



Per condividere tempo, relazioni e benessere  
Casa Andreina è aperta a tutti

# Programma estivo

Luglio - Settembre 2025



## CASA ANDREINA

Centro diurno

Via Ricordone 3  
6900 Lugano

091 735 69 05

[casa.andreina@unitas.ch](mailto:casa.andreina@unitas.ch)

[www.unitas.ch/casa-andreina](http://www.unitas.ch/casa-andreina)



**ISCRIZIONI FINO A VENERDÌ 20 GIUGNO 2025**

(È possibile iscriversi anche a corso iniziato, se ci sono posti disponibili)

***I corsi estivi 2025 di Casa Andreina sono suddivisi in tre grandi aree tematiche, pensate per offrire benessere, stimoli culturali e momenti di socialità.***

### ***Benessere e movimento***

- *Pilates*
- *Yoga della risata*
- *Camminata metabolica*
- *Campane di cristallo*
- *Passeggiate nel Luganese*

### ***Cultura e territorio***

- *Inglese*
- *Tour virtuale delle chiese del Ticino*
- *Storia e leggende tra Ticino e Sud Italia*

### ***Socialità e creatività***

- *Comunica con la musica*
- *Musica e ballo libero*
- *Discussioni con Daniela*
- *Tombole in compagnia*

*In copertina: Borgogna e Baldè. Escursione Teatrale 2023. Patrimonio accessibile territorio inclusivo PATI-SUPSI. CC BY-SA 4.0. Evento realizzato con Casa Andreina.*

|  |                          |
|--|--------------------------|
| <i>Benvenuti a Casa Andreina</i>                         | 4                        |
| <b>Lunedì</b>  |                          |
| <i>Tour virtuale delle chiese</i>                        | 6                        |
| <i>Gruppo di parola Retina Suisse</i>                    | 7                        |
| <i>Libro in poltrona</i>                                 | 8                        |
| <i>Discussioni di gruppo</i>                             | 9                        |
| <b>Martedì</b>   |                          |
| <i>Yoga della risata</i>                                 | 10                       |
| <i>Passeggiate nel Luganese</i>                          | 11                       |
| <i>Tombola in compagnia</i>                              | 12                       |
| <i>Gruppo maglia</i>                                     | 13                       |
| <b>Mercoledì</b>   |                          |
| <i>Comunicare con la musica</i>                          | 14                       |
| <i>Rilassamento con campane di cristallo</i>             | 15                       |
| <b>Giovedì</b>   |                          |
| <i>Camminata metabolica</i>                              | 16                       |
| <i>Inglese livello intermedio</i>                        | 17                       |
| <i>Pilates</i>   | 18                       |
| <b>Venerdì</b>   |                          |
| <i>Storia e leggende tra Ticino e Sud Italia</i>         | 19                       |
| <i>Inglese per chi inizia da zero</i>                    | 20                       |
| <i>Inglese livello principianti</i>                      | 21                       |
| <i>Musica, canti e ballo libero</i>                      | 22                       |
| <b>CONDIZIONI D'ISCRIZIONE</b>                           | 23                       |
| <b>FORMULARIO D'ISCRIZIONE AI CORSI</b>                  | <i>Allegato separato</i> |
| <b>AGENDA COMPLETA DEI CORSI E DEGLI EVENTI SPECIALI</b> | <i>Allegato separato</i> |

# Benvenuti a Casa Andreina

**Uno spazio pensato per incontrarsi, trascorrere momenti piacevoli e sentirsi a casa.**

Casa Andreina è un centro di socializzazione gestito da Unitas e sostenuto dal Canton Ticino, dedicato in particolare a persone pensionate, beneficiari dell'Assicurazione Invalidità e soci Unitas e aperto a tutti.

Qui proponiamo attività pensate per favorire il benessere personale, l'incontro con gli altri e il sollievo dei familiari curanti.

## Orari di apertura

**Dal lunedì al venerdì:**

- Bar aperto dalle **9:00 alle 12:00** e dalle **14:00 alle 17:00**
- **Pranzo disponibile su prenotazione**, in un ambiente familiare e accogliente, offerto a tariffa sociale per favorire l'accesso a tutti.

**Sabato, domenica e festivi:**

- Bar aperto dalle **14:00 alle 17:00**, ideale per una pausa rilassante o due chiacchiere in compagnia.

