

# Programma di marzo 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)	Corso di Zumba  Dal 14.01.2025 9.15-10.00 (Cecilia)	Sportello del caffè 10.30-11.30 (Equipe)	Sportello del caffè 9.00-11.30 (Equipe)	Sportello del caffè 9.00-11.30 (Equipe)
	Lettura del giornale 10.30-11.15 (Equipe)	Sportello del caffè 10.30-11.30 (Equipe)  Atelier di cucina 10.30-11.30 (Equipe)	Corso di Yoga  Dal 15.01.2025 9.00-9.45 (M. Tettamanti)	Stimolazione cognitiva 11.00-11.45 Settimanale (Equipe) Dal 13.3.2025	Momento lettura 10.30-11.30 (M. Caccia)
<b>Tutti i giorni dalle ore 12.00, pranzo in compagnia CHF 15.- (Iscriversi il giorno precedente)</b>					
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 Dal 9.01.2025 13.45-14.30 (D. Rainoldi)	Corso «La musica che mi muove» 14.00-15.00 (R. Ricci) Dal 7.03 al 4.04 
	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)
<b>Sabato</b> Quattro chiacchiere prima del pranzo in compagnia (Prezzo variabile secondo proposta menù) 10.00-14.00 – Settimanale (Equipe)					

**Per informazioni ed iscrizioni:** Centro diurno socio-assistenziale «Ai gelsi», via dei Gelsi 33 – 6826 Riva San Vitale  
Telefono 091 630 59 30 – cdsa.rivasanvitale@prosenectute.org – www.prosenectute.org – www.centridiurni.ch

# Eventi speciali di marzo 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»

## Lunedì 3 marzo

**Giro pizza in compagnia e festa in maschera di Carnevale** con la musica di Giorgio Bergomi  
Dalle 11.30 alle 16.00  
Su prenotazione entro 27.2.2025

## Giovedì 6 marzo

### Uscita ad Attinghausen

Pranzo presso il Ristorante Pouletburg per gustare il vero e unico pollo al cestello  
Partenza alle 9.00 e arrivo previsto per le 10.45  
Passeggiata nei dintorni pranzo alle 12.30  
Partenza da Attinghausen alle 15.00 e rientro previsto per le ore 17.00  
È richiesto un buon grado di autonomia  
Costo del pranzo a carico del partecipante  
Il Centro diurno rimarrà chiuso

## Martedì 11 marzo

### Pomeriggio in musica

«canta e la tua memoria reinventa»  
Viaggio virtuale anni 50/60  
Dalle 14.00 alle 15.30  
Con Mario Bertolini

## Mercoledì 12 marzo

### Giornata di prevenzione in collaborazione con la Polizia Cantonale

Tema proposto: Furti e chiamate anomale  
Relatore: Patrick Cruchon  
Dalle 14.00 alle 16.00  
A seguire merenda offerta

## Martedì 18 marzo

### Grande Tombola con ricchi premi

Dalle 14.00 alle 16.00  
A seguire la merenda offerta  
Costo: CHF 10.-

## MERCOLEDÌ 19 MARZO 2025, S. GIUSEPPE IL CENTRO RIMARRÀ CHIUSO

## Giovedì 20 marzo

### Visita alla redazione del giornale La Regione e pranzo presso il cdsa di Bellinzona

Dalle 8.30 alle 16.00  
Costo uscita: CHF 20.-  
È richiesto un buon grado di autonomia.  
Iscrizioni entro il 10.3.2025

## Martedì 25 marzo

### Sapori di generazioni

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.-

### Le poesie e la musica

Dalle ore 13.30  
Con Mario Maldini alla fisarmonica

**LE ATTIVITÀ SPECIALI SOSTITUISCONO  
LE ATTIVITÀ FISSE.  
QUALORA NON CI FOSSERO DELLE INDICAZIONI  
SPECIFICHE, L'ATTIVITÀ TERMINA ALL'ORA  
DI CHIUSURA DEL CDSA.**