



Con il sostegno di



**ti**  
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 (1<sup>a</sup> parte)**

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

#### **11.06 Piatti di ieri (2<sup>a</sup> 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](mailto:giovanna.pettenuzzo@acdmendrisiotto.ch)

Iscrizione online:

[www.acdmendrisiotto.ch/spazi-ed-eventi/agenda](http://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](mailto:info@castelsanpietro.ch)  
[www.castelsanpietro.ch](http://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](mailto:info@acdmendrisiotto.ch)  
[www.acdmendrisiotto.ch](http://www.acdmendrisiotto.ch)