

CENTRO DIURNO TERAPEUTICO Residenza Visagno Claro



01 Settembre 2025 Chiacchiere al bar, lettura del giornale e giochi di parole



Momento di socializzazione e condivisione con i residenti della Residenza Visagno.

Ginnastica dolce seguendo i principi fondamentali del Tai-Chi

Attraverso movimenti lenti e fluidi ed esercizi di respirazione e concentrazione, raggiungeremo un stato di benessere psico-fisico e di completo equilibrio tra corpo e mente.

02 Settembre 2025 Movimento

Muoversi é un modo pratico e semplice per prendersi cura di sé. Il movimento quotidiano agisce positivamente sul fisico e sull'umore. Promuove una buona qualità di vita a tutte le età.

Fun & Drums

Utilizzando le palle Bobath come strumenti musicali, gli utenti vengono guidati a suonare seguendo il ritmo. I protagonisti di questa attività sono concentrazione, coordinazione e memoria!



03 Settembre 2025 Attualmente le attività del mercoledì sono sospese

04 Settembre 2025 1° Inc. Stim. cognitiva: Le note del Ticino: viaggio nella musica popolare e nella memoria

Iniziamo un nuovo percorso ricco di emozioni attraverso la tradizione e la cultura della musica popolare ticinese. Ci lasceremo coinvolgere da ritmi e melodie che hanno segnato il nostro passato e che sono ancora vivi nella nostra mente e nei nostri ricordi.

Il potere della lettura

Questo pomeriggio ci dedicheremo alla lettura di alcuni libri che raccontano un pò del nostro passato. Attraverso questi racconti cercheremo di stimolare i ricordi, l'immaginazione, la capacità di comprensione e perché no ... magari ampliando anche il nostro bagaglio di conoscenze.

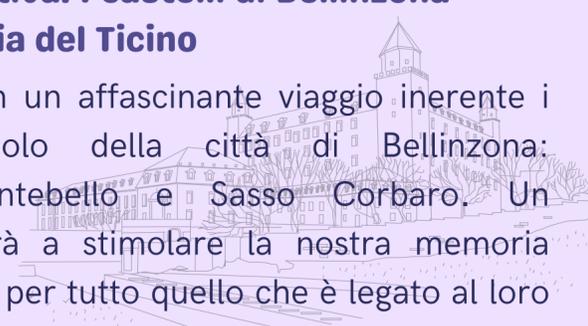
05 Settembre 2025 Quiz per la mente

Attraverso semplici domande e quesiti, andremo a stimolare la nostra creatività, la nostra fantasia e il nostro pensiero. Manterremo così attive le nostre capacità cognitive, favorendo inoltre l'integrazione e la socializzazione.



1° Inc. Stim. cognitiva: I castelli di Bellinzona custodi della storia del Ticino

Ci addenteremo in un affascinante viaggio inerente i tre castelli simbolo della città di Bellinzona: Castelgrande, Montebello e Sasso Corbaro. Un percorso che andrà a stimolare la nostra memoria storica e l'interesse per tutto quello che è legato al loro significato personale e culturale.



Contattaci

091/873 44 25

centrodiurno@residenzavisagno.ch

www.residenzavisagno.ch