

## **Presso il Centro diurno ho scoperto molte iniziative che mi hanno arricchita molto**



Da qualche mese frequento, per diverse attività proposte, il Centro diurno di GenerazionePiù di Lugano, in via Lambertenghi. Ho cominciato a frequentare con regolarità il corso di yoga con Katia, il martedì mattina; ho poi continuato con la ginnastica dolce condotta Rino, il mercoledì. Mi sono accorta che con Sandra gli utenti del Centro diurno fanno dei bellissimi lavoretti e ho procurato loro un po' di materiale. In seguito, ho partecipato a una visita guidata con Paola presso la Pinacoteca Züst di Rancate e, tornando, ho potuto pranzare lì al Centro. È stata quindi la volta del corso «Benessere degli anziani attraverso la musica» con il musicista-ricercatore Paolo Paolantonio, docente al Conservatorio della Svizzera italiana. Questi incontri sono stati appaganti. Mi sento molto fortunata ad abitare così vicino a questo Centro GenerazionePiù! I collaboratori e le collaboratrici sono tutti molto gentili, sempre disponibili e formano una squadra veramente vincente; una grande umanità. Con gratitudine.

Nicole