



Fondazione vita serena

Febbraio 2024

Programma settimanale

Centro diurno Vita Serena

Via Rompeda 15a, 6512 Giubiasco / 091 857 59 03

Orari di apertura: lunedì – venerdì 09:00 – 17:00 / sabato 09:30 – 13:30

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Accoglienza con the caldo 9:00 – 10:30	Accoglienza con the caldo 9:00 – 10:30	Accoglienza con the caldo 9:00 – 10:30	Accoglienza con the caldo 9:00 – 10:30	Accoglienza con the caldo 9:00 – 10:30	Accoglienza con the caldo 9:30 – 10:30
Acquarello Con M. Turchini* 9:30 – 11:30	Yoga tibetano con F. Dubbini* 09:00 – 10:00	Pilates con K. Glave* 10:45 – 11:45	Giochi di parole 09:30 – 10:30	Giochi di società 10:30 – 11:30	Lettura del giornale e pranzo in compagnia 10:30 – 13:30
Passeggiata in compagnia 10:30 – 11:30	Cruciverba di gruppo 10:30 – 11:30	Ginnastica da seduti 10:30 – 11:30	Cruciverba di gruppo 10:30 – 11:30	Primi approcci al cellulare* 09:30 – 11:30	
Dalle ore 12:00, pranzo in compagnia 15 CHF (iscriversi il giorno prima)					
Ginnastica da seduti 14:30 – 15:30	Musica dal vivo 6.2. – 13.2. 20.2. – 27.2. 14:00 – 15:30	Tai Chi con C. Mastrolacasa* 14:00 – 15:00	Musica dal vivo 15.2. – 22.2. 14:00 – 15:30	Attività creative 14:00 – 15:30	
Club del libro* 14:00 - 15:00		Stimolazione cognitiva 14:00 – 15:30	Tombola 8.2. 14:00 – 15:30	Giochi con le carte 14:00 – 15:30	

*attività su iscrizione



Fondazione vita serena

Eventi speciali gennaio 2024

Musica dal vivo

Dalle 14:00 alle 15:30

Il centro diurno andrà a ritmo di musica grazie a musicisti d'eccezione:

Martedì 6 febbraio
con Paolo Tomamichel

Giovedì 15 febbraio
con Flavio Caldelari

Martedì 20 febbraio
con coro dell'amicizia

Giovedì 22 febbraio
con Flavio Caldelari

Martedì 27 febbraio
Con pizzo di Claro Folk

Pranzo di Carnevale

Martedì grasso (13 febbraio 2024) risotto e luganighe, a seguire pomeriggio in musica con Dario Devecchi

Tombola

Dalle 14:00 alle 15:30

Giovedì 8 febbraio

Visita guidata a palazzo delle Orsoline Bellinzona

Giovedì 22 febbraio 2024 dalle 10 alle 11

Visiteremo il cuore dell'amministrazione cantonale e della politica ticinese. Scopriremo anche l'ampia collezione d'arte esposta nelle sale del palazzo e la biblioteca consacrata alla legislazione cantonale, nazionale e internazionale.

Trasferta: individuale.

Costo: gratuito.

Pranzo: possibilità di pranzare a Vita Serena a CHF 15.--.

Iscrizioni entro lunedì 19.02.2024