

Le tante proposte di una struttura, gestita da Pro Senectute, dove si va anche solo per incontrarsi. Ricco, poi, il calendario di eventi e attività per gli over 65

Il centro diurno "Al Vigneto" è... tutto un programma!

di Anaïs Vara*

► Il Centro diurno, che paura. «Ma lì non conosco nessuno»... «Sum mia un fiö pinnin, che devi fa chi rob li»... «Non voglio avere nessun impegno»... «Sum mia 'nsci vec (non sono così vecchio)»... Ecco alcune frasi che sentiamo noi operatori del Centro diurno "Al Vigneto" di Tenero, gestito da Pro Senectute Ticino e Moesano.

Che cos'è la struttura e come opera? Ci troviamo in via San Gottardo 29 a Tenero e da diversi anni proponiamo attività di prevenzione della salute (per esempio la ginnastica) e di socializzazione. Il nostro scopo è di essere attrattivi per tutte le persone autonome over 65 che hanno voglia di riscoprirsi e valorizzarsi, sia insieme che singolarmente. Siamo un gruppo di dialogo, un gruppo di ginnastica, un gruppo di musica, un gruppo di maglia, e tanto altro.

Il centro è principalmente un luogo di incontro e di scambio relazionale. Proponiamo sia attività semplici, come per esempio bere un caffè o un thè e giocare una partita a carte insieme, che proposte più complesse, come organizzare uscite e acculturarci visitando musei o città.

Uno spazio libero

Il nostro spazio è libero di espressione, ma con rispetto reciproco. Questo ci permette di confrontarci, avviando discussioni conviviali per poi ritrovarci per una merenda o un aperitivo. Lavoriamo in rete nel territorio e abbiamo la fortuna di avere un'ottima collaborazione sia con il Comune di Tenero che con la struttura Tertianum, proprietaria degli spazi che utilizziamo.

Manteniamo attiva la mente! Abbiamo infatti attività di stimolazione cognitiva, sfidando la memoria e il pensiero logico. Proponiamo spesso conferenze su varie tematiche in collaborazione con i servizi domiciliari ALVAD. Di recente è stata proposta



una presentazione in collaborazione con la Polizia cantonale e la Polizia intercomunale del Piano sul tema sicurezza e truffe, con grande successo.

Diverse figure professionali

Sono diverse le figure professionali attive, il lavoro delle operatrici è quello di conoscere chi frequenta il centro, così da proporre attività per valorizzare le persone e integrarle all'interno del gruppo. Nessuno si sentirà solo! Il nostro programma è ricco e variegato: è possibile consultarlo sia sul sito del Comune di Tenero (<https://tenero-contra.ch/Albo-comunale>) che sul nostro sito (www.prosenectute.org), nonché sul sito del Cantone (www.centridiurni.ch).

Venite a trovarci, siamo aperti dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 17 e il sabato mattina dalle 10 alle 14. Per questioni organizzative richiediamo l'iscrizione per il pranzo in compagnia, mentre per le normali attività quest'ultima non è prevista.

Per chi si sente troppo giovane per le nostre attività, è importante sapere che siamo sempre alla ricerca di volontarie e

volontari che ci sostengano, sia per le proposte regolari, sia per quanto durante gli eventi speciali.

Pro Senectute Ticino e Moesano offre, anche attraverso il centro, consulenze sociali per questioni finanziarie e amministrative. Si tratta di un servizio gratuito e vincolato a segreto professionale ed è rivolto sia agli anziani che ai loro familiari.

Informazioni sul nostro centro e sulle varie attività possono essere richieste chiamando il numero 091/745.84.82 oppure scrivendo una mail a cdsa.tenero@prosenectute.org.

*responsabile CDSA "Al Vigneto" Tenero

1. Incontro, chiacchiere, simpatia e musica.

Sono tanti gli ingredienti che si trovano "Al Vigneto". Qui un momento in compagnia di un fisarmonicista.

2. La struttura di Tenero ha partecipato anche al mercatino di Natale.

3. Le attività all'aperto non mancano: qui un momento di relax durante una gita nel bosco.

