

Dicembre 2023

– Programma settimanale

Centro diurno GenerazionePiù - Anziani OCST

Via B. Lambertenghi 1, 6900 Lugano

Lunedì	
Tutti i lunedì di dicembre fino al 18, dalle 09.00	Accoglienza – lettura media – notizie
Tutti i lunedì di dicembre fino al 18, dalle 10.30 alle 11.30	Ginnastica dolce
Lun. 4, 11, 18 dicembre, 14.00/16.00	Assistenza, consulenza e formazione per strumenti digitali – cellulare – tablet - PC
Tutti i lunedì di dicembre fino al 18, dalle 12.00	Pranzo
Tutti i lunedì di dicembre fino al 18, dalle 14.00	Giochi cognitivi e di memoria
Lun 11 dicembre, dalle 14.00 – 15.30	Pillole di storia – ciclo di incontri
Lun 18 dicembre, dalle 14.30 alle 16.30	Panettonata e scambio di Auguri
Martedì	
Tutti i martedì di dicembre fino al 19, dalle 09.00	Accoglienza – lettura media - notizie
Tutti i martedì di dicembre fino al 19, dalle 10.00	Progetto orto –pulizia Acquario (Pet Therapy)
Tutti i martedì di dicembre fino al 19, dalle 10.00 alle 11.00	Yoga – corso per la terza età
Tutti i martedì di dicembre fino al 19, dalle 12.00	pranzo
Martedì 5, 12, 19 dicembre, dalle 14.00 alle 16.00	Assistenza, consulenza e formazione per strumenti digitali – cellulare – tablet - PC
Tutti i martedì di dicembre fino al 19, nel pomeriggio	Gruppo parola - Giochi di società - puzzle
Martedì 19 dicembre, dalle 14.30 alle 16.30	Panettonata e scambio di Auguri
Mercoledì	
Tutti i mercoledì di dicembre fino al 20, dalle 09.00	Accoglienza – lettura media - notizie
Tutti i mercoledì di dicembre fino al 20, dalle 10.30 alle 11.30	Ginnastica dolce
Tutti i mercoledì di dicembre fino al 20, dalle 10.30 alle 11.30	Corso di Spagnolo
Tutti i mercoledì di dicembre fino al 13, dalle 12.00	Pranzo
Tutti i mercoledì di dicembre fino al 13, dalle 13.30	Riunione collettiva CDSA
Mercoledì 13 dicembre, dalle 14.00 alle 15.00	Caffè filosofico – ciclo di incontri

Tutti i mercoledì di dicembre fino al 20, dalle 14.00	Gioco delle carte – giochi di società
Mercoledì 6 dicembre, dalle 15.30	Conferenza religiosa – Tema : Avvento
Mercoledì 13 dicembre, dalle 11.30 all'Hotel Pestalozzi	Tradizionale pranzo di Natale + riffa
Mercoledì 20 dicembre, dalle 11.30 al Centro diurno	Aperitivo e pranzo di Natale + tombola

Giovedì

Tutti i giovedì di dicembre fino al 21, dalle 09.00	Accoglienza – lettura media - notizie
Tutti i giovedì di dicembre fino al 21, dalle 10.00	Attività di cucina – attività creative
Tutti i giovedì di dicembre fino al 21, dalle 12.00	Pranzo
Tutti i giovedì di dicembre fino al 21, nel pomeriggio	Se meteo favorevole: uscita sul territorio
Giovedì 7 dicembre, alle 14.00 su appuntamento	Massaggio delle zone riflesse del piede

Venerdì

Tutti i venerdì di dicembre fino al 22, dalle 09.00	Accoglienza – lettura media - notizie
Tutti i venerdì di dicembre fino al 22, dalle 10.00	Attività di cucina – attività creative
Ven. 15 dicembre, dalle 10.30 – 11.30	Rilassamento con le Campane tibetane
Tutti i venerdì di dicembre fino al 22, dalle 12.00	Pranzo
Venerdì 1, 15 dicembre, 14.00 – 15.30	Caffè di Geopolitica , ciclo di incontri
Tutti i venerdì di dicembre fino al 22, nel pomeriggio	Gioco delle carte – giochi di società, lettura
Ven. 15 novembre – 14.00 – 16.00	Auto aiuto – Vivere da soli nell'anzianità

Sabato - Domenica

Tutti i sabati di dicembre, dalle 10.00 alle 14.00	Attività al Centro diurno (uscite sul territorio, pranzo, visite ai musei, ecc... giochi vari)
Sabato 2 dicembre	Pranzo prenatalizio in collaborazione con il Circolo Anziani di Pregassona
Da sabato 22 dicembre chiusura del Centro diurno	Riapertura lunedì 8 gennaio 2024

BUONE FESTE NATALIZIE

