

# Lugano Benessere in compagnia, contro la solitudine

Nel parco di Villa Carmine, in via Trevano, è stata installata la Panchina dell'Amicizia – Gentletude e Atte Lugano hanno deciso di integrare i loro programmi di attività



Nel parco di Villa Carmine, in via Trevano a Lugano, è stata installata la Panchina dell'Amicizia. Il progetto, promosso dall'associazione non-profit Gentletude, mira a incoraggiare uno stile di vita più empatico e a combattere la solitudine attraverso l'offerta di una serie di attività dedicate al benessere e alle relazioni sociali. Grazie a una collaborazione con Atte Lugano il calendario di incontri è oggi più ricco, anche nel mese di agosto. Le proposte sono pensate per persone di tutte le età.

«Collaborare con le altre realtà attive sul territorio è fondamentale. È impensabile riuscire a fare tutto da soli ed essere comunque efficaci nei propri intenti», spiega Cristina Milani, presidente di Gentletude. «Non c'è miglior idea che uscire dal proprio orticello e unire le forze per raggiungere insieme obiettivi comuni», aggiunge Lorenza Casoli, coordinatrice del Centro Atte di Lugano. [Gentletude e Atte Lugano](#) hanno così deciso di integrare i loro programmi di attività per proporre un'offerta ancora più ricca. Incontri a partecipazione gratuita, previa iscrizione.

Ma di che esperienze si tratta? «Dobbiamo essere sempre innovativi. Abbiamo sentito da parte dei nostri utenti un grande bisogno di benessere, calma e serenità. Abbiamo quindi deciso di proporre attività olistiche che pensano alla salute della persona a tutto tondo. Sono esperienze adatte a chiunque, davvero coinvolgenti – conclude Lorenza Casoli –, provare per credere».

Tra le diverse proposte gratuite yoga della risata, Rio Abierto, arte espressiva in gruppo, e molto altro ancora.





In questo articolo:

Luganese

## Raccomandati per te



### **Meteo** In arrivo forti temporali su Luganese e Bellinzonese

Diramate due allerte di grado 3 e 4 per la prossima ora



### **Italia** Ragazzino 13.enne accoltella un 14.enne per un «like» sui social

È successo durante la notte a Sori, nella città metropolitana di Genova



### **Italia** Svizzero pianta l'ombrellone in un lido di Marina di Carrara, scoppia la polemica: «Le concessioni sono scadute»

Il concessionario dello stabilimento balneare ha invitato i due turisti, uno svizzero e una comasca, ad allontanarsi dalla spiaggia, senza riuscirci: è intervenuta la Capitaneria

## Ultime Notizie



### **Pubblicità** Impara una nuova lingua

10 minuti al giorno per imparare una lingua e la sua



### **Così l'estate ha tutto un altro gusto**

San Bernardino, è stata un successo la prima edizione di



### **Il Consiglio di Stato ha sospeso il sacerdote accusato di abusi**

cultura.

«Serre - Alpine gourmet», la rassegna enogastronomica che ha visto alternarsi chef rinomati - Ben 600 i commensali - L'evento verrà riproposto nel 2025

Il presbitero è sospeso dalla funzione in seno alla Commissione cantonale per l'integrazione degli stranieri e dall'incarico di docente di istruzione religiosa cattolica – Sospesa in attesa di risultanze l'inchiesta disciplinare

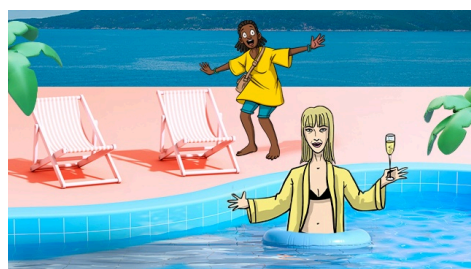


**«Non c'è alcun motivo per limitare le azioni degli ucraini»**

Lo ha affermato il presidente finlandese Alexander Stubb, mentre le forze di Kiev avanzano nella regione russa di Kursk –



Potrebbero interessarti anche...



**Publicità Comunicare in vacanza**



**C'è una fiducia da ristabilire per le riforme**



**Publicità Vantaggio di CHF 6'560.–**

10 minuti al giorno per imparare una lingua e la sua cultura.

Le previsioni errate sulla situazione dell'AVS tornano a minare la fiducia nelle istituzioni – Passata la bufera bisognerà venirne a una e riuscire a superare le contrapposizioni che frenano la ricerca di soluzioni sul finanziamento a medio termine del primo pilastro

Scoprite la PEUGEOT 2008 Allure Premium per soli CHF 29'590.–



## Il Venezuela di Maduro e l'incubo repressione

USA e Argentina hanno riconosciuto la vittoria del candidato dell'opposizione, molti altri Paesi hanno chiesto che i risultati del voto siano trasparenti



## Economia e redditi reali

La politica economica non deve più concentrarsi sul «benessere» dei mercati finanziari, ma sull'economia reale e sui redditi reali dei lavoratori

I più letti

**Infortunio** Perde conoscenza dopo un tuffo in piscina a Bellinzona, la sua vita è in pericolo

**Sinistro** Incidente in Valle Leventina: si ribalta con il quad, è grave

**Giudiziaria** «È evidente che l'imputata non ha 12 anni ma è maggiorenne»

**Calcio** I serbi provocano e a Thun rispunta il gesto dell'aquila

**Sanità** La nuova variante di vaiolo delle scimmie è arrivata in Europa

**Parigi 2024** Steven van de Velde piange in TV

**La diretta** Lukashenko: «Mosca e Kiev si siedano al tavolo dei negoziati e pongano fine alla guerra»

**Le Pagelle** Steffen è indispensabile, Zanotti irricognoscibile

**USA** Morte di Matthew Perry, in manette il suo assistente e due medici: «Gli hanno procurato la ketamina»

---

## Multimedia

Video

Podcast

---

## Servizi

Contatti

Pubblicità

CdT Club Card

CdT Eventi

Viaggi del Corriere

Immobiliari

Lavoro

Funebri

---

## Prodotti

La Domenica

Archivio Storico

LEco dello Sport

Il Corriere in TV

---

## Social

Facebook

Instagram

Twitter

YouTube

---

## App

CdT Live iOS

CdT Live Android

CdT E-paper – iOS

CdT E-paper – Android

---

## Gruppo Corriere del Ticino

La Fondazione

Teleticino

Radio3i

Ticinonews

Tessiner Zeitung

Condizioni di Utilizzo

Condizioni di Vendita

---



