamone verso le ore 17.30.
Telefonare al centro per il programma
dettagliato.
Iscrizioni e pagamento entro il 13 agosto.
Costo: CHF 30.- (trasporto e visita
guidata), pranzo al ristorante a carico del
partecipante.
Nota: l'uscita presenta di barriere
architettoniche.
Il centro resta chiuso per la giornata.

Sabato 22 agosto

Tombola (3 giri)
Dalle 10.30 alle 12.00

Pranzo in compagnia al Centro
(su iscrizione)
Dalle 12.00 alle 13.30

Martedì 25 agosto

Cantiamo con Mattia
Dalle 14.30 alle 16.00
Sotto la guida del maestro Mattia
Mirenda

Venerdì 28 agosto

«Due passi per restare in forma»
Dalle 9.15 alle 10.30
Camminata leggera, nel bosco e lungo il
Vedeggio. Partenza dal Centro diurno.

Tombola (quattro giri)
Dalle 14.30 alle 16.30

Sabato 29 agosto

Giochi per la mente
Dalle 10.30 alle 12.00

Pranzo in compagnia al Centro
(su iscrizione)
Dalle 12.00 alle 13.30