



Novità di febbraio
**Il venerdì
del Centro diurno
«Talete»
è tutto nuovo!**

Venerdì

Corso di ginnastica

«Il ritmo, salute con divertimento»
Esercizi cardiovascolari e di spostamento, con base musicale ritmata.

Dalle 9.15 alle 10.00

Insegnante: Fabrizio Arigoni, istruttore fitness IFBB

Costo: CHF 70.- / 10 lezioni
(dal 10.01.2025)

Corso: «Spagnolo per viaggiare II»

Dalle 10.30 alle 12.00

12 lezioni, dal 14.02 al 9.05

Insegnante: Alejandro Marrero

Costo: CHF 35.00 (materiale didattico incluso)

Per chi non ha partecipato al primo corso in autunno, vi è la possibilità di una lezione introduttiva il venerdì 7 febbraio.

Venerdì 7 febbraio

«Due passi per restare in forma»

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

Dalle 10.30 alle 12.00

Burraco e Scala 40 - giochi di carte

Dalle 14.00 alle 16.00

Venerdì 14 febbraio

Consulenza digitale

Dalle 10.30 alle 12.00

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

Concerto del coro Ghèrz del Centro diurno di Faido

Dalle 14.30 alle 16.00

In collaborazione con Gruppo Anziani Vezia, presso il Centro Civico di Vezia

Venerdì 21 febbraio

«Due passi per restare in forma»

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

Dalle 10.30 alle 12.00

Sicurezza e truffe. Consigli utili per evitarle

Conferenza sul tema: Telefonate shock, tentativi di furto, truffe online e altro.

Dalle 14.30 alle 16.00

Relatore: sgtm Patrick Cruchon, addetto alla prevenzione della Polizia Cantonale

Venerdì 28 febbraio

Consulenza digitale

Dalle 10.30 alle 12.00

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

La tombola del venerdì (quattro giri)

Dalle 14.30 alle 16.30