## Programma estivo

Da **luglio a fine settembre**, proponiamo un **programma speciale** con attività aperte a tutti, pensate in particolare per le persone in pensione. Laboratori creativi, attività motorie leggere, uscite e momenti culturali arricchiranno le vostre giornate.

**Sabato 27 settembre** festeggeremo insieme la chiusura della stagione estiva con una **grande festa**, aperta a tutti!

## Accessibilità

**Casa Andreina** è facilmente raggiungibile con i mezzi pubblici. Per chi avesse difficoltà negli spostamenti, è possibile richiedere un **servizio di trasporto accompagnato**, attivabile in base alle necessità.

## Un sostegno anche ai familiari curanti

Frequentare **Casa Andreina** significa anche offrire ai familiari curanti un prezioso sollievo, sapendo che la persona cara è accolta in un ambiente sicuro, stimolante e familiare.

## Vi aspettiamo!

Anche per una semplice visita senza un motivo preciso, **Casa Andreina** è il luogo giusto: per un caffè al bar, un pranzo in compagnia o semplicemente per trascorrere qualche ora serena.

La porta è sempre aperta per chi desidera sentirsi parte di una comunità accogliente.

# CORSI ESTIVI

---

- ✓ **Durante l'estate, il caldo si fa sentire... ma a Casa Andreina si sta bene: i nostri locali sono climatizzati e offrono un ambiente sempre fresco e confortevole.**
  - ✓ **Lo sapevi?**  
**Oltre ai corsi, Casa Andreina propone eventi speciali come cene conviviali, uscite guidate, grigliate e momenti culturali. L'elenco completo degli eventi è consultabile in sede oppure online al link dedicato: [unitas.ch/casa-andreina](https://unitas.ch/casa-andreina)**
-

Lunedì mattina

## Tour virtuale delle chiese

Ogni incontro, ospitato in un'aula del centro diurno, sarà dedicato a una chiesa del territorio: punto di partenza per un viaggio tra storia, arte, simboli e cultura.

Le lezioni saranno supportate da descrizioni verbali e immagini a contrasto potenziato e materiali adattati.

L'obiettivo è offrire un'esperienza formativa coinvolgente, favorendo l'accesso alla cultura e la valorizzazione dell'arte sacra locale, attraverso modalità di apprendimento inclusive.

|   |                |  |
|---|----------------|--|
|    | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 14, 21, 28<br><b>Agosto:</b> 4, 11, 18, 25<br><b>Settembre:</b> 8, 15, 22, 29 |
|  | <b>Orari:</b>  | Dalle 10:00 alle 11:00   |
|  | <b>Dove:</b>   | Aula 1 e 2   |

### DOCENTE

Stefania Fink

### REQUISITI

Aperto a tutti.

### CLASSE

Minimo 4 – massimo 15.

### ISCRIZIONI

Quota di partecipazione agevolata: 110 fr.

Lunedì mattina

## Gruppo di parola Retina Suisse

Una disabilità visiva ha un forte impatto sulla vita della persona colpita.

Molte cose cambiano radicalmente e non sono più ovvie. Ma spesso la famiglia e l'ambiente circostante non ne capiscono il perché e gli effetti.

Chi desidera scambiare le proprie esperienze con persone in situazione analoga può aderire a un gruppo di parola. Nei gruppi di parola vige un clima di fiducia e rispetto all'insegna dell'aiuto reciproco e può nascere una serena amicizia.

Organizzato da Retina Suisse al centro diurno Casa Andreina a Lugano, in collaborazione con il Servizio tiflogico Unitas, per i pazienti con retinite pigmentosa, degenerazione maculare, sindrome di Usher e altre malattie del fondo dell'occhio.

|   |                |  |
|---|----------------|--|
|  | <b>Quando:</b> | Lunedì 7 luglio, lunedì 4 agosto, lunedì 8 settembre |
|  | <b>Orari:</b>  | Dalle 10:00 alle 11:00                               |
|  | <b>Dove:</b>   | Sala 1 e 2   |

### MODERATRICE

Tamara Zoller

### ISCRIZIONI

Quota di partecipazione: attività gratuita.

È necessario telefonare alla responsabile (Tamara Zoller, 079 831 77 82) con alcuni giorni di anticipo. È possibile annunciarsi per il pranzo al momento dell'iscrizione.

