



Yoga terapeutico



**DA MERCOLEDÌ
04 MARZO**

9:00 - 10:00

**Con Ilaria Torre
10 lezioni a chf 60**

È necessario portare:

- **Abbigliamento comodo**
- **Tappetino da yoga**
- **2 palline da tennis**

**Pagamento all'iscrizione, diritto di rimborso entro
il 25.02.2026**

Per iscrizioni rivolgersi al team del Centro Diurno



CENTRO DIURNO COMUNALE CASLANO



Da Giovedì 2 aprile 2026

Tutti i GIOVEDÌ

1° gruppo dalle 14.10 alle 15.00

2° gruppo dalle 15.10 alle 16.00

Presso asilo vecchio di Caslano

PILATES



Monitrice: Isabella Baroni

10 LEZIONI COSTO 60.- CHF

- Abbigliamento comodo
- Tappetino da yoga

**Contributo esclusivo in convenzione e riservato solo all'utenza del
centro diurno**

**Pagamento all'iscrizione con diritto di rimborso
entro 26.03.2026**

Per iscrizioni rivolgersi al team del Centro Diurno



**Centri
Diurni**



Nuovo corso

QI GONG & PILATES

Giovedì
02 aprile - 25 giugno
16:10- 17:00

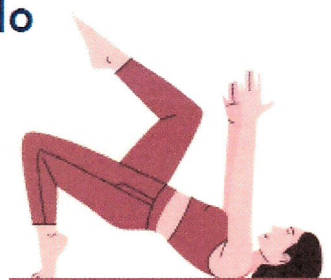
10 lezioni
CHF 60.-

Contributo esclusivo in convenzione e riservato solo all'utenza del
centro diurno

Monitrice: Isabella Baroni



**È necessario:
Abbigliamento comodo
Tappetino da yoga**



**Il corso sarà svolto presso l'asilo vecchio di Caslano
"Via Chiesa 19"**

**Pagamento all'iscrizione, diritto di rimborso entro il
26.03.2026**

Per iscrizioni rivolgersi al team del Centro Diurno



Conferenza

**Disturbi del basso tratto
urinario LUTS
e incontinenza urinaria :
conoscere per curare**

RELATORI:

Dr. Med Lorenzo Rocchini

Dr. Med Francesco Cappellano

**VENERDÌ
6 MARZO**

Dalle 14.30



**Per iscriversi rivolgersi al team del centro diurno o telefonare
allo 091 606 15 16**



PROIEZIONE FILM

SUFFRAGETTE
Storico - Drammatico

Nell'Inghilterra dei primi del Novecento, l'operaia Maud sceglie la militanza radicale. Nonostante le ritorsioni sociali e familiari, la sua lotta e il martirio di una compagna aprono la strada alla democrazia universale.

Martedì 10 marzo
Dalle 14:00

**Per iscriversi rivolgersi al team del centro diurno o telefonare
allo 091 606 15 16**



21 Marzo

DONNE È TEMPO DI FESTA

EVENTO DEDICATO ESCLUSIVAMENTE ALLE DONNE

Menú

Insalata mimosa

Patate in insalata
Vitello tonnato

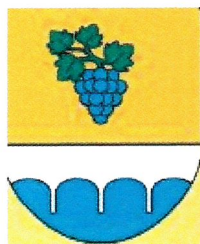
dessert a sorpresa

Prezzo
CHF 12.-

SIGNORE...PREPARATEVI AD UNA SORPRESA TUTTA PER VOI!

Annullamento con diritto di rimborso entro venerdì 13.03
PAGAMENTO ALL'ISCRIZIONE
PER RISERVAZIONE RIVOLGERSI AL PERSONALE DEL CENTRO
DIURNO





CENTRO DIURNO ITINERANTE!

TOMBOLA CON PRANZO

A PONTE TRESA

MARTEDI' 24 MARZO 2026

Ore 14.30 Tombola

sala municipio

Ore 12.00 Pranzo

Ristorante Baia (ex. Tresa Bay)

In collaborazione con
Gruppo 3+4
terza e quarta età
Quartiere
di Ponte Tresa



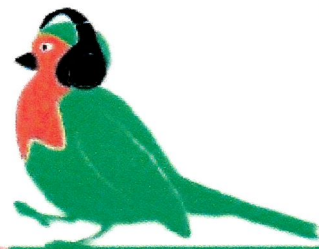
Menu
Insalatina in foglie
con salsa alle carote
Cannelloni di carne
della casa al forno
Panna cotta
con salsa ai lamponi
24.- fr.

