

Lugano over 65

Guida ai servizi



Lugano over 65



Città di Lugano
Socialità
www.lugano.ch

Con il sostegno della Fondazione
Maddalena e Alfredo Airoldi

Lugano over 65

Guida ai servizi



Lugano over 65

Guida ai servizi

Lugano over 65 è una pubblicazione prodotta dalla Divisione socialità nell'ambito del suo mandato di informazione al cittadino. La sua finalità è di fornire indicazioni utili per orientare la popolazione anziana e i suoi familiari nella miriade di servizi e iniziative a lei rivolti. Uscita nel 2008 e nel 2014, è stata aggiornata nei contenuti e nell'esposizione grafica, sulla scorta di quanto emerso dalle edizioni precedenti. Le informazioni contenute sono puntuali e una breve introduzione serve al lettore per ritrovare, nei vari livelli tematici, le informazioni che sta cercando.

Trovare un'esposizione adeguata dei servizi che si rivolgono a differenti livelli di autonomia e di risorse personali non è facile. In questo equilibrio di esigenze risiede l'interesse che la guida può suscitare nei confronti di una popolazione molto eterogenea per bisogni, opportunità e difficoltà riscontrate.

Oltre alla promozione di una longevità attiva, l'intento di questa nuova edizione è di avvicinare maggiormente anche i familiari curanti, risorse preziose per la nostra società in quanto permettono alle persone bisognose di assistenza di continuare a vivere al proprio domicilio. La guida si rivolge anche a loro come supporto informativo per affrontare al meglio la quotidianità.

Alla lettrice o al lettore - che si avvicini a questa pubblicazione per interessi personali o per intenti di cura - auguriamo che possa trovare le informazioni di cui necessita e alcuni suggerimenti utili per pensare - dopo l'emergenza sanitaria - il ritorno alla normalità.

Il Municipio

Sommario

CAPITOLO 1

Consulenza e supporto economico

pag. 7 | 20

- 1.1 Sussidi comunali e cantonali
- 1.2 Prestazioni complementari (PC)
- 1.3 Assegno Grandi Invalidi (AGI)
- 1.4 Contributi e assegni per mezzi ausiliari
- 1.5 Gestione del budget mensile e consulenza amministrativa
- 1.6 Altre prestazioni

CAPITOLO 2

Assistenza giuridica

pag. 21 | 28

- 2.1 Testamento
- 2.2 Misure di protezione della persona
- 2.3 La direttiva anticipata o testamento biologico
- 2.4 Altre prestazioni giuridiche

CAPITOLO 3

Aiuti in casa

pag. 29 | 42

- 3.1 Assistenza / aiuto domiciliare
- 3.2 Sostegno ai familiari curanti
- 3.3 Coinvolgimento di amici e familiari
- 3.4 Visite a domicilio
- 3.5 Cure mediche, terapie e riabilitazione a domicilio
- 3.6 Mezzi ausiliari
- 3.7 Pasti a domicilio
- 3.8 Pedicure medica a domicilio
- 3.9 Servizi di economia domestica
- 3.10 Servizio badanti
- 3.11 Prestito di libri a domicilio

CAPITOLO 4

Prevenzione

pag. 43 | 48

- 4.1 Prevenzione degli incidenti domestici e di malattie
- 4.2 Telesoccorso
- 4.3 Telefono Amico Ticino e Grigioni italiano
- 4.4 Servizio promozione e qualità di vita
- 4.5 Gruppi di Auto-Aiuto

CAPITOLO 5

Fuori casa

pag. 49 | 62

- 5.1 Trasporto per chi non è autonomo
- 5.2 Corsi di preparazione al pensionamento
- 5.3 Tempo libero, corsi e formazione
- 5.4 Centri diurni
- 5.5 Attività di movimento
- 5.6 Centri per terapie e riabilitazione
- 5.7 Vacanze, viaggi, escursioni
- 5.8 Brevi escursioni
- 5.9 Vita civica e volontariato

CAPITOLO 6

Sconti e agevolazioni

pag. 63 | 66

- 6.1 Flexicard
- 6.2 Lugano Card

CAPITOLO 7

Sicurezza

pag. 67 | 70

- 7.1 L'Agente di quartiere
- 7.2 La sicurezza degli anziani

CAPITOLO 8

Servizi e strutture

pag. 71 | 92

- 8.1 Servizi socio-territoriali
- 8.2 LIS - Lugano Istituti Sociali
- 8.3 Casa Serena
- 8.4 Centro L'Orizzonte
- 8.5 Centro La Piazzetta
- 8.6 Residenza al Castagneto
- 8.7 Residenza alla Meridiana
- 8.8 Residenza Gemmo
- 8.9 Strutture in fase di realizzazione
- 8.10 Altre Case di cura convenzionate con la Città di Lugano
- 8.11 Altre case di cura

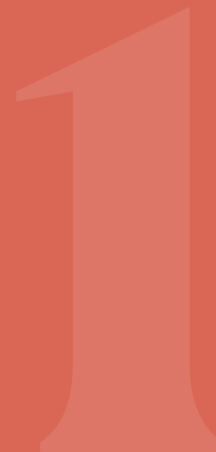
CAPITOLO 9

Enti e associazioni presenti nella guida

pag. 93 | 115

Consulenza e supporto economico

- 1.1 Sussidi comunali e cantonali
- 1.2 Prestazioni complementari (PC)
- 1.3 Assegno Grandi Invalidi (AGI)
- 1.4 Contributi e assegni per mezzi ausiliari
- 1.5 Gestione del budget mensile e consulenza amministrativa
- 1.6 Altre prestazioni



1.1

SUSSIDI COMUNALI E CANTONALI

Informazioni e inoltro richieste

I sussidi sono una sovvenzione in denaro a cui la Confederazione, il Cantone o il Comune provvedono nel caso in cui il beneficiario dell'AVS si trovi confrontato con ristrettezze economiche.

A chi è rivolta la prestazione

Hanno diritto di presentare la richiesta di un sussidio solo i beneficiari di una rendita federale (AVS, AI, Orfani e Vedovanza). L'assegnazione del sussidio è stabilita dall'autorità competente in materia.

Costo

Gratuito.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

DIPARTIMENTO DELLA SANITÀ E DELLA SOCIALITÀ

Ufficio degli anziani e delle cure a domicilio

Prestazioni cantonali per il mantenimento a domicilio di persone anziane o invalide, non autosufficienti (aiuti diretti)

091 814 70 21

dss-uacd@ti.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Informazioni, inoltro richieste e sussidi

art. 17 LCP

091 912 17 17

info@prosenectute.org

UFFICIO INTERVENTO SOCIALE (UIS)

Erogazione sussidi comunali, inoltro richieste sussidi cantonali (cassa malati)

e assistenza sociale

058 866 74 80

uis@lugano.ch

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

Informazioni

091 912 17 07

info.ti@alz.ch

ASSOCIAZIONE PENSIONATI COMUNALI DELLA CITTÀ DI LUGANO

Informazioni

091 942 17 83

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO Volontariato e assistenza per il paziente oncologico

Informazioni e inoltro richieste

079 785 32 77

sottoceneri@triangolo.ch

DIABETE TICINO

Informazioni

091 826 26 78

info@diabeteticino.ch

GENERAZIONEPIÙ - ANZIANI OCST

Informazioni

Segretariato cantonale

091 910 20 21

info@generazionepiu.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Informazioni e inoltro richieste

091 973 22 80

info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Informazioni e inoltro richieste

091 820 64 20

091 820 64 40 (assistenti sociali e coordinamento volontari)

info@legacancro-ti.ch

PARKINSON SVIZZERA

Informazioni

091 755 12 00

info.ticino@parkinson.ch

PATRONATO ACLI

Informazioni e inoltro richieste

091 923 97 16

lugano@patronato.acli.it

SERVIZIO ACCOMPAGNAMENTO SOCIALE (SAS)

Tramite Ufficio Intervento Sociale (UIS)

058 866 87 00

sas@lugano.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Informazioni, consulenza e inoltro richieste

091 922 61 10

info@sclerosi-multipla.ch

SOCIETÀ TICINESE PER L'ASSISTENZA DEI CIECHI

Informazioni e inoltro richieste

091 913 67 00

info@stac-lugano.ch

1.2

PRESTAZIONI COMPLEMENTARI (PC)

Informazioni e inoltre richieste

I beneficiari di una rendita AVS che vivono in Svizzera hanno diritto alle prestazioni complementari se le spese riconosciute superano le entrate computabili. Così come l'Assegno Grandi Invalidi e i contributi AVS ai mezzi ausiliari, le PC sono un diritto. I contributi coprono i costi legati all'assicurazione malattia quali premi, partecipazioni, franchigia, spese per l'aiuto domestico, cure dentarie. Inoltre, chi beneficia delle PC viene esonerato dalla tassa di ricezione radio-tv. Tramite un calcolo su base annua, le PC offrono anche un versamento mensile in contanti ai beneficiari cui è riconosciuto un ammanco considerevole dei redditi rispetto al fabbisogno vitale.

A chi è rivolta la prestazione

Hanno diritto di presentare la richiesta di PC i beneficiari di una rendita federale (AVS, AI, Orfani e Vedovanza). Per i cittadini di paesi con i quali la Svizzera non ha concluso una convenzione di sicurezza sociale, si applica una durata minima di domicilio ininterrotto di 10 anni. La richiesta viene valutata dalla Cassa Cantonale di Compensazione.

Costo

Gratuito.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

AGENZIA AVS

Informazioni e inoltre richieste
058 866 74 70
avs@lugano.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Informazioni, inoltre richieste
091 912 17 17
info@prosenectute.org

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

Informazioni
091 912 17 07
info.ti@alz.ch

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO

Volontariato e assistenza per il paziente oncologico

Informazioni e inoltre richieste
079 785 32 77
sottoceneri@triangolo.ch

DIABETE TICINO

Informazioni
091 826 26 78
info@diabeteticino.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Informazioni e inoltre richieste
091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Informazioni e inoltre richieste
091 820 64 20
091 820 64 40 (assistenti sociali e coordinamento volontari)
info@legacancro-ti.ch

PARKINSON SVIZZERA

Informazioni
091 755 12 00
info.ticino@parkinson.ch

PATRONATO ACLI

Informazioni e inoltre richieste
091 923 97 16
lugano@patronato.acli.it

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Informazioni, consulenza e inoltre richieste
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

SOCIETÀ TICINESE PER L'ASSISTENZA DEI CIECHI

Informazioni e inoltre richieste
091 913 67 00
info@stac-lugano.ch

UNITAS

Per utenti ciechi e ipovedenti. Informazioni e inoltre richieste per PC
091 735 69 00
info@unitas.ch

1.3

ASSEGNO GRANDI INVALIDI

Informazioni e inoltrare richieste

L'Assegno Grandi Invalidi (AGI) è un contributo distribuito dalla Cassa di Compensazione AVS per persone disabili - a un grado esiguo (solo se a domicilio), medio o elevato - che non riescono più ad essere autonome nello svolgimento delle azioni quotidiane o che, oltre all'assistenza, necessitano di sorveglianza.

A chi è rivolta la prestazione

L'AGI è versato unicamente a beneficiari di rendite AVS o di Prestazioni Complementari domiciliati e residenti in Svizzera, che hanno perso autonomia da almeno un anno.

Costo

Gratuito.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

CASSA CANTONALE DI COMPENSAZIONE

Istituto delle Assicurazioni Sociali

Informazioni, moduli e inoltrare richieste
091 821 91 11
ias@ias.ti.ch

AGENZIA AVS

Informazioni e inoltrare richieste
058 866 74 70
avs@lugano.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Informazioni, inoltrare richieste
091 912 17 17
info@prosenectute.org

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

Informazioni
091 912 17 07
info.ti@alz.ch

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO Volontariato e assistenza per il paziente oncologico

Informazioni e inoltrare richieste
079 785 32 77
sottoceneri@triangolo.ch

DIABETE TICINO

Informazioni
091 826 26 78
info@diabeteticino.ch

GENERAZIONEPIÙ - ANZIANI OCST

Informazioni e inoltrare richieste
091 910 20 21
info@generazionepiu.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Informazioni e inoltrare richieste
091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Informazioni e inoltrare richieste
091 820 64 20
091 820 64 40 (assistenti sociali e coordinamento volontari)
info@legacancro-ti.ch

PARKINSON SVIZZERA

Informazioni
091 755 12 00
info.ticino@parkinson.ch

PATRONATO ACLI

Informazioni e inoltrare richieste
091 923 97 16
lugano@patronato.acli.it

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Informazioni, consulenza e inoltrare richieste
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

SOCIETÀ TICINESE PER L'ASSISTENZA DEI CIECHI

Informazioni e inoltrare richieste
091 913 67 00
info@stac-lugano.ch

UNITAS

Per utenti ciechi e ipovedenti.
Informazioni e inoltrare richieste per PC e AGI (assegno grandi invalidi)
091 735 69 02
servizio.tiflogico@unitas.ch

1.4

CONTRIBUTI E ASSEGNI PER MEZZI AUSILIARI

Informazioni e inoltro richieste

Contributi destinati a chi necessita di supporti costosi per la propria mobilità, per stabilire contatti interpersonali o, in generale, per poter vivere autonomamente. Ad esempio, sono previsti contributi per apparecchi acustici e per sedie a rotelle.

A chi è rivolta la prestazione

Può beneficiarne chi percepisce una rendita AVS o le Prestazioni Complementari, è domiciliato e residente in Svizzera. Ne può far richiesta l'utente che abbisogna di apparecchi per spostarsi, per avere una vita sociale e per provvedere autonomamente alla propria persona.

Costo

Gratuito.

> v. cap. 3.6 Mezzi ausiliari

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

CASSA CANTONALE DI COMPENSAZIONE

Istituto delle Assicurazioni Sociali

Informazioni, moduli e inoltro richieste
091 821 91 11
ias@ias.ti.ch

AGENZIA AVS

Consulenza e inoltro richieste
058 866 74 70
avs@lugano.ch

ATTE

Associazione Ticinese Terza Età

Informazioni, inoltro richieste, consulenza
091 850 05 50
atte@atte.ch
info@atteluganese.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Consulenza e inoltro richieste
091 912 17 17
info@prosenectute.org

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO Volontariato e assistenza per il paziente oncologico

Informazioni e inoltro richieste
079 785 32 77
sottoceneri@triangolo.ch

DIABETE TICINO

Informazioni
091 826 26 78
info@diabeteticino.ch

FEDERAZIONE SVIZZERA DI CONSULENZA SUI MEZZI AUSILIARI (FSCMA) Centro di competenza per i mezzi ausiliari

Consulenza e inoltro richieste
091 858 31 01
fscma.quartino@sahb.ch

GENERAZIONEPIÙ - ANZIANI OCST

Informazioni
091 910 20 21
info@generazionepiu.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Informazioni e inoltro richieste
091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Informazioni e inoltro richieste
091 820 64 20
091 820 64 40 (assistenti sociali e
coordinamento volontari)
info@legacancro-ti.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL REUMATISMO

Informazioni, consulenza e
inoltro richieste
091 825 46 13
info.ti@rheumaliga.ch

PARKINSON SVIZZERA

Informazioni
091 755 12 00
info.ticino@parkinson.ch

PATRONATO ACLI

Informazioni e inoltro richieste
091 923 97 16
lugano@patronato.acli.it

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Consulenza e inoltro richieste
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

SOCIETÀ TICINESE PER L'ASSISTENZA DEI CIECHI

Informazioni e inoltro richieste
091 913 67 00
info@stac-lugano.ch

UNITAS

Per utenti ciechi e ipovedenti.
Informazioni, consulenza e
inoltro richieste
091 735 69 02
info@unitas.ch
servizio.tiflogico@unitas.ch

1.5

GESTIONE DEL BUDGET MENSILE E CONSULENZA AMMINISTRATIVA

Informazioni e inoltro richieste

In caso di difficoltà nell'amministrare le proprie spese mensili, nel valutare costi imprevisti e nel disporre di conseguenza del denaro necessario, è possibile avvalersi del sostegno di enti e associazioni che offrono consulenza ed elargiscono supporto pratico per la gestione oculata del proprio denaro. Inoltre, a dipendenza dei servizi offerti dai vari enti, è possibile ottenere un sostegno nel gestire la propria amministrazione, nell'effettuare pagamenti mensili, nel richiedere documenti e formulari, così come nel redigere lettere o compilare la dichiarazione delle imposte.

A chi è rivolto il servizio

Tutti.

