

Giugno 2023... sapore d'estate

Centro diurno «Ancora», Faido

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00

Sabato 10.00 - 14.00

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME



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!

Voglia di pranzare in compagnia? Iscrivetevi al pranzo presso il Centro, CHF 12.-

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

Proposte fisse

Lunedì

- 9.30-10.30 **Parliamone!** Chiacchierata di gruppo su un tema. *Con Anna Rossetti*
- 10.00-11.00 **Breaking news:** attualità, cronaca e riflessioni Il 5 e il 26 giugno
Con Leonard Carisi
- 10.30-11.30 **Attori si diventa:** prove dello spettacolo Il 12 e il 19 giugno - *Con Andrea Luterotti*
- 11.15-12.00 **Dolce movimento:** teniamoci in forma!
Con Anna Rossetti
- 14.00-15.30 **Il circolo della maglia: lana, ferri & fantasia**
Il 12, 19 e 26 giugno - *Con Ginette Ticozzi*
- 14.00-16.00 **Gruppo Inglese:** ospitiamo un appassionato gruppo di studiosi! (Ogni due settimane)

Martedì

- 10.00-11.00 **Ginnastica fit** - Il 13, 20 e 27 giugno
Con Anna Rossetti
- 10.00-11.00 **Promenade del mattino** - Il 6 giugno
Con Leonard Carisi
- 10.30-11.30 **Cervelli in forma:** attività di stimolazione cognitiva. *Con Silvia Avalli*
- 14.00-15.00 **Far ridere è una cosa seria:** lezioni spettacolo di umorismo - Il 13 e il 27 giugno
Con Gianni Giannini
- 14.00-16.00 **Spazio digitale:** tecnologie digitali per tutti!
Con Simona Previtali

Mercoledì

- 10.30-11.30 **Coro Ghèz**
Con Mattia Mirenda
- 10.30-11.30 **Coccole in chiacchiera:** un piccolo spazio di accoglienza individuale, su iscrizione
Con Francesca Adorna

14.00-15.30

Il bosco in una stanza: progetto Cammino, scopro e percepisco... un percorso nella natura per rigenerarsi (bosco di Cari)
Con Paul Sigel - Il 7 giugno

14.00-15.30

Creativamente - ciapà coragg!
Acquerelli, colori, immagini e parole, per divertirsi e stare assieme - Il 7 e il 21 giugno
Con Patrizia Tarascio Degiorgi

Giovedì

- 10.30-11.30 **Attori si diventa:** spettacolo in preparazione! Il 1° e il 22 giugno. *Con Andrea Luterotti*
- 10.00-12.00 **Laboratorio di fotografia:** libri e letture sulla fotografia - *Con Annika Fibbioli* - Il 15