



Centro diurno per anziani
di Pro Senectute
Ticino e Moesano
Lamone

Stabile Talete
Via Girella 4 - 6814 Lamone

**Attività da ottobre
a dicembre 2014**

**Per informazioni
e iscrizioni**

Héloïse Denti e Fabiana Demasi
Telefono 091 950 85 42
cda.lamone@prosenectute.org

Attività varie

Percorso vita

Giorni e orari da definire

Telefonare al Centro per informazioni ed iscrizioni.

Creazione di un album fotografico digitale

Da ottobre, data da definire

Necessario il pc portatile. Scaricare il programma apposito a casa prima dell'incontro.

Persona di riferimento:

Sig. Aldo Calà, Tel. 079 942 36 53
aldo.cal@bluewin.ch

Proposte innovative

A discrezione delle proposte degli interessati a promuovere un'attività.

Corsi del Creativ Center

Zumba Gold

CHF 130.- / 10 lezioni (60 min.)

Lamone, Scuola di Ballo Voglia di Ballare - dal 30.09.2014

Martedì dalle 9.30 alle 10.30

Insegnante: E. Nakhlopina

Informazioni e iscrizioni: creativ center 091 912 17 17

Tai Chi

CHF 155.- / 12 lezioni (60 min.)

dal 24 settembre 2014

a Lamone

Monitrice: F. Sassi

Corso organizzato dal Creativ Center della Pro Senectute.

Informazioni e iscrizioni: creativ center 091 912 17 17

Ginnastica a Lamone

CHF 100.- / periodo scolastico

(CHF 60.- come seconda attività)

Per donne e uomini dai 60 anni, principianti e avanzati.

Palestra Scuola Consortile

Lamone-Cadempino -

dal 17 settembre 2014

Mercoledì dalle 14.30 alle 15.30



Proposte intergenerazionali

1 ottobre - evento per la giornata internazionale dell'anziano: "Età anziana tra cultura economia e gioventù emergente"

Ricerca svolta dagli studenti della classe OSA 3D della SSPSS. **Presentazione del lavoro mercoledì 1. ottobre, alle 17.30. Segue aperitivo offerto.**

Telefonare al Centro per informazioni ed iscrizioni.

Atelier del dolce

Preparazione di svariati dolci proposti da nonni e nipoti o bambini che lo desiderano, accompagnati da una persona pensionata di fiducia.

Mercoledì dalle 14.00 alle 17.00

Telefonare al Centro per informazioni ed iscrizioni.

Le nuove tecnologie... ti diamo una mano!

Proponiamo ai pensionati che riscontrano difficoltà, l'aiuto di chi è abile e sa spiegare con semplicità come si usa un cellulare o come si naviga su internet.

Gli incontri, da organizzare secondo richiesta rivolgendosi al Centro diurno di Lamone, si svolgono presso Spazio Ado, Via Besso 42, Lugano



Proposte culinarie

Pranzo in compagnia

**Dal lunedì al venerdì, alle 12.30
CHF 12.50 piatto forte, dolce e bibita**

Iscrizioni possibilmente 2 giorni prima telefonando al Centro.

Atelier dello spuntino

A partire dal 12 settembre, venerdì ogni 15 giorni dalle 10.30 alle 12.15

Telefonare al Centro per informazioni ed iscrizioni.