

Programma di settembre

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00
Sabato 10.00 - 16.00

I Centri diurni socio-assistenziali intendono favorire il benessere e l'autonomia delle persone anziane che vivono al proprio domicilio grazie ad attività diversificate e in collaborazione con il territorio circostante. Passate per un caffè, saremo lieti di accogliervi e farvi conoscere il nostro centro e le nostre proposte.

 Tutte le nostre proposte sono segnate con questo simbolo e dunque sovvenzionate dall'Ufficio federale delle assicurazioni sociali poiché contribuiscono in modo particolare a contrastare i problemi dovuti all'avanzare dell'età.

Proposte fisse

Lunedì

9.30-11.15	Mente in movimento e gruppo parola sprint con Milena Fiscalini
9.00-11.30	Impara l'uncinetto e dai vita alla tua creatività con Ilaria Meyer
14.00-16.00	Disegno gruppo autonomo (14.9 e 28.9)
14.00-16.30	Gruppo carte autonomo

Martedì

9.00-10.00 (1° gruppo)	Rinforziamoci a 360° (Terapia Arcobaleno) in collaborazione con ValMoving
10.30-11.30 (2° gruppo)	Esercizi per articolazioni, schiena, stretching e tisana di stagione Con Elena Pesenti (Costo: CHF 40.- per 10 lezioni) su iscrizione
14.00-15.00	Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza con Claudia Glanzmann

Mercoledì

9.00-11.30	Pasticceria con équipe
9.30-11.00	Parliamo in italiano (frasi di uso quotidiano) con équipe
14.00-16.00	Manicure, un tocco di eleganza con Sandy Bolli Telefonare per info sulle date. Costo: CHF 5.- (contributo materiale), su iscrizione

Giovedì

9.30-10.45	Scopri il Thai Chi, l'arte del movimento Con Claudio Cianca (Costo: CHF 40.- per 10 lezioni) su iscrizione
9.30-11.00	Mattinata creativa con Bruna Ielmini
14.00-15.00	Ceramica con Sandy Bolli (17.9)

Venerdì

10.00-11.00	Sul palco della vita con Andrea Luterotti
14.00-16.00	Tombola con Mara Bacchi e Giuseppe Battisti Costo: CHF 6.50 solo cartelle; CHF 2.- caffè

Programma di settembre

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00
Sabato 10.00 - 16.00

Giovedì 3 settembre

La vita, le storie e ricordi, un viaggio tra parole e immaginazione

Dalle 14.00 alle 16.00 ca.

Con Dante Carbini

Sabato 5 settembre

Pranzo a buffet e canti con Michela Dotta!!!

Dalle 11.30 alle 15.30

Su iscrizione

Con Michela Dotta e Valentina Gnesa

Costo: CHF 10.- tutto compreso

Mercoledì 9 e 23 settembre

**Sarà presente la nostra assistente sociale
Cristiana Bonatti**

Dalle 9.00 alle 11.00

Su appuntamento allo 091 760 91 63

Mercoledì 9 settembre

Turisti per caso!!! Giro in trenino e gelato a Locarno

Dalle 13.30 alle 16.30 ca.

Su iscrizione

Con équipe

Costo: 8.- Fr. + gelato

Sabato 12 settembre

«Caffè, croissant, burro, marmellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.»

Dalle 10.00 alle 11.30 ca. ; su iscrizione

Costo: CHF 5.- tutto compreso

Con Milena Fiscalini

E

CONCERTO CORNO DELLE ALPI

(esecuzione di alcuni brani e merenda offerta)

Dalle 14.00 alle 16.00

Gradita l'iscrizione

Con Werner Ruesch e Beat Deppler

Lunedì 14 settembre

**Tombola alla Trattoria Unione di Cevio:
il gioco è fatto, ora tocca a te vincere!**

Dalle 14.00 alle 16.00

Costo: CHF 6.50 solo cartelle;

bevande a carico del partecipante

Mercoledì 16 settembre

Alla scoperta della montagna... Pizzo Leone

Dalle 09.00 alle 17.00

Pranzo al sacco (ognuno porta il suo) + dolce

al grotto, costo a carico del partecipante

Per persone abituate a camminare in montagna!!!

Giovedì 17 settembre

Ceramica con Sandy

dalle 14.00 alle 15.30

su iscrizione, numero chiuso

Con Sandy Bolli

Sabato 19 settembre

Pranzo a buffet e balli con Maurizio!!!

Dalle 11.30 alle 16.00

Su iscrizione

Con Maurizio Hartmann e Sandy Bolli

Costo: CHF 10.- tutto compreso

Martedì 22 settembre

Sportello digitale!

Aiuto informatico di base

Dalle 14.00 alle 16.00

Gradita l'iscrizione

Con Pierpaolo Bonettini

Mercoledì 23 settembre

Tombola al ristorante Bellavista di Cavigliano

Dalle 14.30 alle 16.00

Costo: CHF 6.50.- solo cartelle; bevande a

carico del partecipante

Mercoledì 23 settembre

Mercato di Luino!!!!

Dalle 9.00 alle 16.00 circa

Su iscrizione

Con équipe

Pranzo libero

Giovedì 24 settembre

Colazione alla Pasticceria Pellanda di Intragna

Dalle 09.15 alle 11.30 ca.

Su iscrizione

Costo: colazione a carico del partecipante

Con équipe

E

Salute e benessere: presentazione: «Il fuoco di Sant'Antonio»

Dalle 14.00 alle 15.30 ca.

Su iscrizione

Con Claudia Saccol Magri (AVAD)

Venerdì 25 settembre

Pranzo e tombola al ristorante Botegon di Moghegno

Dalle 12.00 alle 16.00

Su iscrizione

Costo: pranzo e bibite a carico del partecipante
+ 6.50.- Fr. per 5 giri di cartelle tombola

Sabato 26 settembre

«Caffè, croissant, burro, marmellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.»

Dalle 10.00 alle 11.30 ca.

Su iscrizione

Costo: CHF 5.- tutto compreso

Con Milena Fiscalini

E

Presentazione: «Natura fa rima con salute»

Dalle 14.00 alle 15.30

Con Alessandra Melucci

Gradita l'iscrizione

Mercoledì 30 settembre

Visita alla fattoria Ca'Stella a Meride (attività con animali) + pranzo in loco

Costo: insalata mista, gnocchetto al pomodoro

fatto in casa, crostata CHF 25.- (bibite escluse)

Dalle 9.00 alle 16.30

Con équipe

Mercoledì 30 settembre - Giovedì 01 ottobre

Casale Monferrato e Genova 2 giorni-1 notte

Su iscrizione-Per info telefonare al cdsa