



Centro diurno ATTE, Via Beltramina 20a, Lugano
TEL. 091 972 14 72 Cell. 079 908 51 38 MAIL. cdlugano@atte.ch

ATTIVITÀ SPECIALI

GIORNO E ORARIO	INFORMAZIONI	NOTE
Giovedì 5	L'autore presenta	Iscrizioni entro 2.2.26
Dalle 16.30	"Oltre il vero e il falso" di Ciro Barberio	
Venerdì 27	MUSICA con Lorenzo	Gratuito
Dalle 14.00		
Sabato 21/28	TOMBOLA con Merenda	
Dalle 14.30		
Lunedì 2/9/16/23/30	Sportello digitale	Gratuito
Dalle 14.30 alle 16.30		
Giovedì 2 aprile	Pranzo di Pasqua	Iscrizioni entro 31.03
alle 12.00		Costo CHF 27.00

CORSI

GIORNO E ORARIO	INFORMAZIONI	NOTE
Lunedì 9	Camminata Metabolica	ISCRIZIONI APERTE
Dalle 14.30 alle 15.30		
Lunedì 9	Arte astratta	Iscrizioni entro 6.3
Dalle 09.30 – 11.30	4 lezioni	CHF 80.00

ATTIVITÀ BENESSERE

GIORNO E ORARIO	INFORMAZIONI	NOTE
Martedì 14 APRILE	Bioenergetica	ISCRIZIONI APERTE
Dalle 09.00 alle 10.00	7 lezioni	CHF 49.00
Martedì/Giovedì	Shatsu	CONTATTARE L'OPERATRICE
Giovedì	Riflessologia Plantare	CONTATTARE L'OPERATRICE
		Beatrice 079 544 53 12
Giovedì 12 marzo	Campane Tibetane	ISCRIZIONI APERTE
Dalle 15.30 alle 16.30		
Venerdì	Meditazioni	ISCRIZIONI APERTE
Dalle 14.00 alle 15.00		
Sabato 7	Yoga e Campane tibetane	CONTATTARE L'OPERATRICE
Dalle 10.00 alle 11.30		Juliana 076 592 49 79 Beatrice 079 544 53 12

Programma mensile

Marzo 2026



atte

associazione
ticinese terza età

Centro diurno ATTE, Via Beltramina 20a, Lugano

TEL. 091 972 14 72 Cell. 079 908 51 38 MAIL. cdlugano@atte.ch

MARZO		MATTINA	POMERIGGIO	POMERIGGIO
		gruppo 1	gruppo 1	gruppo 2
LUNEDÌ	2	ACCOGLIENZA	COGNITIVO	PASQUA MANUALE
MARTEDÌ	3	ACCOGLIENZA	GINNASTICA	NONNA MI RACCONTI
MERCOLEDÌ	4	ACCOGLIENZA	GIOCHI A SQUADRE	
GIOVEDÌ	5	ACCOGLIENZA	PROGETTO VOLTI - CREATIVO	
VENERDÌ	6	ACCOGLIENZA	COGNITIVO	PASQUA MANUALE
SABATO	7	CHIUSO		
LUNEDÌ	9	ACCOGLIENZA	COGNITIVO	PASQUA MANUALE
MARTEDÌ	10	ACCOGLIENZA	GINNASTICA	NONNA MI RACCONTI
MERCOLEDÌ	11	ACCOGLIENZA	CANTO	
GIOVEDÌ	12	ACCOGLIENZA	PROGETTO VOLTI - CREATIVO	
VENERDÌ	13	ACCOGLIENZA	COGNITIVO	PASQUA MANUALE
SABATO	14	CHIUSO		
LUNEDÌ	16	ACCOGLIENZA	COGNITIVO	PASQUA MANUALE
MARTEDÌ	17	ACCOGLIENZA	GINNASTICA	NONNA MI RACCONTI
MERCOLEDÌ	18	ACCOGLIENZA	GIOCHI A SQUADRE	
GIOVEDÌ	19	FESTIVITÀ S. GIUSEPPE		
VENERDÌ	20	ACCOGLIENZA	COGNITIVO	PASQUA MANUALE
SABATO	21	ACCOGLIENZA	TOMBOLA	
LUNEDÌ	23	ACCOGLIENZA	COGNITIVO	PASQUA MANUALE
MARTEDÌ	24	ACCOGLIENZA	GINNASTICA	NONNA MI RACCONTI
MERCOLEDÌ	25	ACCOGLIENZA	PRESENTAZIONE	
GIOVEDÌ	26	ACCOGLIENZA	PROGETTO VOLTI - CREATIVO	
VENERDÌ	27	ACCOGLIENZA	COGNITIVO	PASQUA MANUALE
SABATO	28	ACCOGLIENZA	TOMBOLA	
LUNEDÌ	30	ACCOGLIENZA	COGNITIVO	PASQUA MANUALE
MARTEDÌ	31	ACCOGLIENZA	GINNASTICA	NONNA MI RACCONTI

INFORMAZIONI GENERALI

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

TUTTE LE MATTINE DALLE 10.00
IL PERSONALE VI ASPETTA PER:

- LEGGERE E COMMENTARE LE NOTIZIE
- ATTIVITÀ DI SOCIALIZZAZIONE

IL PRANZO 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 O SULL'ALBO DEL CENTRO DIURNO

MAGGIORI INFORMAZIONI

ED ISCRIZIONI CONTATTATECI ALLO

091 972 14 72 o 079 908 51 38 o su cdlugano@atte.ch