



# Associazione *Amélie*

---

Centro di socializzazione  
Lugano-Pregassona

**PROGRAMMA**  
**2025/26**

**CORSI**

**ATTIVITÀ**

**EVENTI**

*Le volontarie e i volontari  
di Associazione Amélie,  
da 5 anni, sono un valore prezioso  
al servizio della comunità,  
con passione, competenza e dedizione.*





L'Associazione Amélie è un'organizzazione senza scopo di lucro attiva a Pregassona dal 2021 che si dedica con impegno a promuovere lo sviluppo sociale, l'inclusione e l'integrazione attraverso una varietà di attività rivolte a famiglie, bambini, anziani, richiedenti d'asilo e persone bisognose del quartiere.

La nostra sede principale **moderna e accogliente** è il Centro Amélie, situato in Via Ceresio 43. Qui, oltre a fornire il servizio di assistenza personalizzata «Un'ora per te», gestiamo anche lo «Sportello d'aiuto», un servizio di consulenza gratuito. Organizziamo inoltre corsi e attività diversificate, quali allenamento di calcio, Move Kids, yoga, corsi d'italiano, informatica e uso dello smartphone. Disponiamo anche di uno Spazio per giovani e de «Il Mondo di Amélie», dedicato ai bambini più piccoli.

La nostra missione è creare un ambiente accogliente e solidale, dove ogni individuo possa trovare supporto, opportunità di crescita e connessione con gli altri. Siamo orgogliosi di contribuire attivamente al tessuto sociale di Pregassona e di essere un punto di riferimento per chiunque cerchi servizi e attività orientati al benessere e all'integrazione.

Da Settembre 2025 siamo attivi con un nuovo Centro di socializzazione anche nel quartiere di Barbengo. Il **nuovo Centro Amélie** situato in via alle Brughetto 13 è uno spazio accogliente, moderno e rinnovato. Attualmente offriamo alla popolazione i seguenti servizi: Caffè Amélie, Spazio giovani, il mondo di Amélie, corsi di italiano e di yoga per adulti.

# I nostri sostenitori



Repubblica e Cantone Ticino



**RAIFFEISEN**



**Marco Imperadore**  
Presidente, fondatore

**Ihsan Alpen**  
Vice Presidente, fondatore

**Fatih Aksoy**  
Membro di comitato, responsabile amministrativo

**Indirizzo**  
Centro Amélie  
Via Ceresio 43  
6963 Pregassona

**Email**  
[info@associazioneamelie.ch](mailto:info@associazioneamelie.ch)  
[corsi@associazioneamelie.ch](mailto:corsi@associazioneamelie.ch)

**Sito**  
[www.associazioneamelie.ch](http://www.associazioneamelie.ch)



Associazione Amélie



Associazione Amélie



**YouTube**

Associazione Amélie



Associazione Amélie

**Dona ora con  
TWINT!**



Seleziona il codice QR  
con l'app TWINT



Conferma importo e  
donazione



**Donazioni all'Associazione**

**Conto postale:** 15-499348-8

**IBAN:** CH 35 0900 0000 1549 9348 8

**BIC:** POFICHBEXXX

a favore di:

**Associazione Amélie**

**6963 Lugano-Pregassona**

# INDICE

---

## CORSI

Corsi di italiano	7
Corsi di smartphone e tablet	8
Corsi di informatica e consulenza digitale	9
Corsi di yoga per adulti	10

## ATTIVITÀ

Il mondo di Amélie (mamma-bambino)	11
Spazio giovani (elementari)	12
Spazio giovani (medie)	13
Amélie Move Kids	14
Amélie calcio	15
Il salotto di Amélie	16
Sportello d'aiuto	17
Un'ora per te	18
Casetta Amélie	19
Orti condivisi	20

## EVENTI

Cult Amélie Festival	21
Colonia estiva	22
Gadget Shop	24
Atelier Amélie	26

**Tutti i corsi e le attività seguono il calendario scolastico**

---



## Corsi di italiano

I corsi sono aperti a tutte le persone adulte che provengono da altri Paesi o Cantoni e che desiderano imparare l'italiano.

Alla fine del corso viene rilasciato un attestato di frequenza.

Ai partecipanti al corso interessati, l'Associazione Amélie rimborsa il 50% del costo di un esame ufficiale di certificazione linguistica.