**Lunedì mattina**

# Libro in poltrona

---

Gli incontri del libro in poltrona sono una proposta rivolta a chi ama leggere.

Non importa il genere di racconto, ogni partecipante sceglierà a turno un libro da leggere per tutto il gruppo.

Le storie sono lì, a portata di mano per chi vuole impegnarsi a coglierle.

Iscrizioni alla coordinatrice almeno il lunedì precedente, informando se ci si prenota anche per il pranzo e se si richiede il trasporto.

|   |                |                        |
|---|----------------|------------------------|
|    | <b>Quando:</b> | Lunedì 15 settembre    |
|    | <b>Orari:</b>  | Dalle 10:00 alle 12:00 |
|  | <b>Dove:</b>   | Sala 1 e 2             |

## MODERATRICE

Cinzia Marisa

## ISCRIZIONI

Quota di partecipazione: attività gratuita.

Lunedì pomeriggio

## Discussioni di gruppo

Danila proporrà al gruppo letture di vario genere, tra cui racconti, poesie in italiano e in dialetto, oltre ad articoli selezionati da giornali e riviste.

Attraverso giochi come i cruciverba sarà possibile stimolare la memoria, e non mancherà uno spazio di conversazione dedicato all'attualità e al confronto.

|   |                |   |
|---|----------------|---|
| 📅 | <b>Quando:</b> | Tutti i lunedì                                |
| 🕒 | <b>Orari:</b>  | Dalle 14:00 alle 15:30                        |
| 📍 | <b>Dove:</b>   | Sulla terrazza di Casa Andreina o all'interno |

### DOCENTE

Danila Longoni

### REQUISITI

Piacere per le discussioni in gruppo.

### CLASSE

Minimo 4 – massimo 14.

### ISCRIZIONI

Quota di partecipazione: attività gratuita.

Termine iscrizione: si può prendere parte liberamente a quest'attività.

**Martedì mattina**

# Yoga della risata

Una pratica che combina respirazione, movimento e semplici esercizi giocosi ispirati alla quotidianità, con l'obiettivo di sciogliere le tensioni, alleggerire mente e corpo, e ritrovare il sorriso.

L'incontro si apre con una breve introduzione ai benefici psico-fisici e sociali della risata, una risorsa potente per il benessere individuale e collettivo.

|   |                |  |
|---|----------------|--|
| 📅 | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 8, 15, 22, 29<br><b>Agosto:</b> 5, 12, 19, 26<br><b>Settembre:</b> 2, 9, 16, 23 |
| 🕒 | <b>Orari:</b>  | Dalle 10:00 alle 11:15   |
| 📍 | <b>Dove:</b>   | Aula 1 e 2   |

## DOCENTE

Maria Sonia Meneghini-Bera

## REQUISITI

Aperto a tutti.

## CLASSE

Minimo 6 – massimo 15.

## ISCRIZIONI

Quota di partecipazione agevolata: 150 fr.

**Martedì pomeriggio**

## **Passeggiate nel Luganese**

---

Camminare, respirare, osservare. Uscite leggere nei dintorni, per riscoprire insieme il piacere di camminare, chiacchierare e osservare ciò che ci circonda. Un'occasione per muoversi all'aria aperta, fare due passi in buona compagnia e rallentare i pensieri. Adatte a tutti – andatura tranquilla. In caso di brutto tempo, l'attività viene sostituita con una proposta alternativa in sede, ad esempio una merenda o una cantata in compagnia.

---

**Martedì 1° luglio, martedì 5 agosto, martedì 2 settembre:**

**Passeggiata a Origlio**, ritrovo alle 11:30 a Casa Andreina oppure alle 12:00 direttamente al ristorante Le Betulle. Dopo il pranzo, passeggiate libere. Rientro alle 15:45.

---

**Martedì 15 luglio, martedì 19 agosto:**

**Passeggiata al Lido S. Domenico di Gandria**, ritrovo alle 11:30 a Casa Andreina oppure alle 12:00 direttamente al Lido. Dopo il pranzo, passeggiate libere. Rientro alle 15:45.

