

Programma corsi e attività di Casa Andreina / Ottobre 2025 – Giugno 2026

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Atelier di cucina 10:00 – 11:15 (mensile, vedi date)	Attività manuali in atelier 09:30 – 11:30 13:30 – 15:30 (tutti i martedì)	Viaggio nella comunicazione conscia e inconscia 10:00 – 11:30 (3 cicli, vedi date)	Coro 10:00 – 11:30 (3 cicli, vedi date)	Inglese – Livello principanti Gruppo 1: 09:30 – 10:40 Gruppo 2: 10:45 – 11:55 (3 cicli, vedi date)
Gruppo di parola Retina Suisse 11:00 - 12:00 (mensile, vedi date)	Riparazione sedie con paglia di Vienna 09:30 – 11:30 13:30 – 15:30 (tutti i martedì)	Pilates 10:30 – 11:30 (3 cicli, vedi date)	Inglese - Livello intermedio Gruppo 1: 09:30 – 10:40 Gruppo 2: 10:45 – 11:55 (3 cicli, vedi date)	Quiz a squadre 10:30 – 11:30 (settimanale, in alternanza a stimolazione cognitiva)
Libro in poltrona 10:00 - 12:00 (mensile, vedi date)	Lavori a maglia 09:30 – 11:30 13:30 – 15:30 (tutti i martedì)			Stimolazione cognitiva 10:30 – 11:30 (settimanale, in alternanza al quiz a squadre)
PRANZO				
Lectture e cruciverba 14:00 - 15:30 (settimanale, tutti i lunedì)	Attività in atelier, riparazione sedie, lavori a maglia 13:30 – 15:30 (tutti i martedì)	Teatro – Gruppo Blackout 13:30 - 15:30 (i mercoledì dall'8.10)	Spagnolo 14:00 – 15:30 (3 cicli, vedi date)	Canto con fisarmonica 14:00 – 15:30 (i venerdì tranne il 20.2 e il 10.4).
Yoga 15:00 - 16:00 (3 cicli, vedi date)	Passeggiata nel Luganese e dintorni 14:00 – 16:00 (vedi date)	Ginnastica dolce “movimento consapevole 14:00 - 15:00 (i mercoledì dall'8.10)	Jin Shin Jyutsu 14:00 – 15:30 (vedi date)	
Serata di ballo 18:30 – 21:00 (mensile, vedi date)	Tombola con merenda 14:00 - 15:30 (mensile, vedi date)			