

# Marzo 2023: è tutto un programma!

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno «Girasole»  
Istituto scolastico Prato-Sornico  
Orari di apertura: Martedì e Giovedì, 9.00-17.00

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!

**Voglia di pranzare in compagnia? Iscrivetevi al pranzo presso il Centro, CHF 12.50 (insalata, primo e dessert)**

**+** 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.

## Martedì

10.00-11.00 **Attività creative**  
con Suna Nasr Eddine e Sandy Bolli  
(14.03-28.03)

## Giovedì

10.00-11.00 **Ginnastica dolce**  
con Silvana Massera

Chiunque avesse piacere di proporre delle attività e/o mettersi a disposizione con le proprie caratteristiche per valorizzare e arricchire il Centro e la sua équipe è il benvenuto.

Speriamo che questo spazio possa essere fonte di creatività, relazioni e divertimento.

Vi aspettiamo numerosi anche solo per due chiacchiere ed un caffè in compagnia!

## Per informazioni ed iscrizioni:

Centro diurno socio-assistenziale «Girasole», Istituto Scolastico, 6694 Prato-Sornico  
Telefono 079 477 09 34 – [cdsa.lavizzara@prosenectute.org](mailto:cdsa.lavizzara@prosenectute.org) – [www.prosenectute.org](http://www.prosenectute.org)

# Eventi speciali di Marzo 2023

**PRO  
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME



## Centro diurno «Girasole» Istituto scolastico Prato-Sornico

Orari di apertura: Martedì e Giovedì, 9.00-17.00

---

### Giovedì 2 marzo e martedì 21 marzo

#### **Presentazione di un viaggio all'estero**

Dalle 14.00 alle 16.00

Con Romano Dadò, su iscrizione

---

### Martedì 7 marzo

#### **Colazione al bar della pista di ghiaccio di Prato-Sornico**

Dalle 10.00 alle 11.30

Con Sandy Bolli, su iscrizione

Costo: a carico del partecipante

---

### Martedì 7 marzo

#### **Racconti e leggende della Valle Lavizzara**

Dalle 14.00 alle 16.00

Con Bruno Donati, su iscrizione

---

### Giovedì 9 marzo

#### **Presentazione «Artrite e artrosi» e consigli utili**

Dalle 14.00 alle 16.00

Con infermiere Patrizia Gianella di AVAD,  
su iscrizione

---

### Martedì 14 marzo

#### **Visita alla falegnameria Foresti Efrem & Figlio**

Dalle 14.00 alle 16.00

Con Efrem Foresti, su iscrizione

---

### Giovedì 16 marzo

#### **Corso di ballo liscio (walzer lento)**

Dalle 14.00 alle 16.00

Con Katia Ambrosini, su iscrizione

---

### Martedì 21 marzo

#### **Stimolazione cognitiva**

Dalle 10.00 alle 11.00

Con Valentina Gnesa, su iscrizione

---

### Raccontami una storia del passato

Dalle 14.00-16.00

Con scuola dell'infanzia di Prato-Sornico,  
su iscrizione

---

### Giovedì 23 marzo

#### **Tombola**

Dalle 14.00 alle 16.00

Con Valentina Gnesa, su iscrizione

Costo: CHF 8.- per le cartelle (serie intera per 5  
giri) + CHF 2.- per merenda e/o caffè

---

### Martedì 28 marzo

#### **Pomeriggio di musica**

Dalle 14.00 alle 16.00

Con le scuole elementari di Prato-Sornico,  
su iscrizione

---

### Giovedì 30 marzo

#### **In occasione della 50a edizione del torneo ama- tori del «Draion» della Valle di Peccia cerchiamo testimonianze da parte di tutti voi**

Dalle 14.30 alle 16.00

Con Mario Donati, Patrick Mancini e Daniele  
Rotanzi, su iscrizione

---

**Per informazioni ed iscrizioni:** Centro diurno socio-assistenziale «Girasole», Istituto Scolastico,  
6694 Prato-Sornico – Telefono 079 477 09 34 – [cda.lavizzara@prosenectute.org](mailto:cda.lavizzara@prosenectute.org)  
[www.prosenectute.org](http://www.prosenectute.org)