---

**Martedì 29 luglio, martedì 16 settembre:**

**Pic nic al Monte Brè**, ritrovo alle 11:30 a Casa Andreina oppure alle 12:00 direttamente all'area Pic Nic del Monte Brè. Dopo il pranzo, passeggiate libere. Rientro alle 15:45. Il Pic nic può essere richiesto a Casa Andreina con un contributo di 10 fr. al momento della prenotazione

---

**Martedì 23 settembre:**

Passeggiata a Melide, ritrovo alle 13:30 a Casa Andreina oppure alle 14:00 direttamente al posteggio del Lido di Melide. Dopo il pranzo, passeggiate libere o relax al Lido. Rientro alle 15:45.

---

## **ISCRIZIONI**

Termine di iscrizione: 5 giorni in anticipo. Quota di partecipazione: gratuita. Sono a pagamento solo eventuali consumazioni personali oppure il picnic prenotabile al costo di 10 franchi, preparato dalla cucina di Casa Andreina.

**Martedì pomeriggio**

# Tombola in compagnia

Un classico che non stanca. Un momento semplice e allegro per stare in compagnia. Tra un numero e l'altro, risate, chiacchiere e piccoli premi simbolici per tenere vivo lo spirito di gioco. Aperto a tutti.

Vieni a tentare la fortuna... o solo a passare un bel pomeriggio con noi!

|   |                |  |
|---|----------------|--|
|  | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 8, 22<br><b>Agosto:</b> 12, 26<br><b>Settembre:</b> 9, 30 |
|  | <b>Orari:</b>  | Dalle 13:30 e qualche giro di tombola senza stress                       |
|  | <b>Dove:</b>   | Nelle sale di Casa Andreina  |

## ANIMATORI

Staff di Casa Andreina e volontari

## ISCRIZIONI

Quota di partecipazione simbolica: CHF 5.– per il pomeriggio (consumazioni personali al bar escluse).

Ogni partecipante riceve due cartelle. In palio piccoli premi simbolici. Si giocheranno due o tre giri, a seconda del tempo e dell'energia del gruppo. E se il clima lo permette, approfitteremo della terrazza per una merenda in compagnia.

Tutti sono i benvenuti.

La quota è uguale per tutti e permette di mantenere l'attività accessibile e piacevole.

Chi ha difficoltà visive o uditive troverà facilmente qualcuno disponibile ad accompagnarlo nel gioco, perché il piacere di stare insieme è ciò che conta di più.

**Martedì, tutto il giorno**

## **Gruppo maglia**

---

Incontri settimanali dedicati al lavoro a maglia, aperti a chiunque desideri trascorrere del tempo in compagnia, coltivando la manualità e la creatività.

Oltre a favorire l'esercizio della motricità fine e la concentrazione, l'attività diventa un'occasione preziosa per condividere esperienze, racconti e risate.

Il clima è informale e accogliente: nascono amicizie, si intrecciano fili e storie.

Il gruppo, affiatato e attivo, prosegue spesso gli incontri anche nei mesi successivi, a testimonianza del legame che si crea tra le partecipanti.

|   |                |  |
|---|----------------|--|
|   | <b>Quando:</b> | <b>Settembre:</b> 16, 23                       |
|  | <b>Orari:</b>  | Dalle 9:30 alle 12:00 e dalle 13:30 alle 16:00 |
|  | <b>Dove:</b>   | Aula 1 e 2                                     |

### **VOLONTARIE RESPONSABILI**

Dora Dall'Ara e Elke Tondera

### **ISCRIZIONI**

Quota di partecipazione: attività gratuita

**Mercoledì mattina**

# Comunicare con la musica

Ascolto, emozione, espressione. Un percorso delicato e profondo per esplorare la comunicazione attraverso il linguaggio universale della musica.

Alternando riflessioni condivise all'ascolto di brani noti e meno noti, scopriremo insieme come le melodie parlano al cuore e ci aiutano a esprimere ciò che a volte le parole non sanno dire. L'esperienza si arricchisce con momenti di canto collettivo, semplici e spontanei, per ritrovare connessione e leggerezza. Concluderemo ogni incontro con una breve meditazione guidata, per lasciare che le vibrazioni della musica si trasformino in benessere profondo.

