

Metti alla prova il tuo equilibrio!

Valuta il tuo rischio caduta per restare in forma!



Un team di esperti è a tua disposizione per valutare il rischio caduta e darti preziosi consigli su come restare attivo o riacquistare sicurezza. Evento rivolto a tutta la popolazione over 60 in grado di camminare in modo autonomo o con un mezzo ausiliario.

● **Giubiasco**
Martedì 25 marzo 2025
Centro diurno Vita Serena
Via Rompeda 15a

Test: dalle 10.00 alle 12.00
e dalle 13.00 alle 14.00
Evento informativo: alle 14.30
Pranzo in comune
Iscrizioni: 091 857 59 03

● **Riva San Vitale**
6 maggio 2025
Centro diurno «Ai Gelsi»
Via dei Gelsi 33

Test: dalle 14.00 alle 16.00
Merenda con musica
Evento informativo: alle 16.30
Iscrizioni: Tel. 091 630 59 30 o
cdsa.rivasanvitale@prosenectute.org

● **Solduno**
6 giugno 2025
Centro diurno «Insema»
Via D. Galli 50

Test: dalle 14.00 alle 16.00
Merenda con musica
Evento informativo: alle 16.30
Iscrizioni: Tel. 091 751 26 29 o
cdsa.solduno@prosenectute.org

● **Chiasso**
11 aprile 2025
Centro diurno
Via S. Franscini 5

Test: dalle 13.30 alle 15.20
e dalle 16.30 alle 17.30
Evento informativo: alle 15.30
Al termine, aperitivo offerto.
Informazioni: Tel. 058 122 44 56 o
centro.diurno@chiasso.ch

● **Biasca**
9 maggio 2025
«il Centro»
Via A. Giovannini 24

Test: dalle 14.00 alle 16.00
Evento informativo: alle 16.30
Questa attività è inserita nella giornata «Gusto in movimento» è possibile iscriversi unicamente a questa attività o all'intera giornata.
18.30 Grigliata (a pagamento) con musica
Iscrizioni: WhatsApp: 076 296 68 33
Tel. 091 862 43 60 / info@atte.ch

● **Faido**
Venerdì 13 giugno 2025
Centro diurno «Ancora»
Via Balcengo 43

Test: dalle 10.00 alle 13.45
Evento informativo: alle 14.00
Pranzo in compagnia (a pagamento)
Iscrizioni: Tel. 091 866 05 72 o
cdsa.faido@prosenectute.org

● **Tenero**
29 aprile 2025
Centro diurno «Al Vigneto»
Via S. Gottardo 29


Test: dalle 9.00 alle 11.00
Colazione offerta durante la mattinata
Evento informativo: alle 11.00
Iscrizioni: Tel. 091 745 84 82
cdsa.tenero@prosenectute.org

● **Ascona**
20 maggio 2025
Centro diurno «Alcentrodi»
Via Ferrera 24

Test: dalle 13.45 alle 15.00
Evento informativo: alle 15.15
Iscrizioni: Tel. 091 792 10 08 o
cdsa.ascona@prosenectute.org

Con il sostegno di:

ti Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

 Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

In collaborazione con

camminaresicuri.ch