



Con il sostegno di



Dipartimento della sanità
e della socialità



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Incontri organizzati dal Team di Comunità con ACD

Il Comune di Castel San Pietro e l'associazione Assistenza e Cura a Domicilio del Mendrisiotto e Basso Ceresio (ACD), con il Team di Comunità, promuovono per il 2026 incontri a tema inerenti alla salute, al benessere e alla prevenzione.

Gli incontri si terranno nella sala Bettex della Masseria Cuntitt.

Agenda - 1° semestre 2026

22.01 Alimentazione over 50: proteine e...?

Ore 20.00 – 21.00 Con Valentina Galli di Fourchette verte

12.02 Mangiare bene spendendo poco

Ore 15.00 – 17.00 Con l'Associazione dei Consumatori della Svizzera Italiana

12.03 Navigare in sicurezza nel mondo digitale

Ore 15.00 – 17.00 Con la Polizia cantonale, sgtm Patrick Cruchon

16.04 Crescere con i limiti – Il confine che fa bene (3-10 anni)

Ore 20.00 – 21.00 Con Irene Pusterla, psicologa e
Fabia Cereghetti, psicoterapeuta

21.05 Piatti di ieri (1ª parte)

Ore 15.00 – 17.00 Con Giovanna e Lucia e con la partecipazione di appassionati del settore

11.06 Piatti di ieri (2ª parte) attività pratica in cucina

Ore 11.00 Riservato ai partecipanti della prima parte; segue pranzo in comune

La partecipazione è gratuita. A fine incontri verrà offerto un piccolo rinfresco.

Iscrizioni e informazioni:

079 / 616 78 71 - giovanna.pettenuzzo@acdmendrisiotto.ch

Iscrizione online:

www.acdmendrisiotto.ch/spazi-ed-eventi/agenda



**Comune di
Castel San Pietro**

C.P. 11

Via alla Chiesa 10

6874 Castel San Pietro

Tel. +41 91 646 15 62

info@castelsanpietro.ch

www.castelsanpietro.ch

Associazione

**Assistenza e Cura a Domicilio
del Mendrisiotto e Basso Ceresio**

Via Pier Francesco Mola 20

6850 Mendrisio

Tel +41 91 640 30 60 (attivo 24h su 24h)

info@acdmendrisiotto.ch

www.acdmendrisiotto.ch