Un invito ad ascoltarsi, dentro e fuori.

|   |                |  |
|---|----------------|--|
|   | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 2, 9, 16, 23, 30<br><b>Agosto:</b> 6, 13, 20, 27<br><b>Settembre:</b> 3, 10, 17, 24 |
|  | <b>Orari:</b>  | Dalle 10:00 alle 11:30   |
|  | <b>Dove:</b>   | Aula 1 e 2   |

## DOCENTE

Pacciorini-Job Chiara

## REQUISITI

Aperto a tutti.

## CLASSE

Minimo 6 – massimo 15.

## ISCRIZIONI

Quota di partecipazione agevolata: 195 fr.

**Mercoledì pomeriggio**

## **Rilassamento con campane di cristallo**

Un'esperienza sonora rilassante e profonda, guidata dalle vibrazioni armoniche delle campane di cristallo e di altri strumenti affini, come le campane tibetane.

I suoni puri prodotti da questi strumenti agiscono sul corpo e sulla mente, favorendo uno stato di calma, rilascio emotivo e rigenerazione interiore. Un momento di ascolto e quiete, adatto a tutti, per ritrovare equilibrio e benessere attraverso le frequenze.

|   |                |   |
|---|----------------|---|
|    | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 9, 16, 23, 30<br><b>Agosto:</b> 20, 27<br><b>Settembre:</b> 10, 17, 24 |
|    | <b>Orari:</b>  | Dalle 14:00 alle 15:00  |
|  | <b>Dove:</b>   | Aula 1 e 2  |

### **DOCENTE**

Didona Dragomir

### **REQUISITI**

Portare il proprio tappetino e una copertina. Valutare un cuscino se lo ritenete necessario.

### **CLASSE**

Minimo 4 – massimo 10.

### **ISCRIZIONI**

Quota di partecipazione agevolata: 135 fr.

Giovedì mattina

## Camminata metabolica

La camminata metabolica è un'attività semplice e adatta a tutti che allena corpo e mente in maniera dolce e sicura. Si viene guidati nel movimento del corpo attraverso la spiegazione di semplici esercizi. Ogni partecipante sente la voce del docente in cuffia, accompagnata anche dalla musica. Ognuno è libero di andare a proprio ritmo. L'attività si svolgerà all'aperto, nel perimetro di Casa Andreina. In caso di maltempo, sarà trasferita in un'aula del centro diurno.

|  |                |   |
|--|----------------|---|
|   | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 3, 10, 24, 31 <b>Agosto:</b> 7, 14, 21, 28<br><b>Settembre:</b> 18, 25 |
|   | <b>Orari:</b>  | Dalle 10:00 alle 11:00  |
|  | <b>Dove:</b>   | Aula 1 e 2  |

### DOCENTE

Dania Gerosa

### REQUISITI

Attività adatta a tutti, anche per chi non ha mai fatto attività fisica o è fermo da tanto tempo.

Quando non è indicato iscriversi: trattandosi di attività in movimento, se la persona si trova in una situazione acuta infiammatoria o di recente infortunio/intervento l'attività non è adatta. In presenza di dolori cronici/patologie importanti sarà importante comunicarlo.

Cosa portare: Importante che i partecipanti abbiano una bottiglietta d'acqua e un tappetino (opzionale perché si può anche non usare ad ogni lezione) e che si presentino in abbigliamento ginnico o comodo.

### CLASSE

Minimo 4 – massimo 10.

### ISCRIZIONI

Quota di partecipazione agevolata: 120 fr.

**Giovedì mattina**

# Inglese livello intermedio

Corso intermedio rivolto a chi è già in grado di comunicare in inglese. La docente è Flavia Mattei, CELTA Teacher & Deutsch DaF Lehrerin, Formatrice per adulti FSEA1.

L'obiettivo è conversare per allenarsi a parlare in inglese in modo pratico. In caso di dubbi, la docente è a disposizione anche prima dell'avvio del corso.

|   |                |   |
|---|----------------|---|
|    | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 3, 10, 17, 24, 31<br><b>Agosto:</b> 7, 14, 21, 28<br><b>Settembre:</b> 4, 11 |
|    | <b>Orari:</b>  | Lezioni dalle 10:45 alle 11:55  |
|  | <b>Dove:</b>   | Atelier   |

## DOCENTE

Flavia Mattei

## REQUISITI

Capacità di intrattenere semplici conversazioni in inglese.

## CLASSE

Minimo 4 – massimo 8.

## ISCRIZIONI

Quota di partecipazione agevolata: 110 fr.