Costo

Eventuali costi che derivano da tale servizio variano dall'ente o dall'associazione che lo eroga.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

CARITAS TICINO

091 936 30 20
serviziosociale@caritas-ticino.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Servizio fiduciario
091 912 17 17
info@prosenectute.org

UFFICIO INTERVENTO SOCIALE (UIS)

058 866 74 80
uis@lugano.ch

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO

Volontariato e assistenza per il paziente oncologico

Consulenza globale
079 785 32 77
sottoceneri@triangolo.ch

DIABETE TICINO

Informazioni
091 826 26 78
info@diabeteticino.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Preparazione lettere, supporto per questioni finanziarie
091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Consulenza e supporto in ambito assicurativo, amministrativo e finanziario
091 820 64 20
091 820 64 40 (assistenti sociali)
info@legacancro-ti.ch

PATRONATO ACLI

Informazioni e inoltro richieste
091 923 97 16
lugano@patronato.acli.it

SERVIZIO ACCOMPAGNAMENTO SOCIALE (SAS)

Servizio e consulenza
058 866 87 00
sas@lugano.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Consulenza assicurativa e finanziaria
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

SOCIETÀ TICINESE PER L'ASSISTENZA DEI CIECHI

Consulenza globale
091 913 67 00
info@stac-lugano.ch

UNITAS

Consulenza globale
091 735 69 02
servizio.tiflologico@unitas.ch

Prevenzione all'indebitamento eccessivo

Prevenire le difficoltà finanziarie è un modo lungimirante per affrontare più serenamente il passaggio al pensionamento. Una corretta gestione del budget è un fattore di protezione importante per evitare di trovarsi in difficoltà. Le strategie per ridurre le uscite possono essere tante, per questo motivo la Città di Lugano, in collaborazione con il Piano cantonale Il franco in tasca e l'OCST, offre corsi gratuiti di gestione del budget ai neopensionati.

DIVISIONE SOCIALITÀ

Tel. 058 866 74 57
socialita@lugano.ch

Approfondimento

"Zero, cento, mille. Dieci consigli per gestire il budget di casa", pubblicazione gratuita della Divisione Socialità

Siti d'interesse

www.ilfrancointasca.ch
www.budgetberatung.ch

Per consulenze sui debiti e sulla gestione finanziaria

Numero verde di Caritas Ticino
0800 20 30 30

Associazione SOS Debiti

091 630 27 51

ACSI - Associazione delle consumatrici e dei consumatori della Svizzera italiana

091 922 97 55

Progetto REBUS - rete di budget sostenibile - nato dalla collaborazione tra Caritas Ticino, SOS Debiti e ACSI

www.rebusdeisoldi.ch,
info@rebusdeisoldi.ch

1.6

ALTRE PRESTAZIONI

Informazioni e inoltro richieste

Con "altre prestazioni" s'intendono contributi finanziari volti ad aiutare le persone in difficoltà a superare periodi di indigenza economica.

A chi è rivolto il servizio

Chi tecnicamente non può beneficiare di Prestazioni Complementari, Assegno Grandi Invalidi e Contributi per mezzi ausiliari, ma necessita tuttavia di supporti, può far capo ai servizi che forniscono prestazioni finanziarie uniche o periodiche per i bisogni non coperti.

Costo

Gratuito.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

UFFICIO INTERVENTO SOCIALE

058 866 74 80
uis@lugano.ch

PRESTAZIONI SOCIALI COMUNALI

Sono definite dal Regolamento comunale in ambito sociale consultabile sul sito www.lugano.ch.

Il sostegno risponde in caso di garanzia per la locazione di un alloggio, spese per la salute o per cure odontoiatriche, per eventi straordinari o bisogni puntuali.

Per beneficiarne bisogna essere domiciliati a Lugano da almeno 3 anni, per gli stranieri possedere un permesso B o C, e avere limiti di reddito e di sostanza verificabili attraverso il calcolatore online.

Le prestazioni vengono negate se il richiedente è in mora con le imposte o è soggetto a particolari disposizioni di sussidiamento federali o cantonali.

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA Sezione Ticino

Informazioni
091 912 17 07
info.ti@alz.ch

ASSOCIAZIONE ITALIANA DI LUGANO PER GLI ANZIANI

ASSOCIAZIONE OSPEDALE ITALIANO DI LUGANO

Sostegno finanziario
091 970 20 27
aila-oil@bluewin.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Aiuti finanziari in situazioni di disagio economico legato alla malattia
091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Aiuti finanziari in situazioni di disagio economico legato alla malattia
091 820 64 20
091 820 64 40 (assistenti sociali)
info@legacancro-ti.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Aiuti Finanziari Individuali (AFI) e interventi per favorire aiuti da altre Fondazioni o Associazioni
091 912 17 17
info@prosenectute.org

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Consulenza assicurativa e finanziaria
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

UNITAS

Aiuti finanziari ai soci (Fondazioni Unitas e Rulfo)
091 735 69 02
servizio.tiflologico@unitas.ch

Assistenza giuridica

- 2.1 Testamento
- 2.2 Misure di protezione della persona
- 2.3 La direttiva anticipata o testamento biologico
- 2.4 Altre prestazioni giuridiche



2.1

TESTAMENTO

Informazioni e consulenza

Definita “ultima volontà” o “disposizione di ultima volontà”, il testamento fa sì che i nostri ultimi desideri vengano realizzati dopo la nostra morte. Con un testamento possiamo infatti intervenire sulla divisione dell'eredità e designare i nostri eredi. Nello stilare un testamento è importante tener presente la cosiddetta “porzione legittima”, ovvero la parte di eredità che non può essere tolta a un erede (figli, coniuge, genitori). I restanti beni, detti “porzione disponibile”, possono essere devoluti a un erede di nostra scelta, un amico, un compagno non legato dal vincolo del matrimonio o un ente.

A chi è rivolta la prestazione

A tutti.

Costo

I costi di consulenza notarile variano a dipendenza del valore e della successione per un importo massimo di CHF 25'000.- (art. 5 della Legge sulla tariffa notarile, RS 3.2.2.2.).

Chi fornisce la prestazione

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Informazioni e consulenza
091 820 64 20
091 820 64 40 (assistenti sociali)
info@legacancro-ti.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Informazioni e consulenza
091 912 17 17
info@prosenectute.org
Pubblicazione “Un dono che dura nel tempo. Consigli utili per fare testamento” scaricabile dal sito www.pro-senectute.ch

GLOSSARIO

Il Testamento olografo

è giuridicamente valido solo se scritto interamente a mano, intitolato “Testamento”, con indicazioni di luogo e data, e firmato; allegato deve inoltre esserci un certificato medico attestante la propria capacità di intendere e di volere al momento della stesura.

Il Testamento pubblico:

è invece redatto da un notaio o da un altro pubblico ufficiale, alla presenza di due testimoni.

2.2

MISURE DI PROTEZIONE DELLA PERSONA

Informazioni e consulenza

L'Autorità Regionale di Protezione (ARP) istituisce le misure di protezione previste nel Codice Civile Svizzero a favore delle persone che a causa di disabilità mentale, turba psichica o di un analogo stato di debolezza inerente alla loro persona non riescono a provvedere ai propri interessi (cura della persona, interessi patrimoniali e relazioni giuridiche) o a delegarne l'esecuzione a terzi.

A chi si indirizza

Domiciliati nel Comune di Lugano.

Costo

I costi delle misure di protezione sono a carico della persona che ne beneficia se la situazione patrimoniale lo consente. Per ulteriori informazioni rivolgersi all'Autorità Regionale di Protezione (ARP).

Autorità competente

SEGRETARIATO AUTORITÀ REGIONALE DI PROTEZIONE 3

058 866 61 40
arp3@lugano.ch

2.3

LA DIRETTIVA ANTICIPATA O TESTAMENTO BIOLOGICO

Il 1º gennaio 2013 è entrata in vigore la nuova normativa sulla protezione degli adulti nel Codice Civile Svizzero, che riconosce legalmente una misura - la direttiva anticipata - che permette al paziente di concretizzare il suo diritto di autodeterminazione in situazioni in cui non fosse più in grado di esternare la propria volontà.

La direttiva, definita anche testamento biologico, deve essere scritta e firmata di proprio pugno e in assenza di qualsiasi tipo di costrizione. Può essere tenuta con sé o depositata presso un'associazione assistenziale. Per semplificarne la redazione, esistono moduli e formulari conformi alle disposizioni di legge, come il Docupass di Pro Senectute. Ci si può far consigliare dal proprio medico di famiglia o da alcuni enti che offrono servizi per gli anziani. È sempre possibile annullarla o apporre delle modifiche. Viene applicata unicamente quando la persona non è capace di discernimento, altrimenti fa stato la sua attuale volontà.

A chi è rivolto il servizio

Per tutti.

Costo

Varia dall'ente o dall'associazione che lo eroga.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

ACSI

Associazione consumatrici e consumatori della Svizzera italiana

Manuale sulle direttive anticipate
e sul mandato precauzionale
091 922 97 55
acsi@acsi.ch

CROCE ROSSA SVIZZERA

Informazioni e guida alle direttive
anticipate
direttiveanticipate@crocerossaticino.ch
<https://previdenza.redcross.ch>

ORGANIZZAZIONE SVIZZERA DEI PAZIENTI

Consulenza nella stesura delle direttive
del paziente e del mandato precauzionale
091 826 11 28
ti@spo.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Guida, consulenza, Docupass.
Corsi specifici sulla compilazione
del Docupass
091 912 17 17
info@prosenectute.org
www.pro-senectute.ch/docupass

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA Sezione Ticino

Informazioni e guida
alle direttive anticipate
091 912 17 17
info.ti@alz.ch

FONDAZIONE HOSPICE TICINO

Informazioni e guida alle direttive
anticipate, promozione della
pianificazione anticipata delle cure
091 972 19 77
hospice.lugano@hospice.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Informazioni, guida alle direttive
091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Informazioni, guida alle direttive
anticipate
091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch

PARKINSON SVIZZERA

Informazioni, guida alle direttive
anticipate
091 755 12 00
info.ticino@parkinson.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Informazioni, guida alle direttive
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

2.4

ALTRE PRESTAZIONI GIURIDICHE

Informazioni e consulenza

Per altre prestazioni giuridiche si intende l'aiuto in caso di controversie con implicazioni giuridiche, consulenze e prestazioni legali di diverso genere per persone che, per svariati motivi, sono impossibilitate o non sono in grado di difendere i propri diritti e interessi. In particolare il Servizio di consulenza giuridica dell'Ordine degli Avvocati del Cantone Ticino (OATi) offre, a prezzi contenuti, l'aiuto e un primo consiglio di un avvocato.

A chi è rivolto il servizio

A tutti.

Costo

Eventuali costi che derivano da tale servizio variano dall'ente o dall'associazione che lo eroga.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

In caso di controversie quotidiane
091 912 17 17
info@prosenectute.org

SERVIZIO DI CONSULENZA DELL'ORDINE DEGLI AVVOCATI DEL CANTONE TICINO

Consigli giuridici di natura preliminare, informazioni su uffici e autorità competenti, primo orientamento sulle procedure.

Su appuntamento, ex Municipio di Castagnola
091 682 95 61
info@oati.ch

Per utenza specifica

ACSI

Associazione consumatrici e consumatori della Svizzera italiana

Consulenza pazienti (solo per abbonati) e casse malati (per tutti)
091 922 97 55
acsi@acsi.ch

CONSULENZA GIURIDICA ANDICAP (FTIA)

In collaborazione con UNITAS, Pro Infirmis e altri enti/associazioni
091 850 90 20
info@inclusionone-andicap-ticino.ch

DIABETE TICINO

Informazioni
091 826 26 78
info@diabeteticino.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Consulenza e orientamento in ambito giuridico (in casi particolari in collaborazione con Consulenza Giuridica Andicap, Giubiasco)
091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch

ORGANIZZAZIONE SVIZZERA DEI PAZIENTI

Informa, consiglia e rappresenta i pazienti nei confronti di medici, ospedali, altri fornitori di prestazioni, assicurazioni e mondo politico
091 826 11 28
ti@spo.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

In collaborazione con gli uffici legali di altre associazioni
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

Aiuti in casa

- 3.1 Assistenza /aiuto domiciliare
- 3.2 Sostegno ai familiari curanti
- 3.3 Coinvolgimento di amici e familiari
- 3.4 Visite a domicilio
- 3.5 Cure mediche, terapie e riabilitazione a domicilio
- 3.6 Mezzi ausiliari
- 3.7 Pasti a domicilio
- 3.8 Pedicure medica a domicilio
- 3.9 Servizi di economia domestica
- 3.10 Servizio badanti
- 3.11 Prestito libri a domicilio



3.1

ASSISTENZA / AIUTO DOMICILIARE

Informazioni e richieste

Servizio destinato a chi necessita di aiuti in diversi ambiti della vita quotidiana. Conformemente alle necessità dell'utente, offre servizi di assistenza medico-terapeutica, aiuto per i lavori domestici, consulenza igienica, sanitaria e sociale. Di primaria importanza sono le cure di base a domicilio.

A chi è rivolto il servizio

Molteplici sono le situazioni per le quali si può essere portati a ricorrere ai servizi di assistenza a domicilio. La motricità ridotta, il bisogno di cure mediche, la difficoltà nel provvedere ai lavori domestici o alle cure del corpo non sono che degli esempi di bisogni soddisfatti da questi servizi.

Costo

Generalmente l'assistenza a domicilio è rimborsata dalla cassa malati. Qualora necessario, per coprire le spese è possibile richiedere sussidi, Prestazioni Complementari o Assegno Grandi Invalidi.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

SCUDO

Servizio di assistenza e cure a domicilio del Luganese

Prestazioni sanitarie, cure di base e di economia domestica
091 973 18 10
segreteria@scudo.ch

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

Informazioni
091 912 17 07
info.ti@alz.ch

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO

Volontariato e assistenza per il paziente oncologico

Informazioni e inoltre richieste per il servizio di cure a domicilio e di cure palliative
076 543 24 49
sottoceneri@triangolo.ch

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri Settore corsi

Elenco collaboratrici sanitarie CRS
091 682 31 31
info@crs-corsiti.ch

DIABETE TICINO

Informazioni e inoltre richieste
091 826 26 78
info@diabeteticino.ch

FONDAZIONE HOSPICE TICINO

Cure palliative a domicilio

Informazioni, consulenza e inoltre richieste
091 972 19 77
hospice.lugano@hospice.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Informazioni e inoltre richieste
091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Informazioni e inoltre richieste
091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch

PARKINSON SVIZZERA

Informazioni
091 755 12 00 (ufficio Svizzera italiana)
info.ticino@parkinson.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Informazioni, inoltre richieste
091 912 17 17
info@prosenectute.org

SERVIZIO ACCOMPAGNAMENTO SOCIALE (SAS)

Informazioni e inoltre richieste
058 866 87 00
sas@lugano.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Informazioni, consulenza e inoltre richieste
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

Altri servizi

Sul territorio operano inoltre servizi per l'assistenza e la cura a domicilio d'interesse privato (OACD) e infermieri indipendenti le cui prestazioni sono riconosciute dalle Casse malati. Per i relativi contatti si rimanda al sito del Cantone www.ti.ch/anziani.

3.2

SOSTEGNO AI FAMILIARI CURANTI

Piattaforma cantonale dei Familiari curanti

Il familiare curante è colui che presta regolarmente assistenza, sorveglianza e accompagnamento, a titolo non professionale e in maniera totale o parziale, a una persona dipendente da terzi. Nella maggior parte dei casi questa figura ha un vincolo di parentela con la persona assistita. Grazie al familiare curante la persona bisognosa di assistenza può continuare a vivere al proprio domicilio.

Per sostenere il familiare curante nel suo ruolo esistono vari servizi e prestazioni, dalla consulenza allo sgravio a domicilio, dalle proposte formative ai servizi di appoggio.

Un gruppo di enti del territorio-coordinato dal Dipartimento della sanità e della socialità - si è organizzato in una Piattaforma cantonale per valorizzare il ruolo di familiare curante e aiutarlo nelle sue necessità, in quanto rappresenta una risorsa preziosa per l'intera società.

DIVISIONE DELL' AZIONE SOCIALE E DELLE FAMIGLIE

Misure di sostegno ai familiari curanti
091 814 70 11
dss-dasf@ti.ch
www.ti.ch/dasf
giornata-familiari-curanti.ch

3.3

COINVOLGIMENTO DI AMICI E FAMILIARI

Per combattere la solitudine

In questo ambito rientrano tutte le azioni atte a sostenere chi si trova in difficoltà tramite il coinvolgimento di familiari, vicini, volontari e enti di sostegno.

A chi è rivolto il servizio

Alle persone sole.

