

Programma di novembre 2026

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 di 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	Sportello del caffè 10.00-11.30 e 13.00-14.30 (Equipe)	Sportello del caffè 10.00-11.30 e 13.00-14.30 (Equipe)	Sportello del caffè 10.00-11.30 e 13.00-14.30 (Equipe)	Sportello del caffè 10.00-11.30 e 13.00-14.30 (Equipe)	Sportello del caffè 10.00-11.30 e 13.00-14.30 (Equipe)	Quattro chiacchiere prima del pranzo in compagnia (Prezzo variabile secondo proposta menù) 10.00-14.00 (Equipe)
	Lettura del giornale 10.30-11.15 (Equipe)	Corso di Pilates 9.00-10.00 (Dal 13.10 al 10.11) e NUOVO CICLO dal 17.11 al 22.12 Pacchetto 5 lezioni: CHF 20.- (C. Casella)	Corso di Yoga 9.00-10.00 Date: dal 19.8 al 11.11 Pacchetto 10 lezioni: CHF 40.- (M. Tettamanti)	Ginnastica mente-corpo 10.30-11.15 (V. Peoti)	Momento lettura 10.30-11.30 (M. Caccia)	
Tutti i giorni dalle ore 12, pranzo in compagnia CHF 15.- (iscrizione il giorno precedente).						
POMERIGGIO	Tombola 14.00-16.00 Settimanale (Equipe)	Ginnastica mente-corpo 14.00-14.45 (V. Peoti)	Bocce 14.00-16.30 (Equipe)	Attività Creative 14.00-14.45 (Equipe)	La musica che mi muove 14.00-15.00 Dal 30.10 al 04.12 Su iscrizione. Pacchetto 5 lezioni: CHF 50.- (R. Ricci)	
	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)	Giochi di carte 14.30-16.30 (Equipe)	

Per informazioni: 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 novembre 2026

**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

Martedì 3 novembre

Pizzata in compagnia

Dalle 12.00 alle 14.00

Costo: CHF 15.-

a seguire pomeriggio musicale con Mario Bertolini

Dalle 14.00 alle 15.30

Su iscrizione entro il 30/10.

Giovedì 5 novembre

Tombolone con ricchi premi

Dalle 14.00 alle 16.00

Costo: CHF 10.-

A seguire merenda offerta

Mercoledì 11 novembre

Uscita - Pranzo al Grotto Croce

Partenza dal centro diurno alle ore 11:00, rientro previsto per le ore 15:30.

Costo: CHF 40.- (vino escluso)

Menù: Insalatina verde con ricotta mantecata al basilico e bocconcini di luganighetta, risotto alla zucca, taleggio e rosmarino, sorbetto all'uva, acqua caffè.

Iscrizione obbligatoria entro il 3/11.

Il centro diurno chiuderà alle ore 11.00.

Martedì 17 novembre

CASTAGNATA IN COMPAGNIA, in collaborazione con Marunat 2.0

Dalle 14.00 alle 16.00.

Costo: CHF 10.- a persona

Dalle ore 12.00 alle ore 13.00 spaghetтата offerta.

Durante il pomeriggio Riffa offerta.



Giovedì 19 novembre

Sapori di generazione - cuciniamo e assaporiamo insieme Quarta Tappa: Svizzera

Dalle 10.00 alle 14.00

Menù: Fondue di carne con i suoi contorni, dessert a sorpresa, acqua e caffè.

Costo: CHF 20.-

Su iscrizione entro il mercoledì 11/11.

Martedì 25 novembre

Pomeriggio di prevenzione sanitaria sull'udito in collaborazione con ATiDU Ticino e Moesano.

Dalle 14.30 alle 16.00

Evento gratuito. A seguire merenda offerta.



ATiDU Ticino e Moesano

Durante il mese avremo il piacere di trascorrere alcuni momenti in compagnia degli studenti della Scuola Americana Virginia Tech (Steger Center for International Scholarship), che parteciperanno con noi a diverse attività.



INFORMAZIONE CORSI:

DATE INCONTRI "LA MUSICA CHE MI MUOVE":

30 ottobre - 13 novembre - 20 novembre -
27 novembre - 4 dicembre.

Il 6 novembre non ci sarà la lezione.

DATE INCONTRI YOGA, ciclo in corso:

19 agosto - 26 agosto - 2 settembre - 9 settembre
- 16 settembre - 14 ottobre - 21 ottobre - 28 ottobre

4 novembre (data di recupero) - 11 novembre.

POI PAUSA FINO A FEBBRAIO 2027.

DATE INCONTRI PILATES, nuovo ciclo:

17 novembre - 24 novembre - 2 dicembre -
15 dicembre - 22 dicembre.

L'8 dicembre non ci sarà la lezione, il centro diurno sarà chiuso per festivo.