

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

100 anni



«Parliamone!»

Ciclo di incontri informativi su temi diversi destinati alle persone over 65 della Città. Incontri itineranti in 5 diversi quartieri.

Organizzato in collaborazione con:



Ticino e Moesano

prosenectute.org

Partner:



La posta del mio quartiere ha chiuso, come faccio?

Risposte pratiche ad una problematica che tocca in modo particolare gli anziani.

Luogo: Besso, Aula magna scuola elementare (Via Besso 13)

Data: Mercoledì 7 ottobre 2020, alle 14.00

Relatori:

- Pietro Cattaneo, responsabile settore Ticino Sud La Posta
- Sara Circello, assistente sociale di Pro Senectute Ticino e Moesano

La salute prima di tutto – proteggiamoci ancora

Tavola rotonda per un punto della situazione sulla pandemia vissuta dagli anziani.

Luogo: Padiglione Conza (MAC 6), entrata su Viale Castagnola

Data: Mercoledì 11 novembre, alle 17.00
(apertura porte ore 16.15)

Relatori:

- Anna De Benedetti, caposervizio vigilanza e qualità, Ufficio del medico cantonale
- PD Dr. Christian Garzoni, specialista in malattie infettive e direttore sanitario Clinica Moncucco
- Dr. Franco Tanzi, geriatra e coordinatore delle attività mediche delle case anziani durante la pandemia
- Dr. Michele Mattia, psichiatra e Presidente Asi-Adoc
- Lorenzo Quadri, Municipale di Lugano e Presidente LIS (Lugano Istituti Sociali)

Alimentazione sana equilibrata e sostenibile

Consigli per la spesa e contro lo spreco alimentare

Luogo: Molino Nuovo, sala grande Ristorante Canvetto Luganese,
Via R. Simen 14

Data: Martedì 19 gennaio 2021, alle 14.00

Relatrici:

- Evelyne Battaglia-Richi, dietista e presidente ACSI
- Laura Regazzoni Meli, segretaria generale ACSI

Emozioni, mi sento sola (o solo), che fare?

Luogo: Pregassona, Sala ex Casa Comunale (Punto Città), Via Sala 13

Data: Mercoledì 3 febbraio 2021, alle 14.00

Relatori:

- Francesca Ravera, psicologa
- Vasco Viviani, coordinatore centro diurno socio-assistenziale di Massagno

Sicurezza e truffe, consigli utili per evitarle

Luogo: Breganzona, centro giovanile, Via G. Polar 34

Data: Martedì 9 marzo 2021, alle 14.00

Relatori:

- Sgtm Claudio Ferrari, Polizia Cantonale
- Laura Regazzoni Meli, segretaria generale ACSI

Informazioni importanti:

Questo ciclo di incontri informativi e la tavola rotonda hanno lo scopo principale di sensibilizzare la popolazione over 65 su temi importanti che riguardano la propria salute e il proprio quotidiano. Vogliamo permettere alle persone di assistere a dei momenti informativi in tutta sicurezza, per tornare ad incontrarsi e ad ascoltare dei professionisti di diversi rami e poter porre loro le proprie domande.

Gli incontri sono gratuiti e destinati a tutte le persone over 65.

I posti sono limitati (distanziati) e sarà obbligatorio l'uso della mascherina.

Per garantire la tracciabilità, l'iscrizione è obbligatoria e deve essere effettuata sul sito:

www.prenota.lugano.ch

(all'entrata occorrerà presentare la conferma che si riceve via mail)

Per chi non utilizza internet, è possibile iscriversi telefonicamente al numero 091 912 17 89 (8.00-12.00).

Possibilità di seguire la conferenza dell'11 novembre 2020 online.

Maggiori informazioni: 091 912 17 89