Costo

Gratuito.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

Sostegno/RESO
(rete di scambio e solidarietà)
091 973 23 36
info@crs-sottoceneri.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

091 912 17 17
info@prosenectute.org

SERVIZIO ACCOMPAGNAMENTO SOCIALE (SAS)

058 866 87 00
sas@lugano.ch

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

091 912 17 07
info.ti@alz.ch

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO

Volontariato e assistenza per il paziente oncologico

076 543 24 49
sottoceneri@triangolo.ch

FONDAZIONE HOSPICE TICINO

Cure palliative a domicilio

091 972 19 77
hospice.lugano@hospice.ch

GENERAZIONEPIÙ

091 910 20 21
info@generazionepiu.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Sostegno a pazienti e famiglie anche con l'attivazione di volontari
091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch

SCUDO

Servizio di assistenza e cure a domicilio del Luganese

Nell'ambito dell'aiuto domiciliare (v. 3.1)
091 973 18 10
segreteria@scudo.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

091 735 69 00
info@unitas.ch

3.4

VISITE A DOMICILIO

Informazioni e richieste

Le visite a domicilio rispondono a innumerevoli necessità. In generale mirano al mantenimento di relazioni sociali che migliorano la propria qualità di vita e aumentano la propria autonomia. Inoltre le visite a domicilio a persone sole permettono di individuare eventuali problemi o bisogni altrimenti trascurati. Il servizio è garantito in parte da volontari e in parte da personale appositamente formato.

A chi è rivolto il servizio

Per beneficiare del servizio di visite a domicilio non sono necessari requisiti specifici. È però utile chiedere consiglio agli enti che lo erogano per definire da subito i bisogni peculiari dell'utente.

Costo

Eventuali costi che derivano da tale servizio variano dall'ente o associazione che lo eroga.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

091 912 17 17
info@prosenectute.org

SERVIZIO ACCOMPAGNAMENTO SOCIALE (SAS)

058 866 87 00
sas@lugano.ch

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino
091 912 17 07
info.ti@alz.ch

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO

Volontariato e assistenza per il paziente oncologico
076 543 24 49
sottoceneri@triangolo.ch

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

091 973 23 36
info@crs-sottoceneri.ch

Sul sito www.lugano.ch/volontari è possibile proporsi come volontaria o volontario per le visite a domicilio degli anziani.

Il servizio è curato dalla Croce Rossa Svizzera - Sezione del Sottoceneri che gestisce i colloqui e le formazioni delle persone interessate.

FONDAZIONE HOSPICE TICINO

Cure palliative a domicilio

091 972 19 77
hospice.lugano@hospice.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Tramite assistenti sociali e volontari
091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch

PARKINSON SVIZZERA

Visite di cortesia
091 755 12 00
info.ticino@parkinson.ch

PUNTO D'INCONTRO ANZIANI - P.I.A.

Compagnia e piccoli servizi solo per gli anziani di Viganello
091 970 21 46
puntoincontroanziani@bluewin.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Per l'attivazione della rete si sostegno alla persona
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

3.5

CURE MEDICHE, TERAPIE E RIABILITAZIONE

A DOMICILIO

Informazioni e richieste

Servizio di aiuto medico e terapeutico per malati e infortunati, così come sostegno nella riabilitazione.

A chi è rivolto il servizio

All'utente che, reduce da un incidente, da un intervento, da una malattia o semplicemente indebolito, non riesce più a eseguire azioni quotidiane in piena autonomia.

Costo

I costi variano dal tipo di cura e dai possibili rimborsi della cassa malati.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

SCUDO

Servizio di assistenza e cure a domicilio del Luganese

Nell'ambito dell'aiuto domiciliare (v. 3.1)
091 973 18 10
segreteria@scudo.ch

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO

Volontariato e assistenza per il paziente oncologico

Coordinamento delle cure medico-infermieristiche
076 543 24 49
sottoceneri@triangolo.ch

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

Ergoterapia su prescrizione medica
091 973 23 53
ergoterapia@crs-sottoceneri.ch

FONDAZIONE HOSPICE TICINO

Cure palliative a domicilio

Per malattie gravi, croniche e evolutive
091 972 19 77
hospice.lugano@hospice.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Ossigenoterapia, terapia inalatoria, terapia con C-PAP (respirazione notturna)
091 973 22 80
linfo@legapolm.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Coordinamento dell'intervento
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

Sul territorio sono inoltre operanti servizi per l'assistenza e la cura a domicilio d'interesse privato (OACD) e infermieri indipendenti, le cui prestazioni sono riconosciute dalle Casse malati. Per i relativi contatti si rimanda al sito del Cantone www.ti.ch/anziani.

Per i fisioterapisti e gli ergoterapisti si rimanda invece a www.physioticino.ch e www.ergoterapia.ch

3.6

MEZZI AUSILIARI

Consulenza, vendita e noleggio

Sono definiti “mezzi ausiliari” gli strumenti che permettono di supplire alle capacità fisiche normalmente coinvolte nell'agire quotidiano. Per esempio sono mezzi ausiliari le sedie a rotelle, gli apparecchi acustici, gli occhiali da vista e le protesi. I mezzi ausiliari si possono ordinare da casa ed è offerto un servizio di riparazione, di consulenza e fornitura a domicilio.

A chi è rivolto il servizio

Tutti.

Costo

I costi variano a seconda dei mezzi ausiliari e dei possibili rimborsi tramite Prestazioni Complementari e cassa malati.

> v. cap. 1.4 per eventuali contributi

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

FSCMA

Consulenza sui mezzi ausiliari

Centro per mezzi ausiliari Quartino
Esposizione mezzi e consulenza
(anche a domicilio a pagamento, salvo per carrozzella speciale)
091 858 31 01
fscma.quartino@sahb.ch

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

Consulenza gratuita sui mezzi ausiliari
091 912 17 17
info.ti@alz.ch

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

Mezzi ausiliari ergoterapici
091 973 23 53
info@crs-sottoceneri.ch

CROCE VERDE LUGANO

Noleggio bombole ossigeno
091 935 01 11

DIABETE TICINO

Vendita materiale sanitario per i soci e non (shop online)
091 826 26 78
info@diabeteticino.ch

FONDAZIONE HOSPICE TICINO

Cure palliative a domicilio

Consulenza
091 972 19 77
hospice.lugano@hospice.ch

FONDAZIONE TICINO CUORE

Noleggio defibrillatori
091 960 36 63
info@ticinocuore.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Noleggio strumenti per terapie notturne (inalatori, ecc.)
091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Informazioni e consulenza
091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch

LEGA TICINESE

CONTRO IL REUMATISMO

Consulenza e vendita per pazienti affetti da reumatismo
091 825 46 13
info.ti@rheumaliga.ch

SOCIETÀ SVIZZERA

SCLEROSI MULTIPLA

Consulenza
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Consulenza e vendita per persone cieche e ipovedenti
091 735 69 02
servizio.tiflogico@unitas.ch

3.7

PASTI A DOMICILIO

Informazioni e richieste

La distribuzione di pranzo e cena a domicilio permette di mantenere una nutrizione soddisfacente per chi, temporaneamente o meno, è inabile alla preparazione del proprio vitto.

A chi è rivolto il servizio

Possono beneficiare del servizio le persone in età AVS o chi, per motivi di salute fisica o psichica, non è in grado di provvedere alla preparazione dei propri pasti.

Costo

Per le persone beneficiarie di AVS, il costo dipende dal loro reddito imponibile. Per gli altri è necessaria la presentazione di un certificato medico che attesti l'inabilità. I pasti caldi hanno una tariffa che varia da un minimo di CHF. 11.00 a un massimo di CHF. 18.00 mentre i pasti freddi da CHF 10.50 a 14.50. I pasti a domicilio non sono rimborsabili dalla cassa malati e neppure deducibili dalla dichiarazione d'imposta. I beneficiari di Prestazioni complementari pagano le tariffe minime.

Chi fornisce la prestazione

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

091 912 17 17
info@prosenectute.org

3.8

PEDICURE MEDICA - CURA DEL PIEDE DIABETICO A DOMICILIO

È la cura a domicilio di tutti i problemi sanitari del piede quali disturbi alle unghie, duroni, calli, occhi di pernice, ecc.

A chi è rivolto il servizio

Pazienti con diabete, o in casi particolari.

Costo

I costi variano a dipendenza della problematica.

Chi fornisce la prestazione

SCUDO

Servizio di assistenza e cure a domicilio del Luganese

091 973 18 10
segreteria@scudo.ch

3.9

SERVIZI DI ECONOMIA DOMESTICA

Informazioni e richieste

Sono prestazioni di aiuto domestico quali le pulizie, il riordino dei locali, il bucato e lo stiro, la preparazione dei pasti al domicilio, l'accompagnamento per le uscite, gli acquisti e le commissioni, la cura degli animali domestici e delle piante.

A chi è rivolto il servizio

A chi necessita di un aiuto domestico perché impossibilitato a svolgere da solo le mansioni del quotidiano.

Costo

A dipendenza del tipo di contratto, può essere rimborsato su prescrizione medica (totalmente o parzialmente) dalla cassa malati e dalle Prestazioni Complementari.

Chi fornisce la prestazione

ASSOCIAZIONE SPADA

Servizio Pubblico

Aiuto Domiciliare Alberghiero

091 814 03 40/41
info@spada-ti.ch

OPERA PRIMA

091 936 10 90
info@operaprima.ch

3.10

SERVIZIO BADANTI

Informazioni e richieste

La badante offre un accudimento a chi necessita di un servizio di assistenza domiciliare a tempo pieno (può essere anche notturno) o parziale (in base al grado di autosufficienza dell'anziano). Quando i figli, per impegni di lavoro o per la distanza del luogo di residenza, non possono prendersi cura dei propri genitori, potrebbe essere utile affidarsi alla figura professionale della badante. Esistono sul territorio servizi d'interesse pubblico o privato che sostengono nella scelta della badante, nel suo collocamento e del tipo di contratto da stipulare.

Ci sono alcuni segnali inequivocabili che indicano che i propri cari non sono più in grado di vivere da soli: di solito riguardano le modifiche caratteriali, l'igiene personale, la pulizia della casa, la perdita di peso, i cibi scaduti in cucina, la posta accumulata e la perdita di memoria. Una particolare attenzione deve essere prestata all'assunzione corretta di farmaci.

A chi è rivolto il servizio

Alle persone anziane che non sono più autosufficienti o che necessitano di una forma parziale di accudimento nell'arco della giornata.

Costo

I costi sono personalizzati in base alle esigenze dell'anziano.

▼ *Continua nella pagina seguente*



Chi fornisce la prestazione

OPERA PRIMA

091 936 10 90
info@operaprima.ch

Altri servizi

Sul territorio operano inoltre servizi per l'assistenza e la cura a domicilio d'interesse privato (OACD) che forniscono anche personale per l'economia domestica e badanti. Per una lista dei servizi riconosciuti dal Cantone, si rimanda al sito www.ti.ch/anziani

3.11

PRESTITO DI LIBRI A DOMICILIO

Informazioni e richieste

È un servizio di prestito bibliotecario a domicilio.

A chi è rivolto il servizio

Può beneficiarne chi non è in grado di recarsi presso una biblioteca.

Costo

Gratuito.

Chi fornisce il servizio

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

Contattare la biblioteca
091 973 23 35
info@crs-sottoceneri.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Libri con testimonianze e altri testi inerenti alla malattia oncologica
091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Libri in braille, parlanti e a grandi caratteri gratuitamente a domicilio per posta (nel formato desiderato: CD, scheda memoria, audiolibri,...). Gli utenti della biblioteca possono scaricare i testi anche dal catalogo online tramite un accesso individuale.
091 745 61 61
biblioteca@unitas.ch

In commercio c'è anche un lettore digitale che traduce i libri in braille. Basta scaricare i libri in formato ebook e salvarli su una scheda SD da inserire successivamente nel lettore.

Prevenzione

- 4.1 Prevenzione degli incidenti domestici e di malattie
- 4.2 Telesoccorso
- 4.3 Telefono Amico Ticino e Grigioni italiano
- 4.4 Servizio promozione e qualità di vita
- 4.5 Gruppi di Auto-Aiuto



4.1

PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI DOMESTICI E DI MALATTIE

Corsi, richieste opuscoli

I progetti di prevenzione degli incidenti domestici e di malattie, così come i corsi di autosoccorso sono promossi con l'intento di ridurre rischi e conseguenze fisiche spiacevoli. Sapere come rialzarsi da una caduta in casa e come reagire in caso di un malore sono piccoli esempi che ne illustrano l'importanza. Per questo è necessario sensibilizzare e ridurre gli elementi di pericolo.

A chi è rivolto il servizio

A tutti.

Costo

Varia in base alle proposte.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

ASSOCIAZIONE PIPA

Prevenzione incidenti persone anziane

Materiale informativo

079 357 31 24

pipa@ticino.com

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

Materiale informativo e giornate

di formazione

091 912 17 07

info.ti@alz.ch

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

Settore corsi

Offerte formative di prevenzione primaria e di promozione della salute

091 682 31 31

info@crs-corsiti.ch

CROCE VERDE LUGANO

091 935 01 11

GENERAZIONEPIÙ

Corsi e proposte di prevenzione

091 910 20 21

info@generazionepiu.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Corsi di prevenzione per malattie polmonari, dissuefazione da fumo

091 973 22 80

info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Campagne di prevenzione, opuscoli informativi e corsi (malattie oncologiche, terapie e accompagnamento pazienti)

091 820 64 20

info@legacancro-ti.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL REUMATISMO

Prevenzione personale delle cadute in casa, consulenza a domicilio

091 825 46 13

info.ti@rheumaliga.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Corsi e proposte di prevenzione

091 912 17 17

info@prosenectute.org

SCUDO

Servizio di assistenza e cure a domicilio del Luganese

Prevenzione e consulenza sociosanitaria

091 973 18 10

segreteria@scudo.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

091 922 61 10

Altri servizi

Nei centri diurni spesso vengono organizzati momenti di sensibilizzazione alla prevenzione (v. pag. 52-53)

4.2

TELESOCCORSO

Informazioni, noleggio e vendita

È un sistema d'allarme concepito per chiamare i primi soccorsi in caso di malore o di incidente domestico. Consiste in un bracciale o in un apparecchio molto leggero, spesso a noleggio, munito di un pulsante che, se premuto, allerta la centrale di soccorso. Funziona 24 ore su 24, 365 giorni all'anno.

A chi è rivolto il servizio

Il Telesoccorso può essere utile a chi vive solo, a chi è in delicate condizioni di salute o a persone disabili. La certezza di poter contare su di un aiuto tempestivo permette una maggiore tranquillità, sia alla persona anziana sia ai suoi familiari, anche in assenza di particolari problemi di salute.

Costo

Tassa unica d'allacciamento: CHF 202.- (IVA inclusa).
Abbonamento mensile: CHF 38.- (IVA inclusa).

Chi fornisce il servizio

TELESOCCORSO DELLA SVIZZERA ITALIANA

091 850 05 53

L'ente nasce dalla collaborazione tra l'ATTE - Associazione Ticinese Terza Età e la Croce Verde di Bellinzona.

4.3

TELEFONO AMICO TICINO E GRIGIONI ITALIANO

Volontari in ascolto

Attivo tutti i giorni 24 ore su 24, Telefono Amico (numero 143) è un servizio pubblico (con il quale collaborano volontari) che offre un colloquio telefonico di aiuto a chi ha un problema e non sa come affrontarlo o a chi semplicemente ha bisogno di qualcuno con cui parlare. Sono garantiti discrezione e anonimato.

A chi è rivolto il servizio

A tutti.

Costo

Il costo ammonta a 20 cts per ogni chiamata dal telefono di casa, indipendentemente dalla durata e dalla provenienza. Dalla rete mobile dipende dall'abbonamento personale.

Chi fornisce il servizio

TELEFONO AMICO

143

4.4

SERVIZIO PROMOZIONE QUALITÀ DI VITA

Lo scopo del servizio è quello di sensibilizzare, prevenire e intervenire con il fine di ridurre gli abusi e i maltrattamenti (fisici, psicologici o materiali) nei confronti delle persone anziane, promuovendone il rispetto e la dignità. Lavora in rete e collabora con le strutture e i professionisti presenti sul territorio per aiutare concretamente chi ne ha bisogno. Ascolta, sostiene e informa le persone coinvolte. Un'équipe multidisciplinare si occupa di formazioni puntuali agli studenti delle scuole socio-sanitarie ticinesi e propone percorsi di sensibilizzazione rivolti ai professionisti che operano a domicilio e presso le case per anziani.

A chi è rivolto il servizio

A coloro che direttamente o indirettamente si confrontano con casi di maltrattamenti e abusi nei confronti di persone anziane.

Costo

Gratuito.

Chi fornisce il servizio

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

091 912 17 17

info@prosenectute.org

4.5

GRUPPI DI AUTO-AIUTO

I gruppi di auto-aiuto a sostegno dei malati e dei loro familiari sono formati da persone confrontate ad una medesima situazione di vita che si riuniscono per condividere le proprie esperienze e offrirsi sostegno reciproco. Possono prevedere anche un accompagnamento professionale.

Chi fornisce il servizio

CENTRO AUTO-AIUTO TICINO Conferenza del volontariato sociale

091 970 20 11

info@autoaiuto.ch

auto-aiuto.ch

L'Associazione Alzheimer Svizzera, Parkinson Svizzera, la Lega ticinese contro il cancro, la Fondazione Hospice Ticino, GenerazionePiù e la Società svizzera sclerosi multipla organizzano gruppi di auto-aiuto. Per i loro contatti consultare il Cap. 9.