**Giovedì pomeriggio**

# Pilates

Un ciclo di lezioni guidate per migliorare la postura, la respirazione, la mobilità articolare e la stabilità del corpo.

Gli esercizi sono semplici, gradualmente e accessibili a tutti: anche chi non può stendersi a terra può partecipare comodamente dalla sedia.

L'insegnante propone movimenti chiari, con attenzione costante ai limiti individuali.

Il corso è pensato per rinforzare la muscolatura posturale e aumentare la fiducia nelle proprie capacità, in un ambiente tranquillo e sicuro.

|   |                |  |
|---|----------------|--|
|    | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 3, 10, 17, 24, 31<br><b>Agosto:</b> 21, 28<br><b>Settembre:</b> 4, 11, 18, 25 |
|  | <b>Orari:</b>  | Dalle 14:00 alle 15:00   |
|  | <b>Dove:</b>   | Aula 1 e 2   |

## DOCENTE

Maria Aiello Santese

## REQUISITI

Portare il proprio tappetino e un piccolo asciugamano personale.

## CLASSE

Minimo 4 – massimo 8.

## ISCRIZIONI

Quota di partecipazione agevolata: 110 fr.

Venerdì mattina

## Storia e leggende tra Ticino e Sud Italia

Con questo corso andremo ad esplorare luoghi storici del Canton Ticino e del Sud Italia, e a raccontare leggende popolari di entrambi i territori.

Un viaggio tra racconti, curiosità, tradizioni e figure affascinanti della memoria collettiva.

Un modo per riscoprire il legame tra luoghi e narrazione, e per condividere insieme storie che parlano di identità, mistero e cultura popolare.

|   |                |  |
|---|----------------|--|
|    | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 11, 18, 25<br><b>Agosto:</b> 8, 22, 29<br><b>Settembre:</b> 5, 19 |
|  | <b>Orari:</b>  | Lezioni dalle 10:00 alle 11:00   |
|  | <b>Dove:</b>   | Aula 1 e 2   |

### DOCENTE

Francesco Carrino

### REQUISITI

Aperto a tutti.

### CLASSE

Minimo 4 – massimo 8.

### ISCRIZIONI

Quota di partecipazione agevolata: 80 fr.

Venerdì mattina

# Inglese per chi inizia da zero

Corso principianti rivolto a chi si avvicina per la prima volta all'inglese. La docente è Flavia Mattei, CELTA Teacher & Deutsch DaF Lehrerin, Formatrice per adulti FSEA1.

L'obiettivo è conversare per allenarsi a parlare in inglese in modo pratico. In caso di dubbi, la docente è a disposizione anche prima dell'avvio del corso.

|   |                |   |
|---|----------------|---|
|    | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 4, 11, 18, 25<br><b>Agosto:</b> 8, 22, 29<br><b>Settembre:</b> 5, 12 |
|    | <b>Orari:</b>  | Lezioni dalle 9:30 alle 10:40   |
|  | <b>Dove:</b>   | Atelier   |

## DOCENTE

Flavia Mattei

## REQUISITI

Il corso è rivolto a chi parte da zero.

## CLASSE

Minimo 4 – massimo 8.

## ISCRIZIONI

Quota di partecipazione: 90 fr.

Venerdì mattina

# Inglese livello principianti

Corso principianti rivolto a chi si avvicina per la prima volta all'inglese. La docente è Flavia Mattei, CELTA Teacher & Deutsch DaF Lehrerin, Formatrice per adulti FSEA1.

L'obiettivo è conversare per allenarsi a parlare in inglese in modo pratico. In caso di dubbi, la docente è a disposizione anche prima dell'avvio del corso.

|   |                |   |
|---|----------------|---|
|    | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 4, 11, 18, 25<br><b>Agosto:</b> 8, 22, 29<br><b>Settembre:</b> 5, 12 |
|    | <b>Orari:</b>  | Lezioni dalle 10:45 alle 11:55  |
|  | <b>Dove:</b>   | Atelier   |

## DOCENTE

Flavia Mattei

## REQUISITI

Il corso è rivolto a chi possiede conoscenze di base.

## CLASSE

Minimo 4 – massimo 8.

## ISCRIZIONI

Quota di partecipazione: 90 fr.