### **Livello A0**

Lunedì, giovedì dalle 11.00 alle 12.30

### **Livello A1**

Lunedì, giovedì dalle 8.45 alle 10.45

### **Livello A2**

Martedì, venerdì dalle 11.00 alle 13.00

### **Livello B1/B2**

Martedì, venerdì dalle 8.45 alle 10.45



Centro Amélie



Gratuito





## Corsi di smartphone e tablet

I corsi sono dedicati a tutti coloro che iniziano ad usare smartphone e tablet (iPhone – iPad – Apple) e che vogliono utilizzarli in modo autonomo nello svolgimento di semplici attività quotidiane. Andremo a vedere le impostazioni di base, interfaccia grafica, applicazioni, telefonate, e-mail, videochiamate, fotografie, messaggistica. Massimo 6 partecipanti.



Consultare il sito web



Centro Amélie



Gratuito







## Corsi di informatica

Per chi non ha esperienza con il computer e vuole iniziare ad entrare nel tema. Impara gli strumenti principali di Windows e inizia a conoscere il suo ambiente. Tratteremo nozioni di base (mouse, tastiera, programmi, finestre, file, cartelle, ecc.). Massimo 6 partecipanti.



Consultare il sito web



Centro Amélie



Gratuito

## Consulenze su spazi e servizi digitali

Con questi servizi ti aiuteremo a diventare più efficiente e organizzato nell'utilizzo del tuo spazio virtuale (computer, e-mail, cloud, backup...) e a prendere dimestichezza con il computer, il cellulare, il tablet e la navigazione in internet.

Solo su appuntamento telefonando dalle 17.30 alle 20.00 al numero 076 679 97 08  
**Fino a 30 min gratuita;** oltre, contributo libero all'Associazione



## Corsi di yoga per adulti

Attraverso posizioni dello yoga ed esercizi di respirazione ci concediamo un momento tutto per noi, per imparare ad ascoltare il nostro corpo, aumentare la nostra consapevolezza e rendere corpo e mente più morbidi per trovare un benessere generale migliore.



Lunedì 18.30 - 19.30



Centro Amélie



Gratuito





## Il mondo di Amélie (mamma-bambino da 1 a 3-4 anni)

Il mondo di Amélie è uno spazio di socializzazione per i bimbi da 1 a 3-4 anni che sono accompagnati dalle nostre volontarie e genitori, nonni, amici o parenti nella nostra sede **con spazi rinnovati e accoglienti**. Sono proposte varie attività culinarie, creative, musicali, uscite con l'obiettivo primario di socializzazione, **tutte le mattine e due pomeriggi alla settimana**.



Da lunedì a venerdì 9.00 - 11.00

~~Giovedì e venerdì 14.00 - 16.00~~



Centro Amélie



Gratuito





## Spazio giovani (elementari)

Un team di volontari si mette a disposizione per offrire attività divertenti e di svago (giochi, atelier, letture, musica, ecc.) per bambini/e delle scuole elementari, tra cui anche delle uscite ed escursioni mensili nonché tornei a tema. È presente un servizio gratuito di aiuto compiti. Il centro Amélie con i suoi **spazi rinnovati** dispone di calcetto, tavolo ping pong, TV, PS, Nintendo Switch, giochi di società, libreria, zona bar, angolo lettura. Il tutto si svolge in un ambiente accogliente, frizzante, simpatico e sereno, nel rispetto del regolamento interno. È previsto un momento di merenda offerta. Vi aspettiamo numerosi e carichi per trascorrere dei bei momenti in compagnia!



Mercoledì 15.00 - 17.00

Venerdì 17.00 - 19.00

Sabato 14.00 - 17.00



Centro Amélie



Gratuito





## Spazio giovani (medie)

Un team di volontari si mette a disposizione per offrire attività divertenti e di svago (giochi, atelier, letture, musica, ecc.) per ragazzi/e delle scuole medie, tra cui anche delle uscite ed escursioni mensili nonché tornei a tema. È presente un servizio gratuito di aiuto compiti. Il centro Amélie con i suoi **spazi rinnovati** dispone di calcetto, tavolo ping pong, TV, PS, Nintendo Switch, giochi di società, libreria, zona bar, angolo lettura. Il tutto si svolge in un ambiente accogliente, frizzante, simpatico e sereno, nel rispetto del regolamento interno. È previsto un momento di merenda offerta. Vi aspettiamo numerosi e carichi per trascorrere dei bei momenti in compagnia!



Mercoledì 17.00 - 19.00

Sabato 17.00 - 19.00



Centro Amélie



Gratuito





## Amélie Move Kids

Attività per i bambini dai 3 ai 7 anni che si propone di favorire lo sviluppo fisico, mentale e sociale attraverso giochi ed attività motorie. I piccoli partecipanti sono coinvolti in percorsi ludico-educativi che stimolano la loro creatività, il movimento e l'interazione con gli altri. Con Move Kids l'Associazione Amélie offre uno spazio dove ogni bambino può esplorare, imparare e divertirsi insieme agli animatori dell'Associazione.