Fuori casa

- 5.1 Trasporto per chi non è autonomo
- 5.2 Corsi di preparazione al pensionamento
- 5.3 Tempo libero, corsi e formazione
- 5.4 Centri diurni
- 5.5 Attività di movimento
- 5.6 Centri per terapie e riabilitazione
- 5.7 Vacanze, viaggi, escursioni
- 5.8 Brevi escursioni
- 5.9 Vita civica e volontariato



5.1

TRASPORTO PER CHI NON È AUTONOMO

Con pulmini e automobili

Permette di mantenere una certa autonomia anche alle persone per le quali spostarsi da sole è diventato troppo difficile. Tra i vari enti che mettono a disposizione questo servizio, alcuni sop-
periscono in modo specifico agli spostamenti dal proprio domicilio a qualsiasi istituto di cura, medico o terapeutico.

Altri si occupano di trasferimenti a lunga distanza e di rimpatri dall'estero. Altri ancora gestiscono ordinari spostamenti quotidiani.

A chi è rivolto il servizio

Possono beneficiare del servizio le persone con difficoltà motorie o con mobilità ridotta che sono impossibilitate a ricorrere ad altri trasporti, privati o pubblici.

Costo

I prezzi variano a seconda dell'ente o associazione che eroga il servizio.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

ALTAIR

Trasporto per persone con difficoltà motorie permanenti o momentanee

091 994 50 50

079 223 98 89 (cellulare autista)

079 223 98 85 (cellulare autista)

info@altairlugano.ch

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

Servizio Trasporti

091 973 23 34

trasporti@crs-sottoceneri.ch

STAP TRASPORTI

Accompagnamento e trasporto anziani e persone disabili

079 611 55 87

staptrasporti@bluewin.ch

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO

Volontariato e assistenza per il paziente oncologico

076 543 24 49

sottoceneri@triangolo.ch

FONDAZIONE HOSPICE TICINO

091 972 19 77

hospice.lugano@hospice.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Trasporto per visite mediche

091 973 22 80

info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Informazioni e coordinamento

dell'intervento con servizi di trasporto

091 820 64 20

info@legacancro-ti.ch

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Servizio trasporti e accompagnamenti STA

091 735 69 00

sta@unitas.ch

5.2

CORSI DI PREPARAZIONE AL PENSIONAMENTO

Pronti a lasciare il mondo del lavoro

Lasciare la vita professionale implica innumerevoli cambiamenti. Il pensionamento viene percepito spesso come l'interruzione obbligatoria di un'attività fonte di realizzazione personale e di relazioni sociali, attorno alle quali si è costruita la propria identità. La riorganizzazione della propria vita quotidiana può creare incertezze e sollevare domande, relative per esempio alla nuova situazione finanziaria o all'impatto che tutto ciò potrà avere nella relazione di coppia.

I corsi di preparazione al pensionamento permettono di definire diverse problematiche relative a questo passaggio di vita. Forniscono inoltre suggerimenti e spunti di riflessione su come affrontare la nuova situazione.

A chi è rivolto il servizio

Alle persone che affrontano o affronteranno il passaggio verso il pensionamento.

Costo

I prezzi variano a seconda dell'ente o associazione che eroga il servizio.

Chi fornisce il servizio

ATTE

Associazione Ticinese Terza Età

Su richiesta delle ditte

091 850 05 50

atte@atte.ch



5.3 TEMPO LIBERO, CORSI E FORMAZIONE

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO In collaborazione con Avantage

Su richiesta delle ditte o aperto a persone di più aziende
091 912 17 17
info@prosenectute.org

Da un punto di vista finanziario il pensionamento rappresenta un importante passaggio di vita in quanto le rendite erogate dall'AVS e dalle casse pensioni sono inferiori al reddito percepito durante l'attività lavorativa. Queste lacune reddituali possono incidere pesantemente sulla disponibilità finanziaria dei pensionati, in quanto le uscite sono solitamente maggiori delle entrate. Sarebbe meglio quindi pianificare finanziariamente la propria pensione con un certo anticipo. Comunque, allestire un budget per la gestione delle proprie spese può essere molto utile per non dover affrontare brutte sorprese.

“Zero, cento, mille. Dieci consigli per gestire il budget di casa”

Pubblicazione gratuita della Divisione socialità della Città di Lugano
058 866 74 57
socialita@lugano.ch

“Pensionamento”

Guida a pagamento curata da VermögensZentrum SA
Scheda informativa gratuita
“Il budget per il suo pensionamento”
091 912 24 24
vzlugano@vzch.com
www.vzch.com

L'offerta culturale per gli anziani è ricca e di qualità. I Centri diurni o le diverse associazioni organizzano conferenze e corsi per approfondire le proprie conoscenze linguistiche, culturali, informatiche e di cura della propria persona. Inoltre l'Università della terza età (UNI3) permette di frequentare lezioni di livello accademico e di seguire un percorso tematico utile a soddisfare le proprie esigenze culturali.

A chi è rivolto il servizio

Tutti gli interessati possono frequentare i corsi e le conferenze proposte. Per quanto riguarda L'Università della Terza Età (UNI3) sono previste agevolazioni per i soci e i detentori di tessere annue dell'ATTE.

Costo

I prezzi variano a seconda dell'ente o associazione che eroga il servizio.

Chi fornisce la prestazione

Per tutti

ATTE

Associazione Ticinese Terza Età

Università della terza età (UNI3)
Conferenze e visite diverse
(sezione regionale del Luganese)
091 850 05 52
atte@atte.ch

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

Servizio bibliotecario / RESO
091 973 23 35
biblioteca@crs-sottoceneri.ch

CROCE ROSSA TICINO SETTORE CORSI

Corsi programmati e su richiesta nell'ambito della promozione della salute, prevenzione primaria e cura di sé
091 682 31 31
091 682 77 63
info@crs-corsiti.ch

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Lingue (spagnolo, inglese), nuove tecnologie (smartphone e tablet) training della memoria (su richiesta)
091 912 17 17
creativ.center@prosenectute.org

VOLONTARIATO TICINO

Conferenza del volontariato sociale

Per impegnarsi nel volontariato
091 970 20 11
info@volontariato.ch

Per utenza specifica

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA SEZIONE TICINO

Approfondimenti inerenti alla malattia. Servizio bibliotecario, concerti e conferenze
091 912 17 07
info.ti@alz.ch

DIABETE LUGANO

091 921 36 40
info@diabetelugano.ch

DIABETE TICINO

Corsi di cucina dietetica, giornate informative sul diabete, tecnica di misurazione della glicemia e cura del corpo
091 826 26 78
info@diabeteticino.ch

GENERAZIONEPIÙ - ANZIANI OCST

Corsi d'informatica
091 910 20 21
info@generazionepiu.ch

LEGA POLMONARE TICINESE

Formazioni, animazioni e centro ricreativo
091 973 22 80
info@legapolm.ch

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Incontri a tema, corsi di arteterapia, istruzioni web, logoterapia e narrazione, consulenza estetica e servizio bibliotecario
Sede per il Sottoceneri
091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Corsi su richiesta e servizio bibliotecario
091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Per ciechi e ipovedenti corsi di cucina, musicoterapia, inglese, atelier vari
091 735 69 00
info@unitas.ch

5.4

CENTRI DIURNI

Attività e luoghi d'incontro

I Centri diurni organizzano diverse attività che permettono di impiegare e sviluppare le proprie capacità creative, culturali e fisiche. Sono un importante luogo di incontro e di condivisione dei propri interessi.

Oltre alle attività ricreative hanno come finalità la prevenzione dell'isolamento sociale, il mantenimento delle risorse personali e dell'autonomia. Alcuni centri offrono anche una presa a carico socio-assistenziale, sostenendo le persone più fragili nelle loro necessità. Contribuiscono inoltre a diminuire il carico psico-fisico del familiare curante.

A chi è rivolto il servizio

A tutti.

Costo

La frequenza è gratuita, si richiede un contributo unicamente per i pasti e alcune attività (gite, acquisto materiale,...).

Chi fornisce la prestazione

*ATTE

Associazione Ticinese Terza Età

Pranzi, corsi vari, computer, scacchi, carte, coro, teatro
Via Beltramina 20A, Molino Nuovo

CIRCOLO ACLI

Attività per anziani, misurazione della pressione
Via Simen 9, Lugano

CIRCOLO ANZIANI PREGASSONA

Pranzi, tombola, carte, lavori manuali, maglia, ricami
Casa Rossa, Viale Cassone 40, Pregassona

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

Misurazione della pressione arteriosa e glicemia, arteterapia, musicoterapica, ginnastica, visita musei e mostre
Via alla Campagna 9, Molino Nuovo

*GENERAZIONEPIÙ - ANZIANI OCST

Pranzi, ginnastica, controllo della pressione arteriosa, escursioni, animazioni, corsi vari, internet corner
Via B. Lambertenghi 1, Lugano

PUNTO INCONTRO ANZIANI - P.I.A.

Tombola, carte, lavori manuali
Centro Girasole, Via Taddei 10, Viganello

SOCIETÀ TICINESE

PER L'ASSISTENZA AI CIECHI

Attività manuali e creative
Via Torricelli 45, Lugano

*UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Attività manuali e ricreative, arte terapia e musicoterapia, giardino didattico per persone cieche e ipovedenti (aperte anche ad anziani normovedenti del quartiere)
Casa Andreina, Via Ricordone 3, Lugano

*Centri diurni socio-assistenziali

5.5

ATTIVITÀ DI MOVIMENTO

Innumerevoli sono le associazioni che offrono corsi di ginnastica di ogni tipo: dallo yoga all'acquagym, dal fitness alle tecniche di rilassamento, dal nuoto alla danza. Un modo divertente per mantenersi in forma passando qualche ora in compagnia

A chi è rivolto il servizio

A tutti.

Costo

I prezzi dei corsi variano a seconda dell'ente o associazione che li eroga e in alcuni casi sono rimborsati dalla cassa malati.

Chi fornisce la prestazione

ASSOCIAZIONE PIPA

Prevenzione incidenti persone anziane

Tramite Pro Senectute
Via Vanoni 10, Lugano

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO

Volontariato e assistenza paziente oncologico

Ginnastica e rilassamento
c/o Associazione Equilib
Via Foletti 23, Massagno

ATTE

Associazione Ticinese Terza Età

Ginnastica per equilibrio, danza folk,
gite facili in montagna
Via Beltramina 20A, Molino Nuovo

CLUB DEL CUORE

Ginnastica, camminate, acquagym
Via T. Rodari 10A, Lugano

CONCRONOS

Centro del movimento over 60

Attività volte alla promozione della salute
del benessere psico-fisico, stimolazione
cognitivo-motoria, ginnastica,
grotta del sale
Via Arbostra 2, Pregassona

CROCE ROSSA SVIZZERA

Settore corsi

Ginnastica dolce in acqua
c/o Tresa Bay Hotel, Ponte Tresa

GENERAZIONEPIÙ - ANZIANI OCST

Corsi vari anche in collaborazione
con Pro Senectute
Via B. Lambertenghi 1, Lugano

LEGA POLMONARE TICINESE

Ginnastica "respirazione e movimento"
Palestra Scuola Club Migros, Lugano

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

ginnastica terapeutica, acquagym, yoga
e scherma, varie sedi

LEGA TICINESE PER LA LOTTA CONTRO IL REUMATISMO

Corsi di ginnastica medica in palestra e
piscina per persone affette da reumatismo.
Le palestre e le piscine a disposizione
per i corsi sono numerose e sparse in tutto
il Luganese. Per trovare la struttura più
vicina a casa vostra vi invitiamo a con-
tattare l'associazione.
091 825 46 13
info.ti@rheumaliga.ch

PARKINSON SVIZZERA

Ufficio svizzera italiana

Ginnastica di gruppo
Palestra Scuole elementari, Molino Nuovo

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Ginnastica in palestra, ginnastica dolce,
ginnastica all'aperto, acqua fitness,
danza popolare, walking e nord walking,
pilates, yoga, tai chi chuan, zumba gold,
ginnastica per la schiena, ginnastica
per il pavimento pelvico, fit-gym (rinforzo
muscolare), servizio di podologia.
Diverse palestre e centri fitness

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Yoga, pilates, countryline dance in col-
laborazione con la Scuola Club Migros

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Nuoto, ginnastica, yoga, ballo,
escursionismo
Casa Andreina, Via Ricordone 3, Lugano

> contatti al cap. 9

5.6

CENTRI PER TERAPIE E RIABILITAZIONE

Infortuni e patologie

A causa di un intervento subito o di una patologia, il medico curante può consigliare una terapia di riabilitazione messa a disposizione da associazioni ed enti muniti di infrastrutture adatte. I centri diurni terapeutici offrono infatti una presa in carico preventiva, terapeutica e curativa di tipo sanitario permettendo il mantenimento della persona al proprio domicilio e uno sgravio dei familiari curanti.

A chi è rivolto il servizio

A tutti.

Costo

Generalmente i costi delle terapie prescritte dal medico sono coperti dalla cassa malati.

Chi fornisce la prestazione

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

Per informazioni
c/o Pro Senectute
Via Vanoni 10, Lugano

CA' REZZONICO

Centro terapeutico Unità diurna

Patologie di tipo cognitivo
Via Torricelli 30

CROCE ROSSA SVIZZERA

Sezione del Sottoceneri

Patologie croniche diversificate
e assistenza infermieristica.
Ergoterapia su prescrizione medica
Via alla Campagna 9, Molino Nuovo

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Centro diurno terapeutico per malati
di Alzheimer e patologie correlate

SOCIETÀ TICINESE PER L'ASSISTENZA AI CIECHI

Casa dei ciechi

Via Torricelli 45, Lugano

> contatti al cap. 9

5.7

VACANZE, VIAGGI, ESCURSIONI

Uscite di piacere e a scopo di cura

Le possibilità di viaggiare sono innumerevoli. Vi sono viaggi di piacere, per scoprire luoghi da tempo sognati, incontrare nuove persone e accrescere il proprio bagaglio culturale. Vi sono viaggi a scopo di cura, utili per chi necessita di particolari terapie. Vi sono, infine, soggiorni di gruppo in infrastrutture dotate del necessario per accogliere utenti disabili (rampe, bagni, letti specialistici). Le destinazioni dei viaggi, siano essi escursioni o soggiorni di cura, sono svariate: dal mare alla montagna, dalla Svizzera all'estero.

A chi è rivolto il servizio

A pensionati, utenti disabili e malati.

Costo

I prezzi variano a seconda dell'ente o associazione e della destinazione.

Mare

In strutture attrezzate per disabili.

LEGA POLMONARE TICINESE

091 973 22 80

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

091 922 61 10

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

091 735 69 00

Montagna

In strutture attrezzate per disabili.

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

Vacanze per malati e loro congiunti
in albergo
091 912 17 07

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

091 922 61 10

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Saanen 1'200 m s/m
091 735 69 00

▼ Continua nella pagina seguente



Mare e montagna

Per persone autosufficienti.

ACLI

Varie destinazioni
091 923 97 16

ASSOCIAZIONE OSPEDALE ITALIANO DI LUGANO

ASSOCIAZIONE ITALIANA DI LUGANO PER GLI ANZIANI

Riviera ligure e adriatica
091 970 20 27

ASSOCIAZIONE PENSIONATI COMUNALI DELLA CITTÀ DI LUGANO

Secondo programma annuale
091 942 17 83

ATTE

Associazione Ticinese Terza Età
Diverse località (programma annuale)
091 850 05 50

GENERAZIONE PIÙ

Anziani OCST
Diverse località
091 910 20 21

LEGA POLMONARE TICINESE

Vacanze al mare con assistenza medica e infermieristica
091 973 22 80

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO Settore corsi

Diverse località al mare in Italia e soggiorni termali
091 912 17 17

5.8

BREVI ESCURSIONI

Mezza giornata o un giorno

Brevi gite per conoscere nuove città in Ticino, Svizzera o Nord Italia. Camminate, escursioni in montagna o in collina. Ogni associazione offre un ricco programma con diverse attività dal mattino alla sera.

A chi è rivolto il servizio

A tutti.

Costo

I prezzi variano a seconda dell'ente o associazione che eroga il servizio.

Chi fornisce la prestazione

ASSOCIAZIONE PENSIONATI COMUNALI DELLA CITTÀ DI LUGANO

Secondo programma annuale
091 942 17 83

ATTE

Associazione Ticinese Terza Età
Diversi itinerari
091 972 14 72

CIRCOLO ANZIANI PREGASSONA

Due gite annuali: in Svizzera e in Italia
circoloanzianipregassona.com

CLUB DEL CUORE

Camminate secondo programma
091 972 22 89

DIABETE TICINO

Escursioni di 1 o 2 giorni
091 826 26 78

GENERAZIONEPIÙ - ANZIANI OCST

Diversi itinerari
091 910 20 21

5.9

VITA CIVICA E VOLONTARIATO

LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO

Gita annuale a settembre
091 820 64 20

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO Settore corsi

Ticino
091 912 17 17

PUNTO INCONTRO ANZIANI - P.I.A.

