

Programma di giugno 2024

Centro diurno «La Sosta», Massagno

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00

Sabato 9.30 - 13.30

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	Letture dei giornali Raccontiamoci il nostro fine settimana e le notizie del giorno 9.00-10.00 (B. Brunazzi)	Prepariamo la lista della spesa Interessiamoci al menù speciale della settimana 9.00-10.00 (B. Casati)	Giochi Iniziamo la giornata divertendoci 9.00-10.00 (A. Tobler)	Quiziamo con un caffè? Momento in compagnia risolvendo quiz 9.00-10.00 (B. Brunazzi)	Ortoliamo Occupiamoci della nostra natura 9.00-10.00 (B. Casati)	Attività da definire secondo programma
	Gruppo attività creativa Creazioni speciali per il negozietto delle decorazioni 10.00-11.30 (S. Brunazzi)	Yoga 10.00-11.00 (J. Milicevic)	Stimolazione cognitiva Attiviamo ed alleniamo le nostre menti 10.00-12.00 (B. Casati / B. Brunazzi)	Gruppo cucina e pranzo in musica Preparazione di un menù a tema 10.00-14.30 (B. Casati / B. Brunazzi)	Resta FIT Ginnastica dolce Restiamo in forma con esercizi ginnici dolci 10.00-11.00 (N. Pellegrini)	
Tutti i giorni dalle ore 12, pranzo in compagnia CHF 12.50 (iscrizione il giorno precedente). Il giovedì il pranzo sarà preparato dal gruppo cucina ed il costo è di CHF 7.- (bibite escluse).						
POMERIGGIO	Gruppo pasticceria Inizio della settimana in dolce compagnia 14.00-16.00 (A. Tobler)	Tombola 14.00-17.00 (B. Casati / A. Tobler)	Attività creativa Continuiamo ad allenare la nostra creatività 14.00-16.00 (B. Brunazzi)	L'ora di inglese Impariamo insieme le basi dell'inglese 14.00-15.00 (B. Casati)	Eventi speciali Operatori in turno oppure Pomeriggio musicale Finiamo la settimana con il buon umore 14.00-17.00 (N. Pellegrini)	
	Gruppo bocciolina Alleniamoci insieme con le bocce 14.00-17.00 (B. Brunazzi)		Tai Chi Teniamoci allenati e rilassiamoci insieme 14.30-15.30 (I. Livia)	Gruppo maglia e tessitura Realizziamo capolavori con un paio di ferri ed un uncinetto 14.30-16.30 (B. Brunazzi)		

Eventi speciali di giugno 2024

Centro diurno «La Sosta», Massagno

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00

Sabato 9.30 - 13.30

Ogni giovedì pranzo preparato dagli utenti

Dalle 10.00 alle 14.30

Mercoledì 5 giugno

Grigliata a Primadengo

Organizzata dalla Protezione Civile di Lugano

Partenza ore 10.30 e rientro verso le 15.00

Contributo trasporto: CHF 5.-

Costo pranzo: CHF 10.-

Venerdì 7 giugno

Campane tibetane

Facciamoci trasportare in un altro mondo con le campane tibetane

Dalle 14.00 alle 15.00

Con Sara Petralli

Sabato 8 giugno

S. Messa

Con Don Paolo

Dalle 10.00 alle 11.00

Martedì 11 giugno e mercoledì 12 giugno

Gita a Torino

Visita alla Reggia di Venaria, al museo Egizio e alla Mole Antonelliana

Costo: CHF 240.- (compresi viaggio, pernottamento Hotel 3*, colazione, due pranzi, cena e biglietti d'ingresso ai musei)

Giovedì 13 giugno

Commedia dialettale «Finalment a sem sicuri ... o quasi»

Dalle 14.00 alle 16.00

presentata da Sandro Lamoni con gli attori della compagnia Ra Cumbricola Bregnanona di Corzoneso, 2008

Venerdì 14 giugno

Visita ai nostri cari amici Enrico e Yolanda

Alla casa anziani di Morcote

Partenza ore 13.45 e rientro verso le 16.00

Sabato 15 giugno

La tavolata della Sosta – Il pranzo in compagnia

Dalle 11.00 alle 13.00

Cuciniamo, mangiamo e gustiamo insieme; ognuno porta qualcosa

Venerdì 21 giugno

Uscita allo Splash and Spa di Rivera

Rilassiamoci nelle acque calde

Dalle 11.00 alle 16.00

Pranzo a carico del partecipante

Entrata: CHF 10.-

Contributo trasporto: CHF 5.-

Sabato 22 giugno

Mercato di Ponte Tresa

Andiamo a fare shopping al mercato di Ponte Tresa

Partenza ore 10.00 e rientro verso le 14.00

Pranzo a carico del partecipante e su iscrizione

Mercoledì 26 giugno

Controllo della salute

Dalle 9.15 alle 10.15

Possibilità di farsi misurare i parametri vitali e la glicemia

in collaborazione con i Samaritani di Massagno

Sosta Beauty Center

Dalle 13.30 alle 16.30

Momento benessere al Centro diurno

Venerdì 28 giugno

Complemese in musica

Dalle 14.00 alle 16.00

Festeggiamo insieme i compleanni del mese di giugno

Con Mario Bertolini