## Venerdì pomeriggio

# Musica, canti e ballo libero

Ogni venerdì pomeriggio ci ritroviamo per condividere musica, movimento e convivialità.

Un'attività pensata per chi ama ascoltare, cantare, suonare, ballare o semplicemente godersi il momento in buona compagnia.

Non serve nulla: bastano la voglia di stare insieme e un sorriso. E se suoni, porta lo strumento! Se canti, scalda la voce!

Hai voglia di partecipare con la tua voce, un ritmo o uno strumento?

Cerchiamo volontari e amici che vogliano contribuire con la loro energia: ogni incontro sarà diverso e speciale anche grazie a te.

Durante il pomeriggio, verrà offerta una fetta di torta da gustare insieme.

|   |                |   |
|---|----------------|---|
|  | <b>Quando:</b> | <b>Luglio:</b> 4, 11, 18, 25<br><b>Agosto:</b> 5, 12, 19<br><b>Settembre:</b> 5, 12, 19, 26 |
|  | <b>Orari:</b>  | Lezioni dalle 14:00 alle 16:00  |
|  | <b>Dove:</b>   | Sala 1 e 3  |

## ANIMATORI

Operatori del centro diurno e volontari

## REQUISITI

Aperto a tutti

## CLASSE

Più siamo, meglio è!

## ISCRIZIONI

Gratuito, a parte le consumazioni personali al bar.

# CONDIZIONI D'ISCRIZIONE

---

1 L'iscrizione ai corsi va effettuata per iscritto tramite l'apposito formulario oppure via e-mail a casa.andreina@unitas.ch. In caso di necessità, i collaboratori del centro sono a disposizione per fornire supporto.

2 L'iscrizione a tutti i corsi, siano essi a pagamento o gratuiti, è obbligatoria. Se dopo la prima lezione non si è soddisfatti, è possibile ritirare l'iscrizione previa comunicazione al coordinatore del centro.

3 Gli iscritti verranno informati qualora il corso non venisse realizzato. In assenza di comunicazioni da parte del centro, il corso è da considerarsi confermato.

4 In caso di assenza per motivi personali (malattia, infortunio o altro), la quota di partecipazione resta dovuta. Una riduzione può essere concessa solo in caso di assenze superiori a tre lezioni consecutive, comprovate da certificato medico.

5 I corsi sono rivolti principalmente ai nostri soci e alle persone pensionate (AVS) o beneficiarie dell'Assicurazione Invalidità (AI). Altri partecipanti possono essere ammessi previo accordo con il coordinatore e con un aumento simbolico rispetto alla tariffa agevolata del 50%.

6 Le quote di partecipazione sono simboliche. In caso di annullamento fino a due lezioni per motivi organizzativi, non è prevista alcuna riduzione. Qualora l'annullamento riguardi un numero maggiore di incontri, verrà concordata con i partecipanti una forma di compensazione, come un rimborso parziale, un buono per l'iscrizione a corsi futuri o buoni pasto.

7 È possibile iscriversi anche a corso già iniziato, in base alla disponibilità di posti e previo accordo con il coordinatore e/o il docente. Eventuali riduzioni della quota saranno valutate solo in casi giustificati, ad esempio quando la persona viene a conoscenza del corso solo dopo l'inizio e non era già tra i contatti informati da Casa Andreina. Non è prevista alcuna riduzione per chi, pur avendo ricevuto in tempo utile le informazioni sul corso, decide di iscriversi in ritardo.

## In breve: cosa sapere per iscriversi

- ✓ **Iscrizione obbligatoria:** tramite formulario o e-mail.
- ✓ **Dopo la prima lezione:** puoi ritirarti avvisando il coordinatore.
- ✓ **Assenze:** non riducono la quota (salvo malattia/infortunio certificati).
- ✓ **Corsi aperti:** a soci, pensionati AVS/beneficiari AI, e altri su accordo.
- ✓ **Trasparenza:** in caso di annullamenti, verrai informato direttamente.

**Casa Andreina fa parte della rete dei Centri diurni riconosciuti e sostenuti dal Canton Ticino - [www.centridiurni.ch](http://www.centridiurni.ch)**



**Casa Andreina, il centro diurno di Unitas**



**Vuoi sostenere le nostre attività?**

**Dona ora con  
TWINT!**



Scansiona il codice QR  
con l'app TWINT



Conferma importo e  
donazione