Ticino e vicina Italia
091 970 21 46

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Centro SM
091 922 61 10

SOCIETÀ TICINESE PER L'ASSISTENZA AI CIECHI

Parco, città, negozi, ristoranti, circo
091 913 67 00

UNITAS

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Per ciechi e ipovedenti
091 735 69 00

Parlare di anziani oggi non significa solamente discutere - a livello pubblico - del loro accesso ai servizi essenziali o del miglioramento delle loro cure. Non significa neppure spostare l'attenzione sugli effetti che l'aumento della longevità della popolazione produce sul sistema previdenziale. L'anziano oggi è protagonista a tutti gli effetti di una società complessa e differenziata ancora troppo poco cosciente del suo valore per la collettività.

La sfida che si presenta ai nostri occhi non è più quella di pensare alla terza età in termini di fruibilità dei servizi: la sfida è innanzitutto culturale, è riconoscere l'anziano come risorsa, come protagonista attivo nella società che cambia. Valorizzare e promuovere questa sua partecipazione è il passo successivo di un'amministrazione attenta a creare le condizioni favorevoli per una cittadinanza attiva a tutte le età.

Solo così una società può dirsi coesa e beneficiare di tutte le risorse al suo interno. Questa sfida è una vera innovazione sociale: un invito rivolto non solo allo Stato democratico, bensì anche agli stessi anziani di scoprirsi protagonisti a tutti gli effetti!

Partecipare alla vita pubblica e offrire una parte del proprio tempo libero al volontariato: due piccoli suggerimenti per iniziare.

▼ *Continua nella pagina seguente*



Recapiti

VOLONTARIATO TICINO

Servizio di orientamento

Colloqui su appuntamento
c/o Conferenza del Volontariato Sociale
Via alla Campagna 9 - 6900 Lugano
091 970 20 11
info@volontariato.ch
volontariato-ticino.ch

Sono molti gli enti e le associazioni che reclutano volontari per le loro attività. Tra quelli citati nella guida: ATTE, Associazione Triangolo, Caritas, Croce Rossa Svizzera, GenerazionePiù, Lega ticinese contro il cancro, Parkinson Svizzera, P.I.A., Pro Senectute, Società svizzera sclerosi multipla, STAC, Telefono Amico, UNITAS

> contatti al cap. 9

Siti d'interessi

CONSIGLIO DEGLI ANZIANI DEL CANTONE TICINO

Ha una funzione consultiva riconosciuta dal Consiglio di Stato, in materia di politica a favore delle persone anziane
www.consiglioanziani.ch

GENERAZIONI & SINERGIE (G&S)

È un'associazione che si occupa del fenomeno della longevità attiva e della solidarietà intergenerazionale
www.generazioni-sinergie.ch

MOVIMENTO AVAeva

Movimento aperto a tutte le donne della terza età per dare impulso alla società
avaeva.ch

Progetto quartieri inclusivi e partecipativi

Nell'ambito del "Progetto quartieri inclusivi e partecipativi", curato dalla Divisione socialità della Città di Lugano, vengono organizzati i Caffè quartiere a Breganzona e Molino Nuovo. In un ambiente informale, i cittadini possono scambiarsi opinioni e riflessioni per promuovere la vita sociale e favorire una cittadinanza attiva.

DIVISIONE SOCIALITÀ

058 866 74 57
socialita@lugano.ch

Iniziative nei quartieri

Nei quartieri cittadini sono molte le iniziative rivolte agli anziani e spesso sono persone over 65 ad esserne i promotori. Alcuni esempi sono Infopoint per gli anziani di Besso Pulita!, Gruppo Terza Età Davesco-Soragno, Gruppo Ricreativo Terza Età Barbengo, Animatrici Sonvico-Dino.

Per maggiori informazioni consultare il sito www.lugano.ch, sezione "La mia Città" > "Identità e storia" > "Quartieri"

Sconti e agevolazioni

6.1 Flexicard

6.2 Lugano card



6.1

FLEXICARD

Muoversi in treno a buon prezzo

Carte giornaliere messe a disposizione dalle Ferrovie Federali Svizzere, le Flexicard permettono l'accesso a tutta la rete dei trasporti pubblici nazionali (treno, autopostale, battello, tram e autobus) sull'arco di 24 ore. Sono disponibili in numero limitato. Ogni utente può usufruire delle Flexicard al massimo 10 volte all'anno.

I biglietti possono essere acquistati presso il Puntocittà. È necessario presentarsi con un documento d'identità. In caso di mancato utilizzo non vengono rimborsati.

A chi è rivolto il servizio

Residenti e domiciliati nel Comune di Lugano.

Costo

Il costo di una Flexicard è di CHF 40.-.

Chi fornisce la prestazione

Sul sito internet www.lugano.ch/flexicard potrete ottenere informazioni sul numero di carte disponibili nei giorni del mese corrente. Per acquistarle bisogna recarsi presso il Puntocittà (puntocitta@lugano.ch).

PUNTOCITTÀ LUGANO CENTRO

Via della Posta 8 - 6900 Lugano
058 866 60 00

PUNTOCITTÀ PAMBIO-NORANCO

Via Pian Scairolo 18
058 866 64 60

PUNTOCITTÀ PREGASSONA

Via Sala 13
058 866 65 11

Per informazioni più dettagliate vi invitiamo a rivolgervi direttamente alle FFS, al numero di telefono 0900 300 300.

6.2

LUGANO CARD

La tessera del tempo libero della Città di Lugano

Lugano Card è una tessera del tempo libero che permette di usufruire di particolari vantaggi, sconti e servizi. Ai tesserati sono puntualmente comunicate le promozioni speciali, di breve durata o legate ad una particolare occasione. Le categorie di sconti spaziano dagli acquisti ai viaggi, dai trasporti ai corsi, dalla cultura alla ristorazione e al tempo libero.

A chi è rivolto il servizio

La tessera non è destinata solo agli anziani, ma a tutte le persone domiciliate e residenti nel Comune di Lugano.

Costo

La tessera è distribuita al prezzo di CHF 10.- e ha una validità di 5 anni.

Chi fornisce la prestazione

FOCE

Via Foce 1 - 6900 Lugano
058 866 48 00

PUNTOCITTÀ LUGANO CENTRO

Via della Posta 8
058 866 60 00

PUNTOCITTÀ PAMBIO-NORANCO

Via Pian Scairolo 18
058 866 64 60

PUNTOCITTÀ PREGASSONA

Via Sala 13
058 866 65 11

LUGANO CARD

luganocard@lugano.ch
www.luganocard.ch

La tessera può essere richiesta anche online su www.luganocard.ch. Per l'emissione della carta è necessario presentare un documento d'identità.

Sicurezza

- 7.1 L'agente di quartiere
- 7.2 La sicurezza degli anziani



7.1

L'AGENTE DI QUARTIERE, FIGURA DI PROSSIMITÀ

Polizia Città di Lugano

L'agente di quartiere nasce come risposta tangibile al pressante bisogno di sicurezza. È una figura che opera in una zona delimitata della Città (il quartiere), interagisce e cerca la collaborazione reciproca con il cittadino, avendo come fine ultimo il bene della collettività. L'agente di quartiere si pone quindi quale punto di riferimento per la popolazione e persona di fiducia capace di negoziare, di essere vicino alla gente e di capirne le preoccupazioni, di ascoltare e rassicurare. Al contempo, nel suo ruolo di poliziotto, non trascura l'azione pro-attiva: raccoglie, appura le informazioni e, sempre coadiuvato dalla centrale e dalle squadre di intervento, interviene se necessario. È un agente vicino alla popolazione, aperto e pronto al dialogo, presente e disponibile.

Per sapere chi sia il proprio agente di quartiere

Recapito

Aiut. Andrea Gavazzini
Caposervizio agenti di quartiere
Polizia Città di Lugano
Centrale operativa
058 866 81 11
polizia@lugano.ch

Sul sito lugano.ch, nella sezione Polizia dei quartieri, potete trovare le foto degli agenti di riferimento per il vostro quartiere.

7.2

LA SICUREZZA DEGLI ANZIANI

Vivere senza paura è un diritto del cittadino

Malgrado Lugano sia tra le città più sicure, vorremmo trattare di seguito il tema della sicurezza nella terza età attraverso alcune semplici misure di prevenzione. Non è nostro obiettivo creare allarmismi: la criminalità, per fortuna, non è una costante della nostra quotidianità. Ma dato l'aumento dei casi di truffe e furti agli anziani, vorremmo - mediante piccoli accorgimenti - accrescere le possibilità di autodifesa e autoprotezione della popolazione. Essere vigili e consapevoli di alcune tecniche utilizzate da ladri e truffatori aiuta a proteggersi in modo efficace. Non isolarsi e curare i rapporti di buon vicinato porta ad una maggiore sicurezza, oltre ad offrire una vita più piacevole, interessante e solidale.

Le truffe ricorrenti

I truffatori si recano al domicilio dell'anziano, generalmente in coppia, simulando una determinata situazione (un'emergenza, un controllo tecnico,...), spacciandosi per chi di fatto non sono (un agente di polizia, un operaio mandato dall'amministrazione dello stabile, un parente o un vecchio compagno di scuola). Il loro obiettivo è di entrare in casa con un pretesto e derubare rapidamente, oppure - contattando l'anziano telefonicamente - di farsi consegnare del denaro, con una scusa plausibile.

Come comportarsi

Non aprite mai agli sconosciuti. Chiedete sempre ai pubblici ufficiali di mostrarvi un documento ufficiale di riconoscimento. Fate entrare solo quegli artigiani che avete chiamato in prima persona o che sono stati annunciati dall'amministrazione dello stabile.

Truffa del falso nipote

I truffatori contattano telefonicamente le proprie vittime, spacciandosi per un nipote o un familiare che versa in difficoltà economiche. Richiedendo del denaro, si mostrano disponibili a recarsi di persona a ritirarlo, ma poco prima dell'appuntamento, richiamano per comunicare che, per un imprevisto sopraggiunto, manderanno un conoscente al loro posto.

In un'altra situazione, i truffatori si fingono agenti di polizia e consigliano all'anziano di consegnare il denaro al presunto nipote per collaborare all'indagine e fermare i truffatori in flagranza di reato.

Come comportarsi

Interrompete immediatamente la conversazione telefonica quando avete sospetti sulla vera identità del vostro interlocutore.

A chi rivolgersi

Informate subito la polizia:
numero d'emergenza 117
oppure
Polizia Città di Lugano
Centrale operativa
058 866 81 11

▼ *Continua nella pagina seguente*



Contratti a domicilio o per telefono

Un'altra truffa frequente interessa la stipulazione di contratti a domicilio o per telefono. Venditori senza scrupoli cercano di convincere le proprie vittime ad acquistare merci di poco valore o a stipulare contratti capestri che recano solo svantaggi agli ignari acquirenti.

Come comportarsi

Non sottoscrivete nulla in balia della fretta. Se il venditore si dimostra aggressivo e insistente, interrompete la discussione. Non fate entrare nessuno in casa vostra.

A chi rivolgersi

ACSI - Associazione consumatrici e consumatori della Svizzera italiana
091 922 97 55
acsi.ch

Pagamenti cashless

Prelevare ingenti somme di denaro allo sportello o al bancomat risulta essere davvero rischioso, si possono infatti effettuare i pagamenti senza contante e senza ricorrere al libretto giallo delle ricevute postali. Gli ordini di pagamento possono essere fatti tramite computer o a mezzo lettera. Attenzione! I ladri potrebbero però ripescare gli ordini di pagamento dalle cassette della posta e manipolarli. Utilizzate sempre le cassette della posta situate all'interno degli uffici postali o recatevi direttamente allo sportello.

Come comportarsi

Al bancomat / postomat digitate il codice PIN con discrezione, non lasciatevi distrarre o mettere fretta e verificate che la persona dietro di voi sia a debita distanza. Se avete delle difficoltà, rivolgetevi ad un dipendente della banca o dell'ufficio postale, non fatevi aiutare da sconosciuti. Non annotatevi mai il codice e in caso di perdita o di furto della carta, fatela bloccare immediatamente.

A chi rivolgersi

Al proprio istituto di credito

Per chi fosse interessato ad approfondire l'argomento

- "Sicurezza nella terza età. Informazioni e consigli per prevenire la criminalità"
- "Guida della polizia per la sicurezza. Informazioni e consigli per prevenire la criminalità",
sono due pubblicazioni della polizia e della piattaforma nazionale Prevenzione Svizzera della Criminalità, dalle quali sono stati tratti i testi riportati in questo capitolo. Sono ottenibili presso la polizia comunale (in Via Beltramina 20b) oppure scaricabili www.lugano.ch e www.skppsc.ch/it

La Pro Senectute, in collaborazione con la Polizia Cantonale, organizza incontri informativi.

Maggiori informazioni allo 091 912 17 17

Servizi e strutture

- 8.1 Servizi socio-territoriali
- 8.2 LIS - Lugano Istituti Sociali
- 8.3 Casa Serena
- 8.4 Centro L'Orizzonte
- 8.5 Centro La Piazzetta
- 8.6 Residenza al Castagneto
- 8.7 Residenza alla Meridiana
- 8.8 Residenza Gemmo
- 8.9 Strutture in fase di realizzazione
- 8.10 Altre Case di cura convenzionate con la Città di Lugano
- 8.11 Altre case di cura



8.1

SERVIZI DI SOSTEGNO

SERVIZIO ACCOMPAGNAMENTO SOCIALE (SAS)

Al suo interno lavorano assistenti sociali che offrono un sostegno con una presa a carico sociale o forniscono una consulenza a chi è confrontato con un disagio di carattere individuale, sociale, relazionale o amministrativo. Propongono così un aiuto pratico, applicando i diritti di ognuno nell'ambito della legislazione sociale. Gli assistenti sociali possono affiancare l'UIS-Ufficio intervento sociale, l'Autorità regionale di protezione e i vari servizi sul territorio nel sostenere le persone con disagi e momentanea difficoltà nella propria gestione amministrativa.

L'attività svolta dagli assistenti sociali è particolarmente diversificata e presuppone, quale fondamento, la partecipazione attiva del cittadino nel suo progetto.

Al SAS lavorano anche i curatori che assumono mandati dalle Autorità regionali di protezione quando queste istituiscono misure di protezione per chi è in difficoltà. I curatori prendono a carico chi ha una situazione particolare e si occupano delle loro problematiche personali e amministrative (gestione patrimonio). L'obiettivo è instaurare un rapporto di fiducia con la persona interessata e, a medio termine trovare un equilibrio integrandola nella società e attivando contatti professionali e sociali che le permettano di riacquisire una certa autonomia.

A chi si rivolge

Persone domiciliate a Lugano che necessitano di un sostegno personale o familiare.

Costo

Gratuito.

Recapito

Servizio Accompagnamento Sociale
Via Industria 18
6963 Pregassona
058 866 87 00
fax 058 866 74 69
sas@lugano.ch
www.lugano.ch

UFFICIO INTERVENTO SOCIALE (UIS)

Ufficio comunale che eroga servizi di tipo sociale e finanziario:

- consulenza sociale: informazioni su associazioni, enti, aiuti presenti sul territorio, analisi delle situazioni finanziarie dell'utente;
- Sportello LAPS - Legge armonizzazione prestazioni sociali: funge da tramite per l'attivazione di sussidi contenuti nella Legge LAPS, assegni integrativi per i figli, assegni prima infanzia, indennità straordinarie di disoccupazione, assistenza sociale;
- Regolamento comunale: vengono valutati aiuti finanziari risolutivi che fanno capo al Regolamento comunale in ambito sociale; sono di norma destinati a persone che non sono a beneficio di prestazioni complementari PC;
- Morosi cassa malati: verifica della situazione di morosità nei confronti della cassa malati per i casi segnalati dal Cantone.

A chi si rivolge

Persone domiciliate a Lugano che rientrano nelle casistiche delle singole leggi o regolamenti.

Costo

Gratuito.

Recapito

Ufficio Intervento Sociale
Via Carducci
Casella postale 5063
6901 Lugano
058 866 74 80
fax 058 866 74 69
uis@lugano.ch
www.lugano.ch



AGENZIA AVS

Fornisce assistenza e consulenza in merito alle pratiche che riguardano l'assicurazione vecchiaia e superstiti. Si occupa inoltre di verificare e inoltrare richieste alla cassa cantonale di compensazione.

A chi si rivolge

Persone domiciliate a Lugano.

Costo

Gratuito.