Solo per le iscrizioni al pranzo rivolgersi al team del Centro Diurno
telefonare allo 091 606 15 16

Annullamento con diritto di rimborso entro 18.03.26



**Centri
Diurni**



Camminata Metabolica

**Da martedì 24 marzo
dalle 14:30**

con Dania Gerosa

Costo chf 60 per 10 incontri

Contributo esclusivo in convenzione e
riservato solo all'utenza del centro diurno

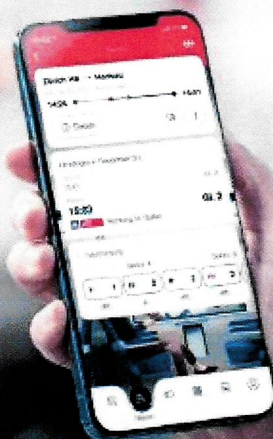
**Il corso sarà svolto presso l'asilo vecchio
di Caslano (Via Chiesa 19)**

**Pagamento all'iscrizione, diritto di rimborso entro il
17 marzo 2026**

Per iscrizioni rivolgersi al team del Centro Diurno

Formazione Mobile FFS.

Venerdì 27 marzo 2026
Caslano



Richiesta di orario e acquisto di biglietti con l'app Mobile FFS

Siete già fuori casa e desiderate trovare il collegamento dei TP migliore per il vostro viaggio? Avete bisogno subito di un biglietto? In un corso di due ore imparerete a usare l'app «Mobile FFS», trasformando il vostro smartphone in un pratico assistente di viaggio.

Grazie a un'istruzione professionale vi mostreremo passo per passo come consultare l'orario ed acquistare un biglietto comodamente e facilmente con l'app «Mobile FFS». Durante il corso potrete esercitarvi autonomamente e sarete assistiti.

Data: Venerdì 27 marzo 2026, orario 14:00 - 16:30 (ca.)

Località: Via Credera 9, 6987 Caslano

Costi: Grazie alle FFS il corso è gratuito

Iscrizione: Centro Diurno Caslano
091 606 15 16
centrodiurno-caslano@caslano.ch

Condizioni per la partecipazione

Portate con voi il vostro smartphone (iPhone o dispositivo Android). Sono richieste conoscenze di base sull'utilizzo del dispositivo e l'installazione dell'app Mobile FFS sul proprio smartphone. Idealmente vi siete già registrati (login SwissPass). Al riguardo riceve istruzioni.



Venerdì 27 marzo

Aperitivo a Ritmo di Ballo

Con Thérèse e Arno



dalle 17.30 alle 20.30

COSTO CHF 10.-

Annullamento con diritto di rimborso entro venerdì 20.03

PAGAMENTO ALL'ISCRIZIONE

PER RISERVAZIONE RIVOLGERSI AL PERSONALE DEL CENTRO
DIURNO



**Centri
Diurni**



**SABATO
28 MARZO**

Festa dei compleanni

**FESTA DEDICATA A TUTTI
GLI OVER 60**



**INDOVINELLI E
QUIZ CI
RALLEGRERANNO
IL POMERIGGIO**

**Iscrizione al pranzo con diritto di
rimborso entro il 23.03.2026**
Rivolgersi al Centro diurno o tel. allo
091 606 15 16



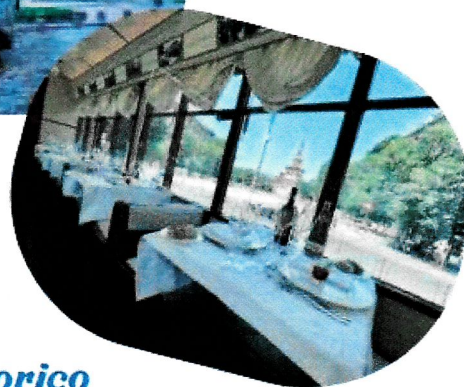
Martedì 31 marzo 2026

Quando il tempo si fa evento.....

a Milano con il

TRAM STORICO ATMosfera

Un occasione unica da vivere!



Programma

08.30 Partenza da Caslano

11.00 Arrivo a Milano

12.00 Pranzo e visita città sul Tram storico

14.00 ritorno Milano centro, tempo libero per visitare la città

16.00 Rientro per Caslano

Costo Fr.80.-

***Pagamento all'iscrizione presso il Centro Diurno con diritto di
rimborso entro Venerdì 20.03.26***

Posti Limitati