


# Programma di giugno 2024

Centro diurno «Al Vigneto», Tenero

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 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	Accoglienza con caffè in compagnia e lettura del giornale 9.00-10.00 (A. Vara, V. Briccola, M. Lugbunari, C. Cassaniti-Galli)					Attività di cucina e pranzo in compagnia 10.00-12.00 CHF 10.- (A. Vara, C. Cassaniti-Galli, M. Lugbunari, V. Briccola)
	Yoga 9.00-9.45 (D. Maffeis)	Giochi da tavolo 10.15-11.45 (D. Petraglio)	Sportimento (bowling, freccette, ping pong...) 10.15-11.45 (V. Briccola)	Passeggiata in amicizia 10.15-11.45 (M. Lugbunari)	Canti popolari in compagnia 10.15-11.45 (G. Lecci)	
	Stimolazione cognitiva 10.15-11.45 (A. Vara)			Danza orientale 10.30-11.45 (S. Regli)		
<b>Tutti i giorni gioco delle carte.</b> <b>Dalle ore 12.00 pranzo in compagnia CHF 14.- (Iscriversi il giorno precedente)</b>						
POMERIGGIO	Ginnastica dolce 14.15-15.45 (V. Briccola)	Disegno creativo 14.15-15.45 (M. Lugbunari)	Ginnastica dolce 14.15-15.45 (C. Cassaniti-Galli)	Stimolazione cognitiva 14.15-15.45 (A. Vara)	Laboratorio creativo e String Art 14.15-15.45 (V. Briccola)	
		Gruppo maglia 14.30-16.00 (S. Paroni)			Merenda in compagnia 15.00-16.00 (J. Pozzoni)	

## SABATO 29 GIUGNO IL CENTRO DIURNO RIMARRÀ CHIUSO

### Per informazioni ed iscrizioni:

Centro diurno socio-assistenziale «Al Vigneto», Via San Gottardo 29 – 6598 Tenero

Tel. +41 (0)91 745 84 82 – cdsa.tenero@prosenectute.org – www.prosenectute.org – www.centridiurni.ch

# Eventi speciali di giugno 2024

**PRO  
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

## Centro diurno «Al Vigneto», Tenero

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì 9.00 - 17.00

Sabato 10.00 - 14.00

**Abbiamo una bella novità!  
Siamo raggiungibili anche  
tramite WhatsApp!**

Se desiderate ricevere il nostro programma mensile, volete iscrivervi ai corsi o ricevere qualsiasi informazione **scriveteci allo 078 233 89 15**

### Lunedì 3 giugno

**Pranzo e Tè danzante  
insieme al CDSA Insema di  
Solduno**

Dalle 11.00 alle 16.00  
Pranzo insieme al Centro «La Torre» a Losone, seguito dal nostro Tè danzante revival anni '60, tra musica e balli di coppia. Con Gigi Lecci.

**Costo del pranzo:** CHF 20.- (Polenta e ossobuco, bibite incluse)

**Iscrizioni entro il 30.05, posti limitati.**

(A. Vara, V. Briccola)

### Martedì 4 giugno

**Shopping per l'estate**

Dalle 9.00 alle 16.00  
Cambiamo aria e ci spostiamo al Centro commerciale di Grancia.

Prepariamoci per l'estate con del buon shopping! Seguirà pranzo a carico del partecipante in un ristorante della zona.

**Su iscrizione entro il 31.05.2024, per permettere l'uscita le attività del centro possono subire cambiamenti.**

(A. Vara, V. Briccola)

### Giovedì 6 e 20 giugno

**Incontro con l'Assistente  
Sociale**

Dalle 9.00 alle 11.00  
Consulenze sociali gratuite su temi di interesse per persone in età AVS con Cristiana Bonatti, assistente sociale di Pro Senectute.

**È preferibile annunciarsi per assicurarsi un momento individuale.**

### Venerdì 7 giugno

**Pomeriggio insieme sul digitale – parliamo di «Social»**

Dalle 14.15 alle 16.00  
Il nostro team si mette a vostra disposizione per risolvere semplici questioni legate al digitale (es. uso dello smartphone, gestione delle fotografie, backup, social network, ecc.).

Spazio individualizzato per richieste specifiche.

(A. Vara)

### Giovedì 13 giugno

**Conferenza ALVAD, parliamo di... «Memoria»**

Dalle 14.30 in poi  
La nostra infermiera di fiducia Lidija Nikolic ci intratterrà parlando di memoria. Seguirà merenda sana offerta dal Centro.

Evento gratuito.

(L. Nikolic)

### Giovedì 20 giugno

**Presentiamoci!**

Dalle 14.30 in poi  
Saremo presenti alla sala comunale di Tenero per presentare il Centro diurno «Al Vigneto» ed il Servizio Sociale di Pro Senectute, due servizi presenti ed attivi sul nostro territorio. Seguirà merenda offerta.

(A. Vara, C. Bonatti)

### Venerdì 21 giugno

**Festa di inizio estate  
al Centro «Ancora», di Faido**

Dalle 10.30 alle 16.00  
Raggiungiamo il CDSA di Faido per la loro tradizionale festa di inizio estate!

**Costo:** CHF 20.-

**Iscrizione richiesta entro il 10 giugno, posti limitati**

(A. Vara, C. Cassaniti-Galli, M. Lugbunari)

### Sabato 22 giugno

**Pomeriggio insieme!  
Tombola e Cine-pizza... che spasso!**

Dalle 14.30 in poi  
Gioco della tombola con possibilità di vincere qualche bel premio. Segue il nostro nuovo appuntamento con il Bistrò, visione del film «Il Sesso degli Angeli» di Leonardo Pieraccioni, accompagnato dalla pizza del nostro mitico Giovanni.

**Costo:** CHF 25.- tutto compreso (pizza e film, bibite escluse)

Richiesta iscrizione entro il 17 giugno.

(C. Cassaniti-Galli)

### Lunedì 24 giugno

**Caffè Narrativo, parliamo di...**

Dalle 14.30 alle 16.00  
In collaborazione con la Portineria di Quartiere Cine...ma di Gordola visione di un breve filmato a tema e discussione.

(A. Vara e O. Togni)

### Martedì 25 giugno

**Grigliata ad Ascona**

Dalle 11.30 in poi  
Raggiungiamo il Centro diurno «Alcentrodì» ad Ascona e grigliamo tutti insieme in compagnia.

**Costo:** CHF 15.- (bibite alcoliche escluse)

(V. Briccola, A. Vara)

### Giovedì 27 giugno

**Tè danzante**

Dalle 14.30 alle 16.00  
Tè danzante revival anni '60, tra musica e balli di coppia. Con Gigi Lecci.

(V. Briccola, M. Lugbunari)

### Venerdì 28 giugno

Dalle 14.30 in poi  
Giochiamo al gioco della Tombola, possibilità di vincere qualche bel premio.

**Costo cartelle:** CHF 5.-

(V. Briccola)

**QUALORA NON CI FOSSERO DELLE INDICAZIONI SPECIFICHE, L'ATTIVITÀ TERMINA ALL'ORARIO DI CHIUSURA DEL CENTRO DIURNO**