Recapito

Agenzia Comunale AVS
Via Carducci
Casella postale 5063
6901 Lugano
058 866 74 70
fax 058 866 74 69
avs@lugano.ch
www.lugano.ch

8.2

LIS - LUGANO ISTITUTI SOCIALI

Dal 1. gennaio 2020 gli Istituti Sociali Comunali si sono costituiti nell'ente autonomo LIS - Lugano Istituti Sociali. La costituzione di un ente autonomo permette di delegare la gestione delle attività allo specifico settore del LIS, snellendo di fatto le strutture organizzative della Città di Lugano ed assicurando loro maggiore flessibilità.

Il LIS gestisce 6 strutture accogliendo persone anziane che necessitano di cure e assistenza tali da non consentire più la loro permanenza a domicilio. Tutte le strutture sono medicalizzate, con una direzione medica che si avvale anche della consulenza di specialisti e di un'organizzazione infermieristica che assicura la continuità delle cure. Le strutture dispongono di reparti caratterizzati da specificità legate ai bisogni sanitari dei residenti e si avvalgono di un servizio di farmacia centrale e radiologia interna. Dispongono inoltre di un servizio di fisioterapia, di spazi per l'animazione e per la socializzazione e di servizi erogati da personale esterno (quali pedicure e coiffure). In ogni struttura la gestione del servizio alberghiero è coordinata da una governante o da una responsabile.

Il LIS collabora a stretto contatto con SCUDO e con la palestra Concronos, appositamente pensata per le persone anziane (v. Cap. 9).

Recapito

LIS-Lugano Istituti Sociali
Via Marco da Carona 10
6900 Lugano
058 866 21 11
info@lugano-lis.ch
lugano-lis.ch



8.3

CASA SERENA

piano e giardino alzheimer

LIS - Lugano Istituti Sociali

Casa Serena, oltre ad essere la più grande struttura esistente nel Cantone Ticino (174 ospiti), è la decana delle istituzioni per l'accoglienza di persone anziane della Città di Lugano. La residenza è medicalizzata; la direzione medica e il settore delle cure infermieristiche garantiscono una presenza continua. Casa Serena è dotata di spazi per l'animazione e per la fisioterapia. Numerosi inoltre sono i servizi interni (pedicure, parrucchiere, ecc.). La struttura è dotata di un servizio di radiologia a disposizione anche dei residenti delle altre case per anziani del LIS. La struttura - che è pure sede della Direzione generale di Lugano Istituti Sociali - dispone di un bar e di un grande parco che fungono da luogo d'incontro per residenti e gli abitanti del quartiere di Molino Nuovo.

Casa Serena è dotata di un reparto di cure palliative, di un reparto concepito per l'accoglienza di persone colpite da patologie generative delle funzioni cognitive e di un servizio di emodialisi. Inoltre è presente un giardino protetto.

Recapito

Via Marco da Carona 10
6900 Lugano
058 866 21 11
casa.serena@lugano-lis.ch
ammissione.anziani@lugano-lis.ch



8.4

CENTRO L'ORIZZONTE

LIS - Lugano Istituti Sociali

Situato vicino al nucleo di Colla, ai margini del bosco, il Centro L'Orizzonte offre ai suoi ospiti un'incantevole vista su tutta la valle. Dispone di 42 camere singole disposte su 3 livelli. La struttura è medicalizzata e si avvale di una direzione medica. Il settore delle cure infermieristiche garantisce una presenza continua. L'esistenza di ampi spazi comuni favorisce la socializzazione e la familiarità. La struttura è inoltre dotata di locali per l'animazione, la fisioterapia e per i servizi erogati da personale esterno (ad es. pedicure, parrucchiere, ecc.). Il servizio della farmacia è garantito dalla farmacia centrale di Casa Serena così come il servizio di radiologia.

Il reparto unico ripartito sui 3 piani è coordinato da un caporeparto e dal capostruttura. La gestione del servizio alberghiero è coordinata dalla governante. Il bar è aperto da lunedì a venerdì escluse le feste infrasettimanali.

Recapito

Via Cantonale
6951 Colla
058 866 30 00
centro.orizzonte@lugano-lis.ch
ammissione.anziani@lugano-lis.ch



8.5

CENTRO LA PIAZZETTA

LIS - Lugano Istituti Sociali

Il Centro La Piazzetta di Loreto è la più recente struttura in ambito residenziale per anziani a Lugano. La struttura è concepita come luogo di cura aperto verso il quartiere circostante e ospita prevalentemente anziani domiciliati nella zona della collina situata nel rione di Loreto e nel centro città.

Al piano terra si trova una sala polifunzionale utilizzata per eventi relativi ai residenti e di carattere pubblico. Al primo piano della residenza si trova il giardino con un parco giochi aperto al pubblico e dai piani superiori le camere sono rivolte verso lo splendore del lago e sul giardino.

La struttura, dotata di spazi per l'incontro e il ricevimento, nonché di un settore per le cure fisioterapiche, è medicalizzata. La direzione medica e il settore delle cure infermieristiche garantiscono una presenza continua. Oltre a numerosi servizi interni a favore dei residenti, sono erogate prestazioni da parte di personale esterno (pedicure, coiffure, ecc.).

Nel 2006 è stata ampliata la nuova ala dell'edificio creando delle camere anche al piano giardino.

Recapito

Via Loreto 17
6900 Lugano
058 866 29 11
centro.piazzetta@lugano-lis.ch
ammissione.anziani@lugano-lis.ch



8.6

RESIDENZA AL CASTAGNETO

LIS - Lugano Istituti Sociali

Sorta sulle mura dell'ex Hotel Boldt di Castagnola, la Residenza al Castagneto è una delle strutture più piccole di Lugano Istituti Sociali. Il carattere e l'atmosfera di albergo inserito in un incantevole paesaggio fanno di questa residenza un ottimo luogo di cura e di riposo. Nella casa trovano accoglienza prevalentemente anziani che hanno vissuto nei quartieri della collina sulla sponda sinistra del Casarate o abitanti della zona.

La struttura, dotata di settori per l'animazione e per la fisioterapia, è medicalizzata. La direzione medica e il settore delle cure infermieristiche garantiscono una presenza continua. Oltre ai numerosi servizi interni a favore dei residenti, sono previste prestazioni erogate da personale esterno (pedicure, coiffure, ecc.).

Recapito

Via San Giorgio 29
6976 Castagnola
058 866 24 11
residenza.castagneto@lugano-lis.ch
ammissione.anziani@lugano-lis.ch



8.7

RESIDENZA ALLA MERIDIANA

LIS - Lugano Istituti Sociali

La Residenza alla Meridiana è stata aperta ai primi degenti nel 1991. La prossimità con la Scuola elementare offre ai residenti momenti di gioia, rievocando i ricordi del passato. La struttura, costruita per accogliere anziani non più autosufficienti, dispone di 92 posti letto sia in camere singole sia a 2 letti, con servizi attrezzati e balconi.

Recapito

Via Crocetta 8
6962 Viganello
058 866 31 41
residenza.meridiana@lugano-lis.ch
ammissione.anziani@lugano-lis.ch

La struttura è medicalizzata e dispone di un servizio di radiologia. La direzione medica e il settore delle cure infermieristiche garantiscono una presenza continua. I residenti possono accedere ai servizi di animazione e di fisioterapia. La casa offre prestazioni anche all'esterno garantendo, ad esempio, pasti caldi a domicilio agli anziani che lo richiedono. Alla Residenza alla Meridiana opera anche l'omonima associazione, il cui scopo è promuovere iniziative a favore degli anziani, nonché finanziare acquisti di materiale e strumenti per gli anziani nei Quartieri di riferimento.



8.8

RESIDENZA GEMMO

LIS - Lugano Istituti Sociali

Ubicata a Besso e non lontana dal laghetto di Muzzano, è circondata da un parco e da una corte interna che la caratterizzano come un piacevole luogo di soggiorno. I residenti provengono prevalentemente dalla zona di collina situata a ridosso del quartiere di Besso e dal centro città. La struttura dispone di 4 reparti e in particolare di uno concepito per l'accoglienza di persone colpite da patologie degenerative delle funzioni cognitive, con un giardino protetto al quinto piano.

La Residenza Gemmo è medicalizzata. La direzione medica e il settore delle cure infermieristiche garantiscono una presenza continua. Dispone di un settore per l'animazione e per le cure fisioterapiche, nonché di spazi per l'incontro e il ricevimento, quali il bar e le sale polifunzionali situate al piano terreno. Oltre a numerosi servizi interni a favore dei residenti, sono previste prestazioni erogate da personale esterno (pedicure, coiffure, ecc.)

Recapito

Via Canevascini 30

6900 Lugano

058 866 25 11

residenza.gemmo@lugano-lis.ch

ammissione.anziani@lugano-lis.ch

8.9

STRUTTURE IN FASE DI REALIZZAZIONE

CENTRO POLIFUNZIONALE DI PREGASSONA

Ospiterà una residenza medicalizzata per persone anziane con 114 posti letto, un centro diurno per persone affette da demenza senile, la Direzione generale di Lugano Istituti Sociali e un nido d'infanzia.

CASA ANZIANI CANOBBIO-LUGANO

Costruita dall'Ente autonomo Canobbio-Lugano, la Casa anziani sarà data in gestione all'Ente Lugano Istituti Sociali. Ospiterà una residenza medicalizzata con 80 posti letto, due reparti standard e un reparto protetto per ospiti affetti da deficit cognitivi.

8.10

ALTRE CASE DI CURA CONVENZIONATE* CON LA CITTÀ DI LUGANO

TERTIANUM PARCO MARAINI, LUGANO Centro abitativo e di cura

L'offerta di Tertianum Parco Maraini è mirata ad individuare e soddisfare i diversi bisogni dei suoi ospiti. Uno staff medico ed infermieristico lavora per garantire l'accoglienza di ospiti auto sufficienti e non. Ad un'assistenza personalizzata si affiancano attività ricreative e di animazione. Il reparto di fisioterapia ha come obiettivo la riabilitazione accompagnando la persona a raggiungere il miglior livello di vita e di autonomia sul piano fisico, funzionale ed emozionale, con la minore restrizione possibile delle sue scelte operative.

Recapito

Via Massagno 36
6900 Lugano
091 910 33 11
parcomaraini@tertianum.ch
tertianum.ch

VILLA SANTA MARIA, SAVOSA Residenza medicalizzata

Con i suoi 85 posti letto, Villa Santa Maria è atta ad accogliere ospiti per soggiorni di lunga o media durata. La struttura offre assistenza medica e sanitaria, avvalendosi della collaborazione di un team di specialisti e la disponibilità di un medico curante e di un servizio di picchetto 24h/24. Offre attività di animazione programmate sulla base delle differenti capacità. L'ospite viene accompagnato nel raggiungimento dell'obiettivo clinico e, quando possibile, nel raggiungimento di un livello ottimale d'indipendenza.

Recapito

Via Cantonale 15
6942 Savosa
091 966 47 41
amministrazione@villasantamaria.ch
www.villasantamaria.ch

**accolgono i cittadini di Lugano quando le strutture del LIS-Lugano Istituti Sociali non hanno più disponibilità di posti*

8.11

ALTRE CASE DI CURA

AL PAGNOLO, SORENGO

Casa anziani

È un'opera consortile tra i Comuni di Colina d'Oro, Muzzano, Sorengo e Lugano. La Città dispone di circa 25 posti letto per i suoi residenti. La struttura è destinata principalmente agli anziani non più autosufficienti e bisognosi di cure continue. È dotata di un centro diurno, dove vengono offerte prestazioni mediche e infermieristiche e dove vengono svolte ogni giorno attività ricreative.

Recapito

Via Cremignone 8
6924 Sorengo
091 800 12 00
pagnolo@pagnolo.ch

CA' REZZONICO, LUGANO

Ca' Rezzonico offre 78 posti letto nell'ambito residenziale (soggiorni di lungodegenza, temporanei e di emergenza) e un'Unità Diurna con una capacità ricettiva di 14 ospiti.

Nella nuova struttura, ampliata e aggiornata secondo gli ultimi standard qualitativi e di sicurezza, sono stati predisposti ambienti diversificati (camere singole/doppie, monolocali, appartamenti terapeutici, reparti specializzati e giardini terapeutici) per poter rispondere in modo adeguato e diversificato ad ogni esigenza dei residenti.

Il Centro residenziale accoglie ospiti autosufficienti e/o con patologie classiche legate alla terza e quarta età, mentre il Centro terapeutico è specializzato e indicato per ospiti con disturbi cognitivi di ogni livello. Le diverse prestazioni sono anch'esse adeguate e ottimizzate a dipendenza delle necessità degli ospiti.

Recapito

Via Torricelli 30
6900 Lugano
091 973 68 00
info@carezzonico.ch
carezzonico.ch

CASA BIANCA MARIA, CADRO

La struttura, medicalizzata, è stata recentemente ampliata e accoglie persone anziane che non sono più in grado di vivere al proprio domicilio e che necessitano di cure e assistenza di personale professionale qualificato.

La Casa Bianca Maria si sviluppa su tre livelli. Circondata da un ampio giardino, con stagno e piante, occupa una posizione con visuale di notevole interesse paesaggistico. A disposizione vi sono 52 posti letto suddivisi in 14 camere doppie e 24 singole, con lo scopo di garantire un soggiorno confortevole a lungo o medio termine. Le camere possono essere personalizzate.

Recapito

Via dei Circoli 35
6965 Cadro
091 936 04 04
cpbiancamaria@ticino.com
biancamaria.ch

CASA DEI CIECHI RICORDONE

Gestita dalla Società ticinese per l'assistenza dei ciechi (STAC), la Casa offre servizi specialistici e diversificati per anziani ipovedenti o ciechi e per pazienti che soffrono di problemi cognitivi dovuti a patologie come l'Alzheimer. Di recente ristrutturata, dispone di 53 posti letto, mantenendo così un'atmosfera intima e familiare. Ma la struttura non è pensata solo per soggiorni a lunga degenza, è predisposta anche per soggiorni temporanei della durata massima di tre mesi, di un'unità di riabilitazione (con 10 posti letto) per residenti ipovedenti o ciechi affetti da disturbi cognitivi, di un centro terapeutico diurno-notturno (con una quindicina di posti letto) dove gli anziani con deficit visivi possono trascorrere la giornata per rincasare la sera oppure, al contrario, possono passare la giornata a casa e rientrare alla Casa dei Ciechi per la notte. Infine, la Casa gestisce anche 4 appartamenti protetti (della Fondazione Fè-Triaca) in Via Massagno 110, i cui inquilini possono ricorrere ai servizi della Casa dei Ciechi.

Recapito

Via Torricelli 45
6900 Lugano
091 913 67 00
info@stac-lugano.ch
www.stac-prociechi.ch

FONDAZIONE OPERA CHARITAS, SONVICO

La casa per anziani Fondazione Opera Caritas ha per scopo di provvedere: al ricovero, alla cura sanitaria, all'accoglienza, all'assistenza, all'ospitalità, alla custodia, di persone anziane. Le prestazioni erogate sono di assistenza sanitaria e di interventi diretti al mantenimento ed al miglioramento dello stato di salute e del grado di autonomia della persona anziana. L'istituto intende offrire all'ospite un luogo dove vivere con un'alta qualità creando un ambiente gioioso e sereno. Un'assistenza mirata ai bisogni individuali di ogni ospite, bisogni di ordine fisico e funzionale, ma anche delle attività quotidiane e delle attività sociali e di relazione così come un'assistenza spirituale nel rispetto del proprio credo.

L'istituto è orientato a tutte le persone anziane affette da pluripatologie, fisiche, psichiche, sensoriali o miste, bisognosi sia di assistenza medica, infermieristica e riabilitativa.

Recapito

Strada della Castellanza 98
6968 Sonvico
091 936 0111
info@charitas.ch
charitas.ch

Enti e associazioni presenti nella guida



ENTI E ASSOCIAZIONI PRESENTI NELLA GUIDA

1.

ASSOCIAZIONE ALZHEIMER SVIZZERA

Sezione Ticino

Persegue lo scopo di riunire, consigliare e assistere, in uno spirito di solidarietà, le persone colpite dalla malattia di Alzheimer. L'associazione, oltre all'assistenza dei pazienti, offre gruppi di sostegno (TIN-CONTRO, nella fase iniziale della malattia) e di autoaiuto. L'iniziativa Alzheimer Café è un luogo d'incontro per ridurre l'isolamento e controllare le funzionalità residue dei malati. I gruppi di attivazione cognitiva hanno invece lo scopo di mantenere attive le funzioni cerebrali anche da anziani. Il centro competenze Alzheimer Ticino è l'antenna telefonica che offre informazioni e consulenze.

A chi si rivolge

Ai malati di Alzheimer o con patologie simili, nonché ai loro familiari e conoscenti.

Costo

Gratuito.

