

# Programma mensile DICEMBRE 2025

Centro diurno ATTE,  
Via Beltramina 20a, Lugano



atte

associazione  
ticinese terza età

Tel. 091 972 14 72 o Cel. 079 908 51 38  
Mail. cdlugano@atte.ch

## ATTIVITÀ SPECIALI

Martedì 2	<b>Conferenza Movimento e benessere</b> L'esperto risponde  Mantenere l'autonomia con un comportamento attivo Dr. Sc. Damiano Zemp, specialista in scienze motorie ed esperto di attività fisica adattata  <u>Iscrizione obbligatoria entro il 20 novembre</u>	Orario 14.00
Martedì 2	<b>Corso Creiamo fiocchi da effetto WOW</b> <u>Iscrizione obbligatoria entro il 24 novembre</u>	Orario 14.00 – 16.30 ca.
Venerdì 12	<b>I 4 ELEMENTI</b> <b>Aria:</b> Inspirarsi e lasciar andare	Orario 14.00 – 16.00 Costo CHF 10.00
Venerdì 12	<b>Musica e ballo con Lorenzo</b>	Orario 14.00 – 16.30
Martedì 16	<b>Pranzo di Natale</b> <u>Iscrizione obbligatoria entro il 12 dicembre</u>	Orario 12.00 Costo CHF 30.00
Martedì 23	<b>Concerto corale di Natale</b> Coro "Insema par cantà"	Orario 14.00
Sabato 13/20	<b>Tombola con Merenda</b>	Orario 14.30 – 16.00
Lunedì 1/15	<b>Sportello digitale</b>	Orario 14.30 – 16.30

## CORSI

Mercoledì	<b>Riflessologia plantare</b>
Martedì/Giovedì	<b>Shiatsu</b>

# Programma mensile DICEMBRE 2025

Centro diurno ATTE,  
Via Beltramina 20a, Lugano



Tel. 091 972 14 72 o Cel. 079 908 51 38  
Mail. cdlugano@atte.ch

DICEMBRE		MATTINA	POMERIGGIO	POMERIGGIO		
		gruppo 1	gruppo 1	gruppo 2		
Lunedì	<b>1</b>	Accoglienza	Preparazione al Natale			
Martedì	<b>2</b>	Accoglienza	Ginnastica	Poesie/ Storie/ Concistoro		
Mercoledì	<b>3</b>	Accoglienza	Teatro / comunicazione	Funzioni cognitive		
giovedì	<b>4</b>	Accoglienza	Preparazione al Natale			
venerdì	<b>5</b>	Accoglienza	MUSICA E CORO			
sabato	<b>6</b>	CHIUSO				
Lunedì	<b>8</b>	IMMACOLATA CONCEZIONE - CHIUSO				
Martedì	<b>9</b>	Accoglienza	Pranzo fuori porta			
Mercoledì	<b>10</b>	Accoglienza	Teatro / comunicazione	Funzioni cognitive		
giovedì	<b>11</b>	Accoglienza	Preparazione al Natale			
venerdì	<b>12</b>	Accoglienza	MUSICA E BALLO CON LORENZO			
sabato	<b>13</b>	Accoglienza	TOMBOLA			
Lunedì	<b>15</b>	Accoglienza	Preparazione al Natale			
Martedì	<b>16</b>	Accoglienza	PRANZO DI NATALE			
Mercoledì	<b>17</b>	Accoglienza	Teatro / comunicazione	Funzioni cognitive		
giovedì	<b>18</b>	Accoglienza	QUIZZ DEL NATALE			
venerdì	<b>19</b>	Accoglienza	CIOCCOLATA CALDA E BISCOTTI, con storie di Natale			
sabato	<b>20</b>	Accoglienza	TOMBOLA			
Lunedì	<b>22</b>	Accoglienza	Attività con immagini			
Martedì	<b>23</b>	Accoglienza	CONCERTO CORALE DI NATALE			
Mercoledì	<b>24</b>	VIGILIA DI NATALE				
giovedì	<b>25</b>	NATALE				
venerdì	<b>26</b>	SANTO STEFANO				
sabato	<b>27</b>	CHIUSO				
Lunedì	<b>29</b>	CHIUSO				
Martedì	<b>30</b>	CHIUSO				
Mercoledì	<b>31</b>	SAN SILVESTRO				

# Programma mensile DICEMBRE 2025

Centro diurno ATTE,  
Via Beltramina 20a, Lugano



Tel. 091 972 14 72 o Cel. 079 908 51 38  
Mail. cdlugano@atte.ch

## INFORMAZIONI GENERALI

**IL BAR** DEL CENTRO DIURNO È APERTO  
DAL LUNEDÌ AL SABATO DALLE 09.30 ALLE 17.00

**LA CUCINA “ACQUOLINA”**  
PREPARA GIORNALMENTE PASTI DELIZIOSI  
VI ASPETTIAMO NUMEROSI

**IL PRANZO** HA INIZIO ALLE ORE 12.00  
VIENE SERVITO DAL LUNEDÌ AL SABATO

COSTO DEL PASTO CHF 15.50  
PRIMO, SECONDO E DESSERT, ACQUA E CAFFÈ

PRENOTAZIONE NECESSARIA ENTRO LE 17.00  
DEL GIORNO PRECEDENTE  
MENÙ CONSULTABILE SUL SITO [www.atte.ch](http://www.atte.ch) O  
SULL’ALBO DEL CENTRO DIURNO

SIAMO SEMPRE  
**A VOSTRA DISPOSIZIONE**  
PER MAGGIORI INFORMAZIONI

**CONTATTATECI!**  
091 972 14 72 / 079 908 51 38 / [cdlugano@atte.ch](mailto:cdlugano@atte.ch)