

# Programma di Maggio 2022

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno socio-assistenziale «La Sosta», Massagno  
Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00  
Sabato dalle 9.30 alle 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!

 Le proposte segnate con questo simbolo sono 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                                      |
|--|--|--|---|---|--|---|
| <b>MATTINO</b><br>10.00 - 11.30  | Una finestra sul mondo<br>lettura del giornale<br>(Sara) | Attività motoria<br>(Kristel o Sara)                           | Club del libro<br>(Seba)                                      | Benessere emotivo<br>(Sarah)  | «Start & Go»<br>Ginnastica<br>e passeggiate<br>(Nicoletta) | Attività<br>secondo<br>programma<br>mensile |
|  |  | Attiva-Mente<br>Gruppo di attività<br>cognitiva<br>(Nicoletta) |   | Cucina<br>(Kristel e Sara)  |  |   |
| <b>Tutti i giorni dalle ore 12.00, pranzo in compagnia CHF 12.50 (Iscriversi il giorno precedente)</b> |  |  |   |   |  |   |
| <b>POMERIGGIO</b><br>14.00 - 15.30   | Giochi di società<br>(Michela e Seba)                    | Tombola<br>Dalle 14.00<br>alle 16.00                           | Attività<br>intergenerazionali                                | «Diritto e rovescio»<br>Attività di maglia<br>e cucito<br>(Nicoletta) | Musica<br>e quiz musicali<br>(Musicisti vari)              |   |
|  | Laboratorio<br>di narrazione<br>(Alessandro)             |  | «Re Mida»<br>Creatività, riciclo<br>e fantasia<br>(Nicoletta) | Orto<br>In collaborazione<br>con associazione<br>«il Gemmo»           |  |   |

### Per informazioni:

Sarah Bellotto, Responsabile Centro diurno «La Sosta», Via Guisan 21 – 6900 Massagno  
Tel. +41 91 797 43 89 - [cdsa.massagno@prosenectute.org](mailto:cdsa.massagno@prosenectute.org) - [www.prosenectute.org](http://www.prosenectute.org) - [www.centridiurni.ch](http://www.centridiurni.ch)

# Eventi speciali di Maggio 2022

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno socio-assistenziale «La Sosta», Massagno

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00

Sabato dalle 9.30 alle 13.30

---

## Lunedì 2 Maggio

14.00 - 16.00 Cinema: proiezione del film  
«Svegliati Ned» presentato da  
Franco Locatelli della Pro Massagno

---

## Venerdì 6 Maggio

14.00 - 16.00 La musica delle emozioni  
con Mario Bertolini

---

## Sabato 7 Maggio

10.30 - 14.00 Uscita in occasione della fiera dei  
Caseifici aperti. (caseificiaperti.ch)  
Faremo visita all'azienda agricola  
«La Selva» di Sessa in Malcantone  
con pranzo  
Pranzo a carico del partecipante.  
Iscrizione entro giovedì 5 maggio

---

## Venerdì 13 Maggio

14.00 - 15.00 «Perché mangiare bene?»  
Incontro con la Nutrizionista  
Barbara Naldi

Dalle 18.15 Assemblea Pro Massagno, a seguire  
Ciao Estate» evento organizzato dalla  
Pro Massagno

---

## Mercoledì 18 Maggio

10.00 - 11.30 Giornata della lettura ad alta voce  
con Sebastian Travaglini

---

## Venerdì 20 Maggio

14.00 - 15.30 Quiz in musica con Mario Bertolini

---

## Sabato 21 Maggio

10.00 - 11.00 Santa Messa con Don Paolo

---

## Mercoledì 25 Maggio

10.00-11.00 Rilevamento parametri  
con i Samaritani

15.00 - 16.00 Festa dei compleanni in musica

17.00 - 19.00 Festa dei vicini  
Inaugurazione Spazio Esterno  
con aperitivo, stuzzichini e la musica  
dei Kara Singers

---

## GIOVEDÌ 26 MAGGIO, FESTIVO

---

## Venerdì 27 Maggio

14.00 - 16.00 Intrattenimento con musica e risate  
con Rocco Angelucci

---

## Sabato 28 Maggio

10.00 - 11.00 Caffè narrativo condotto da Lorenza  
Campana tema: «Racconta le tue  
passioni»

---

### Per informazioni:

Sarah Bellotto, Responsabile Centro diurno «La Sosta», Via Guisan 21 – 6900 Massagno

Tel. +41 91 797 43 89 - [cdsa.massagno@prosenectute.org](mailto:cdsa.massagno@prosenectute.org) – [www.prosenectute.org](http://www.prosenectute.org) – [www.centridiurni.ch](http://www.centridiurni.ch)