Novità di novembre
Il venerdì del Centro diurno «Talete»

Venerdì

Corso di ginnastica «Il ritmo, salute con divertimento»
Dalle 9.15 alle 10.00
10 lezioni dal 2.10 al 4.12
Insegnante: Fabrizio Arigoni
Costo: CHF 70.-

Venerdì

Corso «Conversazione in inglese»
Dalle 10.30 alle 11.45
8 lezioni dal 2.10 al 20.11
Insegnante: Mark Steele
Costo: CHF 60.-

Venerdì 6 novembre

Consulenza digitale
Dalle 10.30 alle 11.30
Rispondiamo alle vostre domande pratiche su smartphone, foto, email, ecc.

Si gioca a Burraco!
Dalle 14.00 alle 16.30
Appassionati di lungo corso e nuovi interessati che vogliono scoprire questo gioco di carte.

Lezioni di canto per principianti
Dalle 16.30 alle 17.30
Tecnica di impostazione vocale con Mario Bertolini.
Costo: CHF 50.- (5 lezioni)

Venerdì 13 novembre

«Due passi per restare in forma»
Dalle 10.15 alle 11.30
Camminata leggera, nel bosco e lungo il Vedeggio. Partenza dal Centro diurno.

Massaggio sonoro con le campane tibetane
Dalle 14.30 alle 15.30
Un momento di rilassamento per la mente e per il corpo. Con Sara Petralli, terapista complementare. (**Costo:** gratuito)

Lezioni di canto per principianti
Dalle 16.30 alle 17.30
Tecnica di impostazione vocale con Mario Bertolini.
Costo: CHF 50.- (5 lezioni)

Venerdì 20 novembre

Consulenza digitale
Dalle 10.30 alle 11.30

Concerto in occasione dell'Anno internazionale del volontariato
Con Tommaso Maria Maggiolini, flauto, e Vivien Vincze, fagotto
Dalle 15.30 alle 16.30
Un omaggio ai nostri volontari per ringraziarli del tempo prezioso che ci regalano. L'invito al concerto è esteso anche a tutti gli interessati. Segue aperitivo offerto. Entrata libera.

Venerdì 27 novembre

«Due passi per restare in forma»
Dalle 10.15 alle 11.30

Tombola (quattro giri)
Dalle 14.30 alle 16.30

Per informazioni ed iscrizioni: Centro diurno «Talete» – Via Girella 4, 6814 Lamone – Tel. +41 91 950 85 42
cdsa.lamone@prosenectute.org – www.prosenectute.org – www.centridiurni.ch