

Programma di aprile 2025

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Ai gelsi», Riva San Vitale

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 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
MATTINO	Sportello del caffè 9.00-11.30 (Equipe)	Sportello del caffè 9.00-11.30 (Equipe)	Corso di Yoga + 9.00-9.45 (M. Tettamanti)	Sportello del caffè 9.00-11.30 (Equipe)	Sportello del caffè 9.00-11.30 (Equipe)
	Lettura del giornale 10.30-11.15 (Equipe)	Atelier di cucina 10.30-11.30 (Equipe)	Sportello del caffè 10.30-11.30 (Equipe) L'arte come esperienza creativa 30.4/7.5/14.5 21.5/28.5 10.30-11.45 (M. Tettamanti) NOVITÀ	Stimolazione cognitiva 11.00-11.45 Settimanale (Equipe)	Momento lettura 10.30-11.30 (M. Caccia)
Tutti i giorni dalle ore 12.00, pranzo in compagnia CHF 15.- (Iscriversi il giorno precedente)					
POMERIGGIO	Bocce 14.00-16.30 (S. Bella)	Sfida ludica Un momento dedicato ai giochi da tavolo, di logica e di ragionamento 14.00-15.00 (Equipe)	Tombola 14.00-16.00 Settimanale (Equipe)	Ginnastica soft 13.45-14.30 (D. Rainoldi)	Corso «La musica che mi muove» 14.00-15.00 (R. Ricci) Dal 7.3 al 4.4
	Giochi di carte 14.30-16.30 (Equipe)		Giochi di carte 14.30-16.30 (Equipe)	Giochi di carte 14.30-16.30 (Equipe)	Giochi di carte 14.30-16.30 (Equipe)
Sabato Quattro chiacchiere prima del pranzo in compagnia (Prezzo variabile secondo proposta menù) 10.00-14.00 - Settimanale (Equipe)					

Eventi speciali di aprile 2025

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Ai gelsi», Riva San Vitale

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00

Sabato 10.00 - 14.00

SEGUITECI
SU FACEBOOK
«CDSA
AI GELSI»

Martedì 1 aprile

Pranzo in compagnia

Vi aspettiamo numerosi per gustare la tanto richiesta «palla del Futo» e riffa offerta.

Dalle 11.00 alle 16.00

Costo: CHF 25.-

Su iscrizione entro il 24 marzo

Tel. 091 630 59 30 oppure

cdsa.rivasanvitale@prosenectute.org

Da mercoledì 2 aprile

Atelier Creativo

L'arte come esperienza creativa.

Formatore: Marco Tettamanti

Date: 30 aprile / 7, 14, 21 e 28 maggio

Costo: 25.- pacchetto 5 lezioni

Iscrizioni entro il 26 marzo

Tel. 091 630 59 30 oppure

cdsa.rivasanvitale@prosenectute.org

Da sabato 5 aprile

Digitiamo insieme!

Corso smartphone

Dalle 10.00 alle 12.00

Introduzione all'uso dello smartphone. Approfondimenti di vari argomenti.

NOVITÀ

Sabato 5 aprile

(prova gratuita)

– Aspettative e definizione degli obiettivi, presentazione del gruppo e loro competenze digitali, presentazione contenuti e verifica interesse

Sabato 26 aprile

– Chiamate vocali, messaggistica, e-mail

Sabato 17 maggio

– Wi-Fi, bluetooth, dati mobili

Sabato 31 maggio

– Scatto foto, registrazione video, galleria

Sabato 7 giugno

– Riproduzione audio e video

Sabato 14 giugno

– Calendario, note, documenti

Requisiti: possedere uno smartphone

Costo: CHF 25.- a lezione

tramite fattura. È possibile iscriversi e partecipare anche a singole lezioni secondo gli interessi personali.

Iscrizioni entro 48 ore dalla

data della lezione

Tel. 091 630 59 30 oppure

cdsa.rivasanvitale@prosenectute.org

Mercoledì 9 aprile

Incontro di prevenzione in collaborazione con PIPA (Prevenzione Incidenti Persone Anziane)

Dalle 14.30 alle 15.30

Associazione che ha lo scopo di prevenire le cadute e gli incidenti nelle persone anziane attraverso un approccio olistico, che considera tutti i fattori che determinano un invecchiamento in salute come l'attività fisica, l'alimentazione equilibrata e la promozione del legame sociale.

Evento gratuito. Seguirà una

merenda offerta.

Giovedì 10 aprile

Sapori di generazione

Un momento conviviale che unisce i saperi e i sapori, cuciniamo e assaporiamo insieme.

Dalle 10.00 alle 13.30

Costo del pranzo: CHF 15.-

Venerdì 11 aprile

Tombolone con ricchi premi!

Dalle 14.00 alle 16.30

Costo: CHF 10.-

A seguire merenda offerta

Settimana intergenerazionale

Dal 14 al 18 aprile

in collaborazione con la Scuola virginia Tech.

Lunedì 14 aprile

Colazione in compagnia e torneo di carte

Dalle 10.00 alle 11.30

Bocce

Dalle 14.00 alle 15.00

Martedì 15 aprile

Attività di cucina

Dalle 10.00 alle 11.30

Pomeriggio Karoke

Con M. Bertolini

Dalle 14.00 alle 16.00

Mercoledì 16 aprile

Attività di pasticceria

Dalle 10.00 alle 11.30

Pomeriggio musicale

Con G. Bergomi e Coro ATTE

Dalle 14.00 alle 15.30

Giovedì 17 aprile

Colazione in compagnia e

torneo di carte

Dalle 10.00 alle 11.30

Ginnastica soft

Dalle 14.00 alle 15.00

Venerdì 18 aprile

Momento lettura

Dalle 10.30 alle 11.30

Tombola

Dalle 14.00 alle 15.00

Durante questi giorni avremo modo di svolgere le attività in compagnia dei ragazzi della scuola americana in un clima di festa e di scambio generazionale e culturale.

Giovedì 24 aprile

Visita all'Ideatorio di Cadro

Viaggio nel cosmo tra i segreti del nostro universo nel moderno planetario digitale de L'ideatorio.

Partenza dal Centro diurno alle

ore 9.15, ore 10.00 visita e a

seguire pranzo presso l'Osteria degli amici. Menù: Guancette

di maiale brasate con polenta e gelato vaniglia con fragole

fresche. Acqua minerale inclusa.

Eventuali extra a carico del

partecipante.

Costo uscita: 45.- comprensivi

di visita e pranzo.

Posti limitati – il Centro diurno

rimarrà chiuso.

Iscrizioni entro il 16 aprile

Tel. 091 630 59 30

oppure

cdsa.rivasanvitale@prosenectute.org

Venerdì 25 aprile

Pizzata in compagnia

Dalle 11.30 alle 13.30

Costo del pranzo: CHF 15.-

Torneo di scala quaranta a squadre

Dalle 14.00 alle 16.30

**LUNEDÌ 21, GIOVEDÌ 24,
LUNEDÌ 28 APRILE
E IL 1°, 2 E 3 MAGGIO IL
CENTRO DIURNO RIMANE
CHIUSO**