



PROGRAMMA CDR FEBBRAIO 2024

BIBLIOTECA: sono arrivati **NUOVI LIBRI** che mettiamo a disposizione **GRATUITAMENTE**

Tutti i **LUNEDÌ** a partire dalle 09.00 **INCONTRI in LINGUA ITALIANA**

Per informazioni contattare la volontaria Nadia Rossi no. 079 690 12 17

Tutti i **MARTEDÌ** a partire dalle 16.15 **INCONTRI in LINGUA INGLESE** diversi livelli

NOVITÀ 2024: INCONTRI per AVANZATI (solo conversazione fluida)

Per informazioni contattare l'insegnante Flavia Mattei no. 079 742 00 26

NOVITÀ - Tutti i LUNEDÌ sarà possibile, per chi lo desidera, usufruire di un trasporto dal domicilio al CDR e ritorno pagando un contributo spese di Fr. 2.-. Per prenotare il trasporto contattare la volontaria Ruth al no. 076 519 35 69 entro la domenica sera

GIO 01 febbraio: "TOMBOLA e CAFFÈ in COMPAGNIA" dalle 14.00 senza iscrizione

VE 02 febbraio: NOVITÀ – GINNASTICA DOLCE SENIOR per SOLI UOMINI – 20 lezioni/Fr.100.-

dalle 10.00 alle 11.00 con il monitore ESA - Francesco Serio

Per informazioni contattare la volontaria Elena Naldi (CDinMoViMento) 079 175 41 44

LU 05 febbraio: ATTENZIONE! IL CDR OGGI RIMANE CHIUSO PER LAVORI DI MANUTENZIONE

MA 06 febbraio: "ANGOLO CAFFÈ" CHIUSO per LAVORI DI MANUTENZIONE

ME 07 febbraio: "ANGOLO CAFFÈ" dalle 09.00 alle 11.30

ME 07 febbraio: ATTIVITÀ – "GIOCHI DI STIMOLAZIONE COGNITIVA" dalle 14.00

seguirà MERENDA in COMPAGNIA con MUSICA - volontaria Lilly senza iscrizione

ME 07 febbraio: INCONTRO per giocare a CARTE, GIOCHI DI SOCIETÀ, ecc. volontaria Laura

tutti i mercoledì dalle 14.00 alle 16.00 senza iscrizione

GIO 08 febbraio: "TOMBOLA e CAFFÈ in COMPAGNIA" dalle 14.00 senza iscrizione

IL CDR SARÀ CHIUSO PER LE VACANZE DI CARNEVALE DAL 10 al 18 FEBBRAIO

LU 19 febbraio: ATTIVITÀ: "PREVENZIONE e GESTIONE delle CADUTE"

in collaborazione con PHISIO TICINO - ore 14.00

con Elena Tacchini e Flavia Rondena e la volontaria Sabine

seguirà "TOMBOLA e CAFFÈ in COMPAGNIA" dalle 15.15 senza iscrizione

MA 20 febbraio: "ANGOLO CAFFÈ" dalle 09.00 alle 11.30

ME 21 febbraio: "ANGOLO CAFFÈ" dalle 09.00 alle 11.30

ME 21 febbraio: INCONTRO per giocare a CARTE, GIOCHI DI SOCIETÀ, ecc. volontaria Laura



tutti i mercoledì dalle 14.00 alle 16.00 senza iscrizione

GIO 22 febbraio: "TOMBOLA e CAFFÈ in COMPAGNIA" dalle 14,00 senza iscrizione

LU 26 febbraio: "PRANZO in COMPAGNIA" alle 12.00 "Sminuzzato e rösti"

Antipasto – Piatto principale – dessert, 1 bicchiere di vino e caffè Fr.14.—

(ev. supplemento a pagamento) disdette all'ultimo momento saranno fatturate

Iscrizioni entro il 22 febbraio al no. 077 453 76 42 volontaria Lilly

seguirà "CAFFÈ NARRATIVO" alle 14.30 con la volontaria Sabine

MA 27 febbraio: "ANGOLO CAFFÈ" dalle 09.00 alle 11.30

ME 28 febbraio: "ANGOLO CAFFÈ" dalle 09.00 alle 11.30

ME 28 febbraio: ATTIVITÀ – CINEMA a sorpresa ore 15.00 – volontaria Lilly

seguirà MERENDA in COMPAGNIA

GIO 29 febbraio: "TOMBOLA e CAFFÈ in COMPAGNIA" dalle 14.00 senza iscrizione

CENTRO DIURNO in M•ViMento•

"SE MI MUOVO MI SENTO MEGLIO" – ABBIAMO ANCORA ALCUNI POSTI LIBERI nei seguenti corsi:

GINNASTICA DOLCE – 17 lezioni dal 6 febbraio al 14 giugno 2024 **Costo Fr. 90.—**

GINNASTICA A TAPPETO – 17 lezioni dal 6 febbraio al 14 giugno 2024 **Costo Fr. 120.-**

oppure

NOVITÀ 2024: CORSO DI GINNASTICA DOLCE SENIOR, PER SOLI UOMINI

Inizio: **VENERDÌ dalle ore 10.00 alle 11.00**

Monitore ESA: **Francesco Serio**

Costo: **Fr. 100.— x 20 lezioni, min.5 – max.8 iscritti**

Per tutti i corsi di ginnastica dolce oppure a tappeto e dolce Senior per soli uomini

(Se mi muovo mi sento meglio)

Info e iscrizioni: no. 079 175 41 44 Elena Naldi (lasciare un messaggio)

Iscrivetevi alla NEWSLETTER nel www.cdr-agno.ch

Curiosate il nostro BLOG www.ricettedellepensionate.ch o la pagina facebook

Per qualsiasi informazione che riguarda il CDR potete contattare l'ufficio sociale 091 612 23 23 (int.4) Mauro Bonardi

IL TEAM VOLONTARI CDR vi aspetta con piacere!