**Domenica 10.00 - 11.30**



**Presso la palestra della  
Scuola media di Pregassona  
in via Terzerina, 6963 Pregassona**



**Gratuito**



## Amélie calcio

Gli allenamenti sono indirizzati a bambini che frequentano le Scuole elementari e medie e non sono agonistici. A tutti i ragazzi viene messo a disposizione un completo composto da maglietta personalizzata, calzoncini, calzettoni e felpa.

Sono previste delle partite amichevoli e dei tornei a cui partecipano anche squadre locali.



Domenica 10.00 - 11.30



Presso la palestra della  
Scuola media di Pregassona  
in via Terzerina, 6963 Pregassona



Gratuito





## Il salotto di Amélie

Spazio di convivialità presso il Centro Amélie aperto a tutte le persone adulte e della terza età che hanno il piacere di scambiare momenti di svago e quattro chiacchiere in allegria davanti a un caffè, un thé e dei biscotti. Vengono proposte diverse attività, tra cui tombola, karaoke, conferenze, presentazioni.



Venerdì 20.00 - 22.00



Centro Amélie



Gratuito







## Sportello d'aiuto

Lo sportello d'aiuto è un servizio di consulenza destinato a tutta la popolazione, in modo gratuito e nel pieno rispetto della vostra privacy e offre:

- orientamento nei servizi presenti sul territorio per sostenervi adeguatamente nelle vostre esigenze;
- accompagnamento fisico presso i vari servizi, sia del settore pubblico sia del settore privato; supporto nelle redazioni di CV e lettere formali;
- informazioni sulle assicurazioni e gli aiuti sociali.



Solo su appuntamento  
Chiamaci al numero 076 213 08 98  
Da lunedì a venerdì tra le 10.00 e le 17.00



Centro Amélie



Gratuito





## Un'ora per te

Questo servizio è pensato per gli anziani e persone sole. Dedichiamo del tempo prezioso per offrire assistenza personalizzata preziosa. Se desideri, uno dei nostri volontari sarà lieto di accompagnarti a fare la spesa, una passeggiata o semplicemente per scambiare due parole.



Solo su appuntamento  
Chiamaci al numero 076 448 35 24  
Da lunedì a venerdì tra le 14.00 e le 17.00



Gratuito



## Casetta Amélie

Oltre ad essere luogo di ritrovo per gli utilizzatori degli orti, è anche un punto d'incontro per i passanti, per i bambini e le famiglie che frequentano il parco giochi di Pregassona. Solitamente aperta nei pomeriggi di mercoledì, sabato e domenica, a dipendenza delle condizioni meteo e della disponibilità dei volontari.

Alla casetta è possibile ricevere informazioni sulle attività e sui corsi proposti al Centro Amélie, socializzare davanti a un caffè, bibite calde e fredde, snack e gelati disponibili a prezzi popolari. La Casetta Amélie funge anche da Info-point per la Commissione di quartiere di Pregassona.



Mercoledì, sabato, domenica al pomeriggio  
Solo con condizioni meteo favorevoli



Parco giochi di Via industria



Pagamento in contanti o con





## Orti condivisi

Gli orti condivisi sono stati realizzati vicino al parco giochi e lungo il sentiero del Cassarate. Sono presenti 20 cassette a disposizione della popolazione del quartiere. Le iscrizioni sono sempre aperte. È possibile mettersi in lista di attesa.



Parco giochi di via industria



Gratuito





## Cult Amélie Festival

Da maggio a settembre presso la **Casetta Amélie**, all'interno del parco giochi di Via Industria, si svolge il Cult Amélie, festival di cultura creativa e urbana. Si tratta di eventi all'aperto durante le serate estive che vedono protagonisti attori, cantanti, artisti...

Sono previsti laboratori, spettacoli, concerti, letture interpretate, proiezioni di film open-air, racconti, danza, yoga, ed è **completamente gratuito**. Il programma dettagliato lo trovate nel nostro sito [www.associazioneamelie.ch](http://www.associazioneamelie.ch)



Da Maggio a Settembre



Parco giochi di Via industria



Gratuito



EVENTI

# N'ESTATE DI EMOZIONI

EVENTI

OGNI GIORNO ATTIVITÀ ALL'ARIA APERTA  
ESCURSIONI, GIOCHI D'ACQUA,  
LAB CREATIVI E ATTIVITÀ CHE AIUTERANNO  
I TUOI BAMBINI A COMPRENDERE  
E GESTIRE LE PROPRIE EMOZIONI

**Kreiamoci**  
Kreiamo valore per le famiglie

in collaborazione con

 Associazione  
Amélie

 Commissione  
di quartiere  
di Pregassona

## COLONIA ESTIVA

INFO E ISCRIZIONI [www.kreiamoci.ch](http://www.kreiamoci.ch)



## Colonia estiva

Durante il mese di agosto, grazie all'Associazione Kreiamoci, in collaborazione con l'Associazione Amélie e la Commissione di quartiere di Pregassona, viene proposta la colonia diurna rivolta ai bambini dai 3 ai 10 anni, presso il Capannone delle feste di Pregassona.

