

## Novità di marzo

# Il venerdì del Centro diurno «Talete»

### Venerdì

#### **Corso di ginnastica «Il ritmo, salute con divertimento»**

Dalle 9.15 alle 10.00

10 lezioni dal 16.1 al 20.3

Insegnante: Fabrizio Arigoni

Costo: CHF 70.-

**Nuovo ciclo di 10 lezioni:  
da 3.4 a 19.6**

#### **Corso «Conversazione in inglese»**

Dalle 10.30 alle 11.45

**Nuovo ciclo di 8 lezioni:  
da 13.3 a 8.5**

Insegnante: Mark Steele

Costo: CHF 50.- (materiale didattico incluso)

### Venerdì 6 marzo

#### **Consulenza digitale**

Dalle 10.30 alle 11.30

Rispondiamo alle vostre domande pratiche su smartphone, foto, email, ecc.

#### **Consulenza «Piante d'appartamento e orchidee»**

Dalle 14.30 alle 16.00

Corretta irrigazione, concimazione e lotta antiparassitaria per le più comuni piante da interno e per le orchidee. Curiosità del mondo vegetale, tecniche di rinvaso e corretta esposizione luminosa. Relatore: Marco Melzi di Caminada Sementi

### Venerdì 13 marzo

#### **«Due passi per restare in forma»**

Dalle 9.45 alle 11.30

Camminata leggera, nel bosco e lungo il Vedeggio. Partenza dal Centro diurno.

#### **Visita guidata al Museo Vela di Ligornetto**

Dalle 14.00 alle 16.00

Visita del Museo e dell'esposizione permanente dedicata a Vincenzo Vela.

#### **Iscrizione entro il 5 marzo.**

Costo: CHF 13.- (visita e entrata museo) più CHF 5.- trasporto (Il centro diurno rimane chiuso per il pomeriggio)

### Venerdì 20 marzo

#### **Consulenza digitale**

Dalle 10.30 alle 11.30

Rispondiamo alle vostre domande pratiche su smartphone, foto, email, ecc.

#### **Conferenza «Perdita uditiva dell'anziano. Sento ma non capisco»**

Dalle 14.30 alle 16.00

Chiacchierata con ATiDU Ticino e Moesano, Associazione per persone con problemi di udito. Conosciamo il nostro orecchio e il suo funzionamento. L'apparecchio acustico, le regole per una buona comunicazione e i possibili mezzi ausiliari.

Relatrice: Francesca de Giorgio, ATiDU

### Venerdì 27 marzo

#### **«Due passi per restare in forma»**

Dalle 9.45 alle 11.30

Camminata leggera, nel bosco e lungo il Vedeggio. Partenza dal Centro.

#### **Tombola (quattro giri)**

Dalle 14.30 alle 16.00