# SETTEMBRE 2025 – Programma mensile

Centro Diurno Olimpia (p.t.)
Via Franscini 5, Chiasso
058 122 44 56, centro.diurno@chiasso.ch

## PRENOTARE IL PASTO ENTRO LE ORE 12.00 DEL GIORNO PRECEDENTE

| **Lunedì** | |
|---|---|
| Tutti i lunedì, dalle 09.30 | Caffetteria aperta |
| Tutti i lunedì, dalle 12.00 | Pranziamo assieme |
| Tutti i lunedì, dalle 13.30 | Giochiamo a Burraco e scopa - briscola |
| Tutti i lunedì, dalle 14.30 | Tombola |
| Tutti i lunedì dal 15 settembre, ore 09.15 | Nordic Walking |
| Lunedi 1 e 8 ore 10.00 | Un caffè in compagnia |
| **Martedì** | |
| Tutti i martedì, dalle 09.30 | Caffetteria aperta |
| Tutti i martedì, dalle 12.00 | Pranziamo assieme |
| Tutti i martedì, dalle 13.30 | Gioco carte libero |
| Martedì 2 ore 14.20 | Conferenza “movimento e benessere, l’esperto risponde. Relatore Dr Damiano Zemp, in collaborazione con Pro Senectute. A seguire merenda |
| Martedì 9 ore 15.00 | Giochi a squadre |
| Martedì 16 mattina (orario da definire) | Visita mercato a Como (se bel tempo) |
| Martedì 23 ore 10.00 | Laboratorio creativo |
| Martedì 23 ore 15.00 | 1° incontro di conversazione in tedesco |
| Martedì 26 ore 15.00 | Ginnastica dolce |
| Martedì 16 + 30 ore 14.30 | “cantanti che hanno fatto la storia” 5 incontri per viaggiare nel passato tra canzoni, biografie ed aneddoti di artisti che hanno fatto la storia della musica |

| | |
|---|---|
| **Mercoledì** | |
| Tutti i mercoledì, dalle 09.30 | Caffetteria aperta |
| Tutti i mercoledì, alle 10.00 | Allenamente |
| Tutti i mercoledì, dalle 12.00 | Pranziamo assieme |
| Tutti i mercoledì, dalle 13.30 | Giochiamo a Burraco e scopa - briscola |
| Tutti i mercoledì dal 17 alle 14.00 ed alle 15.00 | Inglese “base ed intermedio-conversazione” |
| Tutti i mercoledì, dalle 15.00 | Cruciverbone |
| Mercoledì 24 ore 12.00 | Pranzo al ristorante pizzeria “il Carlino” di Chiasso |
| **Giovedì** | |
| Tutti i giovedì dalle 09.30 | Caffetteria aperta |
| Tutti i giovedì, alle 10.00 | Ginnastica con attrezzi |
| Tutti i giovedì, dalle 12.00 | Pranziamo assieme |
| Tutti i giovedì, dalle 13.30 | gioco carte libero |
| Giovedì 4 ore 10.00 | Mani in pasta |
| Giovedì 4 ore 15.00 | Giochi di squadra |
| Giovedì 11 tutto il giorno | Gita a Caslano con pranzo dagli amici del centro diurno e visita allo zoo al Maglio con attività guidata |
| Giovedì 18 ore 10.00 | Mani in pasta |
| Tutti i giovedì dal 18, alle ore 15.00 | Yoga sulla sedia |
| **Venerdì** | |
| Tutti i venerdì dalle 09.30 | Caffetteria aperta |
| Tutti i venerdì, dalle 10.00 | Alleniamo la mente |
| Tutti i venerdì, dalle 12.00 | Pranziamo assieme |
| Tutti i venerdì, alle 15.00 | Visione film/documentario |
| Venerdì 5- 12 ore 15.00 | Ginnastica dolce |
| Venerdì 19 ore 14.00 | Ginnastica dolce |
| Venerdì 19 ore 15.00 | Caffè narrativo |
| Venerdì 26 ore 14.30 | Primo di 6 incontri di Arte del Riciclo |
| **Sabato** | |
| Aperto dalle 10.30 alle 14.30 “Pranziamo insieme”, gioco carte libero, lettura quotidiani.<br>Caffetteria aperta | |