Ad agosto, dal lunedì al venerdì, per quattro settimane, verranno dunque proposte attività ludiche, creative e nella natura, offrendo così ai bambini un'occasione per incontrarsi all'insegna dell'amicizia e del divertimento. Il tutto assicurando ai partecipanti lo svolgimento delle attività in sicurezza e nel rispetto delle normative di protezione vigenti.

Si vuole ricordare che da parte dell'Associazione Amélie ci sarà un sostegno finanziario alle famiglie bisognose, con riduzione della quota di partecipazione.

Per date e iscrizioni compilare il formulario disponibile sul sito  
[www.kreiamoci.ch](http://www.kreiamoci.ch)





Marco Imperadore

## Una giornata speciale con Amélie

Ciao! Mi chiamo Amélie e nel mio libro voglio raccontarti la mia giornata speciale.  
Puoi comprarlo in libreria, alla Casetta Amélie a Pregassona e sul sito web [www.associazioneamelle.ch](http://www.associazioneamelle.ch)

Il ricavato sarà devoluto all'Associazione Amélie e sarà utilizzato per sostenere i suoi progetti e le sue attività.

Ascolta o scarica il brano esclusivo creato per «Una giornata speciale con Amélie» su Spotify e iTunes.

**Fontanaedizioni**



Associazione Amélie

Illustrazioni di  
Lisa Albizzati



UNA GIORNATA  
SPECIALE CON AMÉLIE

CHF 22.00



BORRACCIA

CHF 19.00



BORSA  
CON COULISSE

CHF 9.00



MARSUPIETTO

CHF 8.00



OMBRELLO PIEGHEVOLE  
A SCATTO

CHF 19.00



PENNA

CHF 5.00



BLOCCO NOTE

CHF 9.00



ZAINO

CHF 28.00



TAZZA

CHF 10.00





BORSETTA  
A TRACCOLLA

CHF 13.00



CAPPELLINO  
BIANCO-BLU

CHF 10.00



CAPPELLINO  
BIANCO

CHF 10.00



PORTACHIAVI

CHF 7.00



PORTAMONETE

CHF 5.00

Visita il nostro shop e sostieni l'associazione acquistando ONLINE i nostri gadget

[associazioneamelie.ch/negozi](https://associazioneamelie.ch/negozi)



## Compleanni, feste e conferenze

Le nostre sale e spazi sono disponibili a richiesta per piccoli eventi di famiglia, feste di compleanno conferenze o riunioni per un massimo di 20 persone.



[associazioneamelie.ch/attivita/compleanni-feste-e-conferenze](https://associazioneamelie.ch/attivita/compleanni-feste-e-conferenze)



**Vieni  
a trovarci!**

## Cosa troverai da noi?

- Abiti e oggetti usati per tutte le età a prezzi accessibili
- Artigianato locale e gadget ufficiali dell'Associazione Amélie
- Un accogliente angolo caffè per socializzare
- Un laboratorio per rammendi e corsi di cucito per grandi e piccini
- Uno spazio da affittare per corsi, workshop e altro



076 785 53 39



Via Fola 4, 6963 Pregassona-Lugano



Da lunedì a venerdì dalle 14.00 alle 18.00, sabato dalle 10.00 alle 14.00

Seguici su



**Atelier Amélie**  
Recycled fashion & Shop





Associazione *Amélie*

Centro di socializzazione

TI ASPETTIAMO

# NUOVA APERTURA A BARBENGO



Da Settembre 2025 l'Associazione Amélie mette a disposizione un nuovo centro di socializzazione nel Quartiere di Barbengo in Via alle Brughetto 13.

Uno spazio moderno, accogliente, aperto a tutta la popolazione, con corsi, attività, sale per feste e compleanni, incontri e riunioni per associazioni e aziende.

E in più un baretto di quartiere analcolico con caffè, bibite, merendine, gelati, giornali e riviste.

- Caffè Amélie (caffetteria di quartiere)
- Spazio giovani (elementari e medie)
- Yoga per adulti
- Corsi di informatica e smartphone
- Corsi di Italiano (livelli A0, A1)
- Il mondo di Amélie (spazio mamma - bambino da 1 a 4 anni)



UN LUOGO DI INCONTRO, CONDIVISIONE E PARTECIPAZIONE



Associazione *Amélie*

---

Centro di socializzazione