Recapito

Via Vanoni 8/10
6900 Lugano
091 912 17 07
info.ti@alz.ch
alzheimer-schweiz.ch

2.

ACLI

Associazioni cristiane lavoratori internazionali

Movimento educativo e sociale, le ACLI operano per favorire la crescita e l'aggregazione dei diversi soggetti sociali e delle famiglie, attraverso la formazione, l'azione sociale, la promozione di servizi e di realtà associative. Sono presenti in Svizzera attraverso le strutture di base, come i circoli, e svolgono tramite il servizio di Patronato attività di assistenza e tutela sociale, previdenziale, sanitaria e fiscale. Il coro delle ACLI si esibisce nelle case per anziani cittadine.

A chi si rivolge

A tutti

Costo

In base alla prestazione.

Recapito

Sede principale di Lugano
Via Balestra 19
6900 Lugano
091 923 97 16
lugano@patronato.acli.it
www.acli.ch

Circolo ACLI
Via Simen 9
6900 Lugano
091 923 66 46
aclilugano@bluewin.ch

3.

ACSI

Associazione consumatrici e consumatori della Svizzera italiana

È un'associazione di difesa dei consumatori autonoma e indipendente che opera senza scopo di lucro. È membro attivo della Commissione federale del consumo (CFC) e collabora con le organizzazioni svizzere e europee che difendono i consumatori. È impegnata a sensibilizzare, informare e formare i consumatori affinché possano effettuare scelte consapevoli e responsabili. Difende i loro interessi e persegue i propri obiettivi secondo i principi dello sviluppo sostenibile. Dal 2010 l'ACSI è anche associazione dei pazienti.

Recapito

Strada di Pregassona 33
6963 Pregassona
091 922 97 55
acsi.ch

4.

ASSOCIAZIONE ITALIANA DI LUGANO PER GLI ANZIANI

ASSOCIAZIONE OSPEDALE ITALIANO DI LUGANO

Offrono aiuto finanziario in linea di principio a carattere risolutivo (non per spese ricorrenti). Ogni anno le associazioni organizzano, a prezzi contenuti, soggiorni al mare sulla Riviera ligure e adriatica (marzo, maggio, giugno e settembre).

A chi si rivolge

A persone in età AVS domiciliate nel Canton Ticino, beneficiarie di una rendita AI, eventualmente con Prestazioni Complementari.

Costo

Quota sociale CHF. 10.- una tantum che vale per le due associazioni.

Recapito

Via Vella 4 - CP 318
6906 Lugano
091 970 20 27
aila-oil@bluewin.ch

5.

ALTAIR
Associazione Luganese trasporto
andicappati e invalidi nella Regione

Trasporto per persone con difficoltà motorie permanenti o temporanee.

Tra le prime associazioni per il trasporto costituite nel Luganese, con due pulmini equipaggiati e un gruppo di volontari, ALTAIR trasporta gli utenti che ne fanno richiesta.

A chi si rivolge

Agli utenti che, a causa di menomazioni temporanee o definitive, non possono usufruire dei mezzi di trasporto pubblici e privati.

Costo

Le tariffe applicate sono quelle stabilite dal Cantone. Trasporti 80 cts/km (quota minima per singola corsa nel raggio di 5 km CHF 5.-).

Recapito

Centro Nord/Sud
Via Campagna 26
6934 Bioggio
091 994 50 50
Autisti
079 223 98 89/85
info@altairlugano.ch
www.altairlugano.ch

6.

ASSOCIAZIONE PENSIONATI
COMUNALI DELLA CITTÀ DI LUGANO

Sviluppa e mantiene stretti legami di amicizia e di solidarietà tra i soci e promuove manifestazioni ricreative e culturali quali feste, incontri e vacanze al mare. L'associazione è composta da più di 650 soci e ha un coro che si esibisce nelle case anziani del Sottoceneri.

A chi si rivolge

Ai pensionati della Città di Lugano.

Costo

Quota sociale.

Recapito

c/o Ivan Weber (presidente)
Via Massagno 8
6952 Canobbio
091 942 17 83
079 620 47 47

7.

ASSOCIAZIONE PIPA
Prevenzione incidenti persone anziane

Promuove e contribuisce all'attuazione di progetti per ridurre gli incidenti frequenti tra gli anziani, mantenendo o migliorando la loro qualità di vita.

A chi si rivolge

Ad anziani, famiglie e operatori socio-sanitari.

Costo

Gratuito.

Recapito

Salita Mariotti 2
6500 Bellinzona
079 357 31 24
pipa@ticino.com
www.lnrg.ch/pipa/

8.

ASSOCIAZIONE TRIANGOLO
Volontariato e assistenza
paziente oncologico

L'Associazione si rivolge al paziente affetto da tumore e si propone di migliorare la sua qualità di vita. Favorendo lo spirito di solidarietà nei confronti del paziente oncologico, l'Associazione contribuisce a ridurre l'isolamento sociale coordinando tutte le risorse disponibili sul territorio e assistendo la famiglia nell'affrontare la malattia fino alla guarigione o a qualunque altra evoluzione. È composta da quattro servizi: volontariato, servizio sociale, servizio medico-infermieristico domiciliare, servizio psicologico.

A chi si rivolge

Ai pazienti oncologici adulti.

Costo

Gratuito.

Recapito

sezione Sottoceneri
Via Fogazzaro 3
6900 Lugano
076 543 24 49
sottoceneri@triangolo.ch
www.triangolo.ch

Servizio sociale (problemi d'ordine pratico, amministrativo, sociale e finanziario)
079 785 32 77

9.

ATTE

Associazione Ticinese Terza Età

Previene e combatte l'emarginazione. Ha come obiettivi la creazione di condizioni di vita favorevoli al mantenimento della salute, dei legami di amicizia e di solidarietà tramite il coinvolgimento diretto degli anziani e del volontariato. Promuove numerose attività tra le quali i corsi dell'UNi3 (università della terza età), proposte culturali, viaggi, animazione nei centri diurni, corsi di preparazione al pensionamento, appoggio scolastico agli allievi delle scuole medie.

A chi si rivolge

Ai soci e alle persone in età AVS.

Costo

Quota sociale annua CHF 35.-

Recapito

Via Beltramina 20A - 6900 Lugano
091 971 38 85

Centro diurno socio-assistenziale

Via Beltramina 20A - 6900 Lugano
091 972 14 72

Gruppo ATTE Breganzona

091 966 27 09

Segretariato Cantonale
(per il telesoccorso)
Viale Olgiati 38B - CP 537
6512 Giubiasco
091 850 05 50
atte@atte.ch
www.atte.ch

10.

**AUTORITÀ REGIONALE
DI PROTEZIONE**

Valuta la necessità di istituire misure di protezione secondo i criteri del Codice Civile (art. 390) e cioè interviene quando la persona non sia in grado di provvedere ai propri interessi a causa di disabilità mentale, turba psichica e analogo stato di debolezza personale. Sul territorio di Lugano, l'Autorità Regionale di Protezione è presente in un'unica sede di competenza a Breganzona.

A chi si rivolge

Ai domiciliati nel Comune di Lugano con difficoltà nel gestire i propri interessi personali e amministrativi.

Costo

Per le tariffe rivolgersi all'Autorità Regionale di Protezione (ARP).

Recapito

Segretariato ARP 3
(per tutti i quartieri di Lugano)
Via G. Polar 46 - CP 246
6932 Breganzona
058 866 61 40
arp3@lugano.ch
www.lugano.ch
sportello lu-ve, 8.30-11.30 / 14.00-16.00
centralino lu-ve 9.00-11.00

11.

CARITAS TICINO

Associazione ispirata dai principi della dottrina sociale della Chiesa, con il mandato di occuparsi della povertà. L'obiettivo è la promozione di una società solidale, in cui i singoli, le famiglie, le comunità, possano trovare la loro migliore espressione per il raggiungimento del bene proprio e comune.

Caritas partecipa al Piano cantonale contro l'indebitamento eccessivo Il franco in tasca e promuove, unitamente a ACSI e SOS debiti il progetto REBUS.

A chi si rivolge

Non è un servizio rivolto in modo specifico agli anziani, ma per persone bisognose.

Costo

Gratuito.

Recapito

Sede centrale
Via Merlecco 8
6963 Pregassona
091 936 30 20
cati@caritas-ticino.ch
www.caritas-ticino.ch

12.

CIRCOLO ANZIANI PREGASSONA

Circolo ricreativo che offre mensilmente pranzi, tombole, gite e svariate attività. Collabora con altre società sportive e culturali di Pregassona.

A chi si rivolge

Agli anziani interessati. A partire dal 60° anno d'età.

Costo

Tassa sociale CHF 30.-/anno.
Parte dei costi a carico dell'utente.

Recapito

Ca' rossa
Viale Cassone 40
6963 Pregassona
circoloanzianipregassona.com
form di contatto sul sito

13.

CLUB DEL CUORE

Fondata nel 1990 da persone affette da cardiopatie, l'Associazione si estende anche a persone desiderose di far prevenzione sul tema. Il gruppo propone, per i propri soci, attività sportive quali ginnastica, acquagym, camminate in pianura e in quota.

A chi si rivolge

A cardiopatici e a chi desidera fare prevenzione.

Costo

A carico dell'utente la tessera di socio (CHF 50.-) e i corsi di ginnastica (CHF 100.-). Possibilità di rimborso tramite cassa malati.

Recapito

Via Tomaso Rodari 10A
6900 Lugano-Besso
091 972 22 89
info@clubdelcuore.ch
clubdelcuore.ch

14.

CONCRONOS

Centro del movimento over 60

L'associazione si prefigge lo scopo di stimolare le persone sedentarie al movimento in un'ottica di prevenzione e/o recupero della forza muscolare. L'allenamento funzionale offerto si abbina, in particolare, al percorso per la stimolazione cognitivo-motoria, una pedana con videogiochi, dove si affinano le abilità fisiche, cognitive e motorie; un connubio vincente per prevenire le cadute nell'anziano. Il centro dispone di spazi per l'organizzazione, l'applicazione e lo svolgimento di diverse attività volte alla promozione della salute e del benessere psico-fisico. Si propone pure come punto d'aggregazione e svago intergenerazionale.

Grotta del sale?

A chi si rivolge

A tutti.

Costo

A pagamento.
Consulta il tariffario sul sito internet.

Recapito

Via Arbostra 2
6963 Pregassona
091 940 24 00
info@concronos.ch
concronos.ch

15.

CONFERENZA DEL VOLONTARIATO SOCIALE

Riunisce le principali organizzazioni di volontariato attive nella Svizzera italiana, promuove un volontariato formato e competente e gestisce il servizio di informazione e orientamento per chi vuole impegnarsi a titolo di volontario. Tramite colloquio personalizzato, aiuta ad individuare il tipo di attività che corrisponde al proprio interesse, conoscenze e attitudini, e fornisce i recapiti dei diversi enti presso i quali indirizzarsi. Si avvale inoltre del nuovo portale volontariato-ticino.ch rivolto a volontari, organizzazioni e scuole.

A chi si rivolge

A coloro che hanno del tempo a disposizione e desiderano impiegare facendo qualcosa di utile per gli altri e di gratificante per sé.

Costo

Gratuito.

Recapito

Via alla Campagna 9
6900 Lugano
091 970 20 11
info@volontariato.ch
volontariato-ticino.ch

16.

CROCE ROSSA SVIZZERA Sezione del Luganese

Organizza diverse attività (anche paramediche) sulla base dei principi di umanità, imparzialità, neutralità, indipendenza, volontariato, unità e universalità. Per gli anziani offre il servizio visite dei volontari, il centro diurno terapeutico - con personale infermieristico - e il servizio Espresso che risponde al bisogno temporaneo di assistenza domiciliare per accompagnare le persone che necessitano di camminare o fare la spesa (escluse le prestazioni sanitarie). Altri servizi utili per la terza età: il centro di ergoterapia, il servizio trasporti, la biblioteca e la rete di scambio RESO.

A chi si rivolge

Tutti.

Costo

Gratuito: servizio visite, sostegno alle famiglie, biblioteca, misurazione glicemia e pressione arteriosa, attività di RESO (rete di scambio e solidarietà).
A pagamento: Centro diurno terapeutico, trasporti, abiti di seconda mano, ergoterapia.

Recapito

Via alla Campagna 9 - CP 4064
6904 Lugano
091 973 23 23
info@crs-sottoceneri.ch
www.crocerossaticino.ch

17.

CROCE ROSSA TICINO

Settore corsi

Il Settore Corsi, ente di formazione di Croce Rossa Ticino - Associazione Cantonale di CRS -, è attivo nell'ambito della promozione della salute, della prevenzione e del benessere offrendo corsi su tutto il territorio ticinese e del Grigioni italiano.

A chi si rivolge

A tutti

Costo

A pagamento: offerte formative, elenco collaboratrici sanitarie CRS.

Recapito

Corso San Gottardo 70
6830 Chiasso
091 682 31 31
info@crs-corsiti.ch
www.crs-corsiti.ch

18.

CROCE VERDE BELLINZONA

Telesoccorso

La Croce Verde Bellinzona vende il Telesoccorso, ne gestisce l'abbonamento, lo installa e lo ripara a domicilio. Il servizio è garantito dalla centrale operativa di Ticino soccorso. L'iscrizione a Telesoccorso può essere fatta anche online sul sito della CV.

A chi si rivolge

Chi necessita di un sistema di Telesoccorso.

Costo

A carico dell'utente, ma con possibilità di sussidi.

Recapito

Via T. Rodari 6
6500 Bellinzona 2
091 820 05 05
info@telesoccorso.ch
www.cvbellinzona.ch

19.

CROCE VERDE LUGANO

È un'associazione di diritto privato, apolitica e aconfessionale, che non persegue fini di lucro ed è riconosciuta di pubblica utilità. Il suo scopo consiste nell'effettuare interventi di soccorso pre-ospedaliero, assicurare il trasporto dei malati e degli infortunati e offrire assistenza medica, paramedica e dentaria alla popolazione. Organizza inoltre corsi di primo soccorso.

A chi si rivolge

A tutta la popolazione del Luganese che necessita di soccorso e trasporto in ambulanza, del servizio medico dentario e che desidera partecipare a corsi di primo soccorso.

Costo

Le tariffe applicate sono quelle cantonali. possibilità di agevolazioni sulle spese mediante adesione alla Campagna donatori.

Recapito

Via alla Bozzoreda 46 - CP 219
6963 Pregassona
091 935 01 11 segreteria
091 935 01 80 servizio medico dentario
www.croceverde.ch

20.

DIABETE TICINO

Persegue lo scopo di migliorare la qualità di vita dei pazienti diabetici. Fornisce materiale sanitario, consulenza, istruzione per la terapia e l'incoraggiamento dei malati, informazione al pubblico e diagnosi precoce del diabete.

A chi si rivolge

Ai pazienti con diabete di tipo 1 e 2.

Costo

Tassa sociale CHF. 80.-

Recapito

Via al Ticino 30A
6514 Sementina
091 826 26 78
info@diabeteticino.ch
www.diabeteticino.ch

21.

DIPARTIMENTO DELLA SANITÀ E DELLA SOCIALITÀ UFFICIO DEGLI ANZIANI E DELLE CURE A DOMICILIO

Si occupa della pianificazione, del finanziamento, della regolamentazione, del controllo e della promozione della qualità delle strutture per gli anziani, dei servizi e delle prestazioni di assistenza e cure a domicilio e dei servizi d'appoggio presenti sul territorio cantonale.

Recapito

Stabile Ottavia
6500 Bellinzona
091 814 70 21
dss-uacd@ti.ch
www.ti.ch/anziani

22.

FAMILIARI CURANTI

Il termine familiare curante si riferisce a una persona che presta regolarmente assistenza, sorveglianza e accompagnamento, a titolo non professionale e in maniera totale o parziale, a una persona dipendente da terzi. Nella maggior parte dei casi questa figura ha un vincolo di parentela con la persona assistita. Grazie al familiare curante la persona bisognosa di assistenza può continuare a vivere al proprio domicilio. La figura del familiare curante è quindi una risorsa preziosa per la società e in quanto tale va valorizzata e sostenuta. Le misure di sostegno a disposizione dei familiari curanti sono offerte da enti e associazioni che promuovono il mantenimento a domicilio, la presa in carico fuori casa e il sostegno psicologico.

Nel 2019 è stata costituita la Piattaforma dei familiari curanti che riunisce questi enti per facilitarne la collaborazione e incentivare la progettualità condivisa.

Il Dipartimento della sanità e della socialità ha assunto il ruolo di coordinatore del gruppo.

Recapito (Piattaforma)

Divisione dell'azione sociale
e delle famiglie
Viale Officina 6
6501 Bellinzona
Direzione e segreteria generale
tel. +41 91 814 70 11
dss-dasf@ti.ch
www.ti.ch/dasf

23.

