

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME



Attività maggio-giugno 2017

Centro diurno socio-assistenziale

Pro Senectute Ticino e Moesano

Stabile Talete

Via Girella 4

6814 Lamone

Ticino e Moesano

prosenectute.org

Da metà maggio 2014 Pro Senectute ha aperto un Centro diurno rivolto a persone anziane autonome o con bisogno di assistenza, interessate a attività di vario genere.

La realizzazione di questa iniziativa regionale è stata sostenuta dal Dipartimento della sanità e della socialità e dai Comuni della regione.

La struttura permette di rispondere ai diversi bisogni di anziani che vivono a casa propria, autonomi o che necessitano di un sostegno limitato.

Essa intende favorire nel tempo la loro permanenza al domicilio, grazie alle diverse attività e all'apertura regolare durante la settimana. Il Centro non vuole sostituirsi a proposte già esistenti, ma rendersi complementare rispetto ad altre offerte collaborando con gli altri enti presenti sul territorio.

Le attività elencate nel programma tengono conto anche delle idee e delle proposte dell'utenza. Non esitate a contattarci per suggerimenti, complementi di informazione o per ricevere il prossimo programma.

Apertura del Centro
tutti i giorni, dalle ore 9.00 alle 17.00



Tina Bonaventura
Coordinatrice
Centro diurno Lamone



Fabiana Demasi
Collaboratrice
Centro diurno Lamone



Chiara Rezzonico-Grigore
Collaboratrice
Centro diurno Lamone

Informazioni e iscrizioni:

Tel. 091 950 85 42

cdsa.lamone@prosenectute.org

Incontri fissi

PRANZO IN COMPAGNIA

Dal lunedì al venerdì, pranzo tra le 12.00 e le 12.30. CHF 12.50 piatto forte e dolce. Iscrizioni possibilmente 2 giorni prima telefonando al Centro.

GINNASTICA DOLCE

Vengono proposti giochi ed esercizi di mobilità dolce e di riattivazione della memoria. Responsabile del gruppo Chiara Rezzonico-Grigore. Telefonare al centro per informazioni e iscrizioni.

Martedì, 10.00-11.00

Giovedì, 14.30-15.30

PARTITE E LEZIONI DI SCACCHI

Su richiesta lezioni e partite a scacchi per principianti. Annunciarsi la settimana precedente telefonando al Centro. Persona di riferimento e insegnante: Ettore Delorenzi.

Presso il Centro diurno

Lunedì, 14.00-16.00

TOMBOLA

Ogni ultimo martedì del mese alle 14.30. Si svolgono cinque giri con ricchi premi.

Telefonare al Centro per informazioni.

ESCURSIONI DI UNA GIORNATA

Passeggiate per buoni camminatori nella natura e visite a siti di interesse.

Martedì ogni 15 giorni

Persona di riferimento: Maria Grazia Robert-Nicoud, volontaria responsabile delle gite, Tel. 076 432 82 39

078 731 44 53

mgb.robertn2@bluewin.ch

PRANZI A TEMA

Gli interessati a proporre pietanze tipiche di una regione sono pregati di annunciarsi al Centro al fine di pianificare le date. Telefonare al Centro per informazioni ed iscrizioni.

Programma di maggio

EVENTO CANTONALE A BELLINZONA

La piazza del sole si trasformerà in un villaggio per far conoscere a tutta la popolazione i centri diurni dedicati agli anziani.

Durante la giornata proporremo vari attività, quali: giochi di memoria, ginnastica, nord walking, attività creativa, cucina e tanto altro.

Possibilità di trasporto con partenza da Lamone (solo su iscrizione)

Per informazioni e iscrizioni, telefonare al centro diurno di Lamone Tel. 091 950 85 42

Sabato 6 maggio 2017

Dalle 9.00 alle 17.00

SABATO INSIEME A MASSAGNO

Per informazioni e iscrizioni, telefonare entro il mercoledì precedente al Centro diurno di Massagno Tel. 091 797 43 89

Sabato 13 e 20 maggio 2017

Dalle 10.30 alle 14.30

Pranzo: CHF 11.50

MISURAZIONE GRATUITA DELLA PRESSIONE

Controllo della pressione gratuito organizzato dall'Associazione MAGGIO, presso il Centro.

Informazioni: Delia Priuli,
Tel. 091 610 16 50
segreteria.maggio@sacd-ti.ch

Lunedì 15 maggio 2017

Dalle 14.00 alle 15.00

THE DANZANTE CON FRANCO

Pomeriggio musicale accompagnato da musica dal vivo, merenda e simpatica compagnia.

