



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 Brughette 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



«ici, insieme qui.» fa parte dell'impegno sociale del Gruppo Migros:
migros-engagement.ch



Commissione
di quartiere
di Pregassona

Repubblica e Cantone Ticino
DECS



Repubblica e Cantone
Ticino



RAIFFEISEN



Città
di Lugano

Réseau
Rete
Netzwerk | Caring
Communities



EXEO
MEDIA E COMUNICAZIONE

fizzy
gazzosa ticinese



Volontariato
Ticino



Farmacia Bezzoreda SA
Via Ceresio 45, CH-6800 Pregassona

FARMACIE
Contrada dei Patrizi
VIGANELLO - PREGASSONA - MOLINO NUOVO - MENDRISO - MONUCCO



Fondazione
Enak Enda

Fontana print
la tua tipografia in Ticino

Bignasca
PANETTERIA - PASTICCERIA
dal 1911

VICARIDECO
CH-6900 Lugano T. +41 79 239 03 47
www.vicarideco.ch

dick
DICK & FIGLII SA
TECNICA E ARREDAMENTO PER L'UFFICIO E L'INDUSTRIA

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
corsi@associazioneamelie.ch

Sito
www.associazioneamelie.ch

 Associazione Amélie

 Associazione Amélie

 **YouTube**
Associazione Amélie

 Associazione Amélie

**Dona ora con
TWINT!**

 Scansiona il codice QR
con l'app TWINT
 Conferma importo e
distribuzione



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



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



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



Gratis





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



Gratis





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



Gratis

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



Gratis





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

Il mondo di Amélie è uno spazio di socializzazione per i bambini 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



Gratis





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, librerie, 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



Gratis





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, librerie, 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



Gratis





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



Gratis



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



Gratis





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 sguardo 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



Gratis





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



Gratis





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**



Gratis



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



Gratis





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



Da Maggio a Settembre



Parco giochi di Via industria



Gratis



EVENTI

EVENTI

N'ESTATE DI EMOZIONI

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



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



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.associazioneamelie.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.

Fontanaeditioni



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 TRACOLLA
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

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



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



RI-USO E INCONTRO



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 Brughette 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 Ao, 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