FEDERAZIONE SVIZZERA DI CONSULENZA SUI MEZZI AUSILIARI PER PERSONE ANDICAPPATE E ANZIANI (FSCMA)

Organizzazione specialistica e indipendente che offre - nella scelta dei mezzi ausiliari - sostegno e informazione alle persone affette da handicap fisici e a coloro che se ne occupano.

A chi si rivolge

A chi necessita di mezzi ausiliari.

Costo

Consulenza a domicilio: CHF 120.-/ora (salvo per carrozzelle speciali). Una prima consulenza presso il centro per mezzi ausiliari è gratuita.

Recapito

Via Luserte Sud 6
6572 Quartino
091 858 31 01
fscma.quartino@sahb.ch
www.sahb.ch

24.

FONDAZIONE DIABETE LUGANO

Fondata nel 1991 con lo scopo di migliorare e diffondere le conoscenze sul diabete e di offrire un aiuto e un sostegno alle persone che ne sono affette, la Fondazione promuove e organizza conferenze, corsi e seminari.

A chi si rivolge

A coloro che necessitano aiuto e consiglio nell'ambito di questa patologia.

Costo

Corsi a carico dell'utente. Altri servizi con possibilità di rimborso tramite cassa malati e Prestazioni Complementari.

Recapito

Via Massagno 20
6900 Lugano
091 921 36 40
info@diabetelugano.ch

25.

FONDAZIONE HOSPICE TICINO

Cure palliative a domicilio

Fondazione di diritto privato specializzata in cure palliative a domicilio. I medici, gli infermieri e i consulenti spirituali di Hospice collaborano con i medici curanti e i servizi del territorio per organizzare e coordinare gli aiuti necessari a mantenere a domicilio persone affette da malattie gravi, evolutive e sintomatiche. Presta particolare attenzione al sostegno dei familiari. Fornisce consulenza medica e infermieristica.

A chi si rivolge

A persone affette da malattie gravi, croniche e evolutive, desiderose di rimanere al proprio domicilio.

Costo

Gratuito.

Recapito

Viale dei Faggi 8
6900 Lugano
091 976 11 78 (amministrazione)
info@hospice.ch
091 972 19 77 (infermiere e medici)
hospice.lugano@hospice.ch
www.hospice.ch

26.

FONDAZIONE TICINO CUORE

Costituita nel 2005 su iniziativa della Federazione Cantonale Ticinese Servizi Autoambulanze (FCTSA) e del Cardiocentro Ticino, ha quale scopo principale l'aumento della sopravvivenza delle persone colpite da arresto cardiaco improvviso. La Fondazione è attiva nel finanziamento e nella ricerca di fondi, donazioni ed eventuali prestiti destinati al conseguimento dei suoi obiettivi.

Recapito

c/o FCTSA
Via Vergiò 8
6932 Breganzona
091 960 36 63
info@ticinocuore.ch

27.

**GENERAZIONEPIÙ
Anziani OCST**

Ispirata all'etica e al messaggio Cristiano-Sociale, offre la possibilità di partecipare solidamente alla difesa generale degli interessi della persona anziana e/o pensionata partecipando alla vita sociale, politica e produttiva del nostro paese. L'associazione promuove un ruolo attivo degli anziani all'interno della società, favorendo il mantenimento della loro autonomia e indipendenza, anche attraverso il sostegno del centro diurno socio-assistenziale.

A chi si rivolge

A tutti.

Costo

Attività gratuite e a pagamento.

Recapito

Via B. Lambertenghi 1
6900 Lugano
091 910 20 21
info@generazionepiu.ch
www.generazionepiu.ch

28.

**INCLUSIONE ANDICAP TICINO
(già FTIA - Federazione Ticinese
Integrazione Andicap)**

È un ente di pubblica utilità senza scopo di lucro che difende i diritti delle persone con disabilità in Ticino. Promuove e favorisce la loro inclusione in Ticino lottando contro l'emarginazione e migliorando le condizioni dal punto di vista sociale, culturale ed economica. L'associazione è in grado anche di offrire occasioni di occupazione e di gestire strutture e servizi adatti, organizzando attività sportive e del tempo libero

Recapito

Via Linoleum 7 - CP 572
6512 Giubiasco
091 850 90 90
info@inclusion-andicap-ticino.ch
inclusion-andicap-ticino.ch

29.**LEGA POLMONARE TICINESE**

Associazione senza scopo di lucro attiva nell'ambito della prevenzione di malattie respiratorie croniche. Offre consulenza infermieristica e supporto sociale così come vendite e noleggio di apparecchi inalatori. Su richiesta medica si fa carico della fornitura di tutto il necessario per l'ossigenoterapia (concentratori, ossigeno liquido, bombole), degli apparecchi per la ventilazione notturna per i disturbi respiratori del sonno (C-PAP) e degli apparecchi per l'assistenza domiciliare. Offre anche un momento di incontro e di attività ricreative nel centro diurno della CRS Sezione del Sottoceneri (Lugano)

A chi si rivolge

A persone che soffrono di malattie respiratorie croniche.

Costo

Prestazioni rimborsate dalla cassa malati.

Recapito

Via alla Campagna 9
6900 Lugano
091 973 22 80
info@legapolm.ch
www.legapolmonare.ch

30.**LEGA TICINESE CONTRO IL CANCRO**

Ente privato di pubblica utilità che fa parte delle venti leghe cantonali e regionali raggruppate all'interno della Lega svizzera contro il cancro. Ha come scopi l'aiuto e l'accompagnamento degli ammalati e dei loro familiari, l'informazione mirata alla prevenzione e alla diagnosi precoce, il promovimento e il sostegno della ricerca scientifica oncologica. Sostiene gli ammalati e i loro familiari in tutte le fasi della malattia.

Nell'ambito del sostegno ai familiari curanti offre il servizio "Prendersi cura di chi cura": incontri destinati ai caregiver (familiari curanti) con una psico-oncologa e/o un'infermiera counselor professionale.

Servizio Infocancro gratuito

0800 11 88 11
helpline@legacancro.ch
www.forumcancro.ch
(piattaforma virtuale di scambio)

A chi si rivolge

A persone malate e familiari.

Costo

Gratuito.

Recapito

Sede del Sottoceneri
Via L. Ariosto 6, 6900 Lugano
091 820 64 20
(direzione e amministrazione)
091 820 64 40
(assistenti sociali
e coordinamento volontari)
info@legacancro-ti.ch
https://ticino.legacancro.ch

31.**LEGA TICINESE PER LA LOTTA CONTRO IL REUMATISMO**

Su basi medico-scientifiche si prefigge la lotta contro le malattie reumatiche nel Canton Ticino. Offre anche un servizio sociale in collaborazione con Pro Infirmis Ticino. Promuove la prevenzione della malattie reumatiche attraverso l'informazione e l'organizzazione di attività di movimento.

A chi si rivolge

A pazienti con affezioni reumatiche, mal di schiena, dolori muscolari o articolari, artrite, artrosi, fibromialgia, ma anche alle persone sane.

Costo

Corsi a carico dell'utente (beneficiari AVS/ AI CHF 80.-) e altre prestazioni con possibilità di rimborso tramite cassa malati.

Recapito

Via Gerretta 3
6501 Bellinzona
091 825 46 13
info.ti@rheumaliga.ch
www.reumatismo.ch

32.**OPERA PRIMA**

L'Associazione Opera Prima collabora con i Servizi di Assistenza e Cure a Domicilio offrendo servizi di economia domestica e di collocamento badanti (ricerca e selezione in base alle esigenze dell'utente). L'occupazione della badante può essere a tempo pieno, a tempo parziale e notturno (sorveglianza o interventi).

I servizi di economia domestica - quali le pulizie, il bucato, la preparazione dei pasti, l'accompagnamento nelle uscite e le commissioni - sono servizi alla persona che hanno l'obiettivo di fornire aiuto a chi ne ha bisogno presso il proprio domicilio, consentendogli in questo modo il mantenimento di una maggiore autonomia.

Le prestazioni di aiuto domestico sono fatturate all'utente e possono essere rimborsate su prescrizione medica, totalmente o parzialmente in base ai singoli contratti, e dalle Prestazioni Complementari AVS.

Recapito

Via Cantonale 57
6802 Rivera
091 936 10 90
info@operaprima.ch
operaprima.ch

33.**ORGANIZZAZIONE SVIZZERA
DEI PAZIENTI**

È un' Organizzazione che promuove i diritti dei pazienti, aiutandoli ad orientarsi nelle cure mediche per poter affrontare al meglio la situazione.

Disposizioni in caso di emergenza

Supporta nella stesura delle direttive del paziente e del mandato precauzionale e offre un secondo parere di un medico specialista. Sostiene inoltre i pazienti che devono affrontare una procedura legale per errori medici e dentistici.

Recapito

091 826 11 28
ti@spo.ch
spo.ch/it

34.**PARKINSON SVIZZERA**

Associazione di pubblica utilità che lavora al servizio dei malati e dei loro familiari.

Informa, sostiene e accompagna lungo il decorso della malattia e aiuta a raggiungere una buona qualità di vita. Possibilità di seguire giornate informative e gruppi di auto-aiuto.

A chi si rivolge

Ai malati di Parkinson e ai loro familiari.

Costo

Gratuito.

Recapito

Ufficio della Svizzera italiana
CP - 6501 Bellinzona
091 755 12 00
info.ticino@parkinson.ch
parkinson.ch

Parkinson hotline gratuita

0800 80 30 20 (una volta ogni trimestre, dalle 17.00 alle 19.00)

35.**PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO**

Fondazione che opera per mantenere e migliorare il benessere delle persone anziane. Coordina e corrisponde le prestazioni affidategli quale servizio d'appoggio riconosciuto dal Cantone e dalla Confederazione. Dispone di centri diurni terapeutici e centri diurni socio-assistenziali, servizio di podologia, consulenza sociale e servizio fiduciario, servizio volontariato, Creativ Center (corsi diversi e vacanze), servizio promozione qualità di vita, servizio di aiuto al trasloco, servizio pasti a domicilio, lavoro sociale comunitario e progetti di quartiere.

A chi si rivolge

Alle persone anziane e ai loro familiari.

Costo

In parte prestazioni gratuite e in parte a pagamento (corrisposte da PC), o in base al reddito.

Recapito

Via Vanoni 8/10
6904 Lugano
091 912 17 17
info@prosenectute.org
www.prosenectute.org

36.**PUNTO INCONTRO ANZIANI - P.I.A.**

Gruppo di volontarie, attivo dal 1991, che offre un servizio di aiuto alla popolazione anziana del quartiere in collaborazione con altre infrastrutture pubbliche o private operanti nel campo sociale. Gestisce il bar e l'animazione della Residenza alla Meridiana.

A chi si rivolge

Anziani del quartiere di Viganello, a partire dai 60 anni.

Costo

Tassa sociale. Passeggiate e manifestazioni a carico dell'utente.

Recapito

Centro Girasole
Via Taddei 10
6962 Viganello
091 970 21 46
puntoincontroanziani@bluewin.ch

37.

SCUDO

Servizio di assistenza e cure a domicilio del Luganese

Associazione di diritto privato, aconfessionale e apartitica, che non persegue fini di lucro ed è riconosciuta quale ente di pubblica utilità per offrire assistenza e cure a domicilio e, in quanto tale, è sovvenzionata da Comuni e Cantone.

A chi si rivolge

Alle persone confrontate con malattia, infortuni, disabilità, difficoltà che necessitano di cure della persona o dell'ambiente in cui vivono. Per i servizi di economia domestica e di accompagnamento collabora con la neocostituita **Associazione SPADA (Servizio Pubblico Aiuto Domiciliare Alberghiero)** che ha sede presso SCUDO.

Costo

Tariffario disponibile sul sito internet. Possibilità di rimborso tramite cassa malati per le prestazioni infermieristiche.

Recapito

Via Brentani 11 - CP 4543
6904 Lugano
091 973 18 10
segreteria@scudo.ch
www.scudo.ch

38.

SOCIETÀ SVIZZERA SCLEROSI MULTIPLA

Organizzazione no-profit che offre alle persone con sclerosi multipla (SM) una consulenza professionale su tutti gli aspetti della malattia. Il team è composto da assistenti sociali e da infermieri e collabora con il Servizio di psichiatria e psicologia medica, con il Neurocentro EOC dell'Ospedale Regionale di Lugano e con il Gruppo specializzato fisioterapia e sclerosi multipla. Gruppi regionali offrono delle attività di socializzazione e animazione a favore dei malati di SM e dei loro familiari.

A chi si rivolge

Ai malati di SM e ai loro familiari. Ai volontari e ai professionisti interessati.

Costo

La consulenza socio-infermieristica è gratuita. La consulenza psicologica è a carico della cassa malati di base, mentre quella fisioterapica è pagata dalla cassa malati solo se su prescrizione medica.

Recapito

Centro SM
Via San Gottardo 50
6900 Massagno
091 922 61 10 (infoline SM)
info@sclerosi-multipla.ch
www.multiplesklerose.ch

39.

SOCIETÀ TICINESE PER L'ASSISTENZA AI CIECHI

È un'associazione benefica, senza scopo di lucro, costituita nel 1911 in favore delle persone cieche e ipovedenti della Svizzera italiana. Offre l'opportunità di soggiorni a lunga degenza o temporanei, in un'unità di riabilitazione, in un centro terapeutico diurno-notturno o in appartamenti protetti.

Promuove l'integrazione sociale e professionale, offre un sostegno finanziario e consulenza sulle assicurazioni sociali e può assumersi interamente o parzialmente i costi per i mezzi ausiliari destinati a ciechi o ipovedenti.

A chi si rivolge

A persone cieche o ipovedenti.

Costo

A dipendenza dei servizi richiesti, i costi sono a carico dell'utente o della cassa malati.

Recapito

Via Torricelli 45
6900 Lugano
091 913 67 00
info@stac-prociechi.ch
www.stac-prociechi.ch

40.

SOS DEBITI

Associazione attiva nel campo della lotta contro l'indebitamento e del risanamento dei debiti. È membro della Schuldenberatung Schweiz e offre consulenza professionale, piani di rimborso e pagamenti, risanamenti, assistenza nelle trattative con i creditori e accompagnamento nelle procedure di fallimento. Propone misure per migliorare il budget personale e aiuta nella compilazione delle imposte.

Recapito

Via G. Motta 47
6850 Mendrisio
091 630 27 51
info@sos-debiti.ch
sosdebiti.ch

41.

TELEFONO AMICO Ticino e Grigioni italiano

Attivo tutti i giorni 24 ore su 24, Telefono Amico (numero 143) è un servizio pubblico (a cui collaborano volontari) che offre un colloquio telefonico di aiuto a chi ha un problema e non sa come affrontarlo o a chi semplicemente ha bisogno di qualcuno con cui parlare. Sono garantiti discrezione e anonimato.

A chi si rivolge

A tutti.

Costo

Il costo di una telefonata da casa (rete fissa) ammonta a 20 cts, indipendentemente dalla durata e dalla provenienza.

Recapito

Telefono Amico
Tel. 143 - CP 4118
6904 Lugano
143.ch
possibilità anche di una consulenza via chat

42.

UNITAS Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

È un'associazione che si fonda sul principio dell'auto-aiuto tra le persone cieche e ipovedenti e, per questa ragione, è possibile divenirne soci solo se si è affetti da un deficit importante della vista. È inoltre la sezione per la Svizzera italiana della Federazione svizzera dei ciechi e dei deboli di vista (FSC). A Lugano, oltre ai vari servizi offerti in tutto il Ticino dall'Associazione, è presente anche il centro diurno Casa Andreina.

Centro diurno Casa Andreina

Dal 2015 il centro è aperto anche ad anziani vedenti che risiedono nella zona: operatori qualificati seguono la presa a carico per chi necessita di una piccola assistenza.

A chi si rivolge

A persone cieche e ipovedenti.

Costo

A carico dell'utente a seconda dei servizi richiesti.

Recapito

Via San Gottardo 49 - 6598 Tenero
091 735 69 00
info@unitas.ch
www.unitas.ch

Centro diurno socio-assistenziale

Casa Andreina

Via Ricordone 3
6900 Lugano
091 735 69 05
casa.andreina@unitas.ch

Impressum

Progetto a cura
della Divisione socialità,
Città di Lugano

Via Trevano 55
6900 Lugano
Tel. 058 866 74 57
socialita@lugano.ch
lugano.ch
www.facebook.ch/socialitalugano

Progetto grafico
GilardiGraphicDesign
Lugano

Illustrazione
Ursula Bucher

Stampa
TBS La Buona Stampa
Pregassona

Tiratura
12'000 copie

Prima edizione, 2008
curata dall'Agenzia
di comunicazione,
Città di Lugano
Seconda edizione, 2014
Terza edizione, 2020
© Divisione socialità

Si ringrazia la Fondazione
Maddalena e Alfredo Airoidi di Lugano
per il prezioso sostegno finanziario.



Città di Lugano
Socialità
www.lugano.ch