Martedì 16 maggio 2017

Dalle 14.15 alle 16.30

Costo partecipazione: CHF 6.-

VISITA ALLA FALCONERIA DI LOCARNO

Rappresentazione volo dei rapaci,
pranzo e rientro nel pomeriggio a
Lamone.

Mercoledì 24 maggio 2017

Partenza dal Centro alle ore 9.30

Costi entrata e pranzo: CHF 35.- bibita
e caffè incluso

Iscrizioni entro il 18 maggio telefo-
nando al Centro.

SABATO INSIEME A LAMONE, PRANZO A TEMA KENIOTA

Per informazioni e iscrizioni, telefonare
entro il mercoledì precedente al Centro
diurno di Lamone Tel. 091 950 85 42

Menu: antipasto (somosa),
riso al cocco con pollo e chapati (pane),
dessert, mango e banane

Sabato 27 maggio 2017

Dalle 10.30 alle 14.30

TOMBOLA

Si eseguiranno 5 giri, con ricchi premi
Telefonare al Centro per informazioni.

Martedì 30 maggio 2017

ore 14.30

VI RICORDIAMO CHE IL CENTRO DIURNO RIMARRÀ CHIUSO GIOVEDÌ 25 E VENERDÌ 26 MAGGIO 2017.

Programma di giugno

SABATO INSIEME A MASSAGNO

Per informazioni e iscrizioni, telefonare entro il mercoledì precedente al Centro diurno di Massagno Tel. 091 797 43 89

Sabato 3, 10 giugno e 17 giugno 2017

Dalle 10.30 alle 14.30

Pranzo: CHF 11.50

SABATO INSIEME A LAMONE

Per informazioni e iscrizioni, telefonare entro il mercoledì precedente al Centro diurno di Lamone Tel. 091 950 85 42

Sabato 24 giugno 2017

Dalle 10.30 alle 14.30

MISURAZIONE GRATUITA DELLA PRESSIONE

Controllo della pressione gratuito organizzato dall'Associazione MAGGIO, presso il Centro.

Informazioni: Delia Priuli,

Tel. 091 610 16 50

segreteria.maggio@sacd-ti.ch

Lunedì 12 giugno 2017

Dalle 14.00 alle 15.00

THE DANZANTE

Pomeriggio musicale senza musica dal vivo, merenda e simpatica compagnia.

Martedì 13 giugno 2017

Dalle 14.15 alle 16.30

Costo partecipazione: offerta libera

TOMBOLA

Si eseguiranno 5 giri, con ricchi premi
Telefonare al Centro per informazioni.

Martedì 27 giugno 2017

ore 14.30

Proposte esterne

ESCURSIONI DI UNA GIORNATA

Passeggiate per buoni camminatori nella natura e visite a siti di interesse.

Martedì 9 maggio 2017

Martedì 23 maggio 2017

Martedì 6 giugno 2017

Martedì 20 giugno 2017

Tutte le gite sono da definire

ESCURSIONI BREVI

Passeggiate semplici di mezza giornata.

Martedì 2 maggio 2017

Martedì 16 maggio 2017

Martedì 30 maggio 2017

Martedì 13 giugno 2017

Martedì 27 giugno 2017

Tutte le gite sono da definire

Persona di riferimento: Maria Grazia Robert-Nicoud, 076 432 82 39 / 078 731 44 53
mgb.robertn2@bluewin.ch

PARTITE A BILIARDO

Tutti i lunedì dalle ore 15.00, presso il Citybiliardo di Davesco.

Costo da definire sul posto (tariffa da dividere tra i presenti).

Persone di riferimento: Carmen David 091 968 14 81 (ore 10.00), Gaetano di Dio 076 460 70 40

Corsi a Lamone

GINNASTICA A LAMONE

Corso di ginnastica in palestra per donne e uomini dai 60 anni, principianti e avanzati. Informazioni e iscrizioni: creativ center, Tel. 091 912 17 17

Palestra scuola consortile

Lamone-Cadempino

Mercoledì, 14.45-15.45

(calendario scolastico)

ZUMBA GOLD®

Presso la scuola di ballo "Voglia di ballare"

Lunedì, 16.00-17.00

Giovedì, 9.30-10.30 (calendario scolastico)

Informazioni: Tel. 091 912 17 17

**VI ASPETTIAMO
ANCHE SOLO PER UN CAFFÈ
O UNA CHIACCHIERATA
IN COMPAGNIA!**

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

Per informazioni e iscrizioni

Tina Bonaventura e Fabiana Demasi

Telefono 091 950 85 42

cda.lamone@prosenectute.org