

A — C

D
O — 100

ACD/0–100
Incontri per stare bene
Morbio Inferiore
Gennaio–Giugno 2026

ACD, insieme all'infermiera di comunità Michela Luisoni Baumgartner, in collaborazione con il comune di Morbio Inferiore, organizza una serie di incontri dedicati alla salute, alla prevenzione e al benessere. Un'occasione per informarsi, condividere e prendersi cura di sé, in compagnia.

● Caffè della salute

Un momento per confrontarsi e prendersi cura della salute.

Martedì dalle 9 alle 10 presso la Casa Comunale, Sala Cereghetti.

Ma 10.02 Preveniamo le cadute

scopriamo nuovi esercizi con Michele Foletti, fisioterapista

Ma 14.04 Cura della pelle:

difendiamoci dai danni del sole e non solo

con Stefania Bauce, infermiera specialista cure e ferite ACD

Ma 12.05 Il valore dei ricordi: Il fiore

Presso l'area pic-nic vicino agli orti (incrocio Via Zoppi e via Ai Saleggi). Se brutto tempo l'incontro si terrà presso la Sala Cereghetti. Vi invitiamo a un nuovo incontro, ispirato ai ricordi: ogni partecipante potrà portare con sé un oggetto particolare, un'immagine, un testo, dal quale iniziare a raccontarsi. Un caffè narrativo per parlare, ricordare, e tramandare la straordinaria normalità della vita quotidiana.

Gio 23.04 20:30 Donne in equilibrio: la consapevolezza e l'armonia del corpo femminile

Dr.ssa med. Elena Cattoni specialista Ginecologia e Ostetricia Operatoria

● I martedì del movimento

Dal 3 febbraio, riprendiamo gli incontri di movimento, vi aspettiamo presso la Casa Comunale dalle ore 9 alle 10.

Dal 21 aprile, gli incontri, se bel tempo, si svolgeranno presso il parco della Fondazione Parco San Rocco.

Partecipazione gratuita.

Vuoi saperne di più?

→ 079.700 53 55

→ infermieracomunita@morbioinf.ch

→ acdmendrisotto.ch

Associazione
Assistenza e Cura a Domicilio
Mendrisotto e Basso Ceresio

Via Pier Francesco Mola 20
6850 Mendrisio
091.640 30 60
info@acdmendrisotto.ch

In collaborazione con
il Comune di
Morbio Inferiore

e Parco San Rocco



Agenda ACD
Qui trovi tutte le attività
pensate per la tua salute
e il tuo benessere.



Fondazione
Parco San Rocco