



## Comunicato Stampa e d'informazione porte aperte Spazio ACD – Mendrisio

In occasione della giornata nazionale delle cure a domicilio, l'Associazione per l'Assistenza e la Cura a Domicilio del Mendrisiotto e Basso Ceresio intendono invitare la popolazione ad una giornata di attività in favore della salute che permetteranno anche di conoscere il nuovo Spazio ACD. Una giornata di festa e divertimento, con un programma di attività per tutti. Una giornata dedicata alla prevenzione, al benessere e alla salute.

La giornata, in partenariato con: Centro del Movimento Mo-MoVi, LaFilanda, Città di Mendrisio, CpA Torriani con Ente Case Anziani Mendrisiotto e Associazione Ticinese Terza Età (sezione Mendrisio) si svolgerà a partire dalla sede in via PF Mola 22 per svilupparsi negli spazi dei partner e nelle vie del magnifico borgo.

Una giornata ricca di attività:

- a. alle 8:30 **Ginnastica dolce** per Adulti e Anziani in collaborazione con MOMOVI
- b. alle 9:00 partenza per **passeggiata nel magnifico borgo** (con partenze scaglionate ogni 30 minuti) – attività per tutti e in collaborazione con MOMOVI, Cpa Torriani/ECAM, LaFilanda e ATTE
- c. dalle 9:15 alle 10:00 **Contatto e filastrocche** per bambini 0-9 mesi
- d. dalle 9:45 alle 10:30 **Atelier di movimento e danza** per bambini 3-5 anni
- e. dalle 12:30 **Pranzo** offerto per i partecipanti alle attività della giornata
- f. dalle 13.15 alle 15:30 **Atelier Junior** in collaborazione con LaFilanda
- g. dalle 15:30 alle 16:30 **Mangiare sano con gusto** – atelier per tutti
- h. dalle 17.15 alle 18.30 **Atelier movimento danza creativa** per adulti
- i. dalle 20.30 alle 22:30 **Proiezione del Film** “E se vivessimo tutti insieme” a seguire discussione sui temi proposti con esperti del settore sociosanitario.

Per la passeggiata nel magnifico borgo, sono previsti due percorsi: uno breve di due chilometri e uno più esteso di cinque chilometri. Lungo l'itinerario sono previste alcune tappe di approfondimento rispetto ai temi classici di salute pubblica e la conoscenza degli spazi cittadini dove gli Enti offrono prevenzione e promozione della salute, ovvero:

1. Spazio ACD – Camminare per la salute
2. CpA Torriani – Movimento e presentazione del Senior Park
3. LaFilanda – Emozioni, benessere
4. ATTE – Socializzazione e attività di volontariato

Perché questo evento? In primis per rilanciare l'importanza della promozione della salute e della prevenzione nell'evitare o ritardare l'insorgere di malattie del corpo e dell'anima. Questo è uno dei mandati iscritti nella Legge cantonale e conferito dal Dipartimento Sanità e Socialità ai Servizi di Assistenza e Cura a Domicilio SACD d'interesse pubblico. Senza dimenticare che responsabilizzarsi rispetto alla propria salute significa avere un impatto positivo rispetto ai costi sanitari. Infine, questa giornata si iscrive nelle politiche valorizzate dal DSS e dalla città di Mendrisio nell'accrescere il coordinamento tra Enti nella rete socio-sanitaria.

Oltre alle numerose attività elencate dalle 13 alle 16 i nostri piccoli ospiti potranno divertirsi su un castello gonfiabile e approfittare del coloratissimo angolo Truccabimbi e non mancheranno musica e divertimento anche per i più grandi.

Per maggiori informazioni e iscrizioni:

<https://www.acdmendrisiotto.ch/spazio-acd/attivita-intergenerazionale/02-09-23/giornata-nazionale-delle-cure-domicilio>

La responsabile di progetto Presso ACD Sabrina Revolon 091 640 30 60 oppure il Direttore ACD Brian Frischknecht 091 640 30 60

Mendrisio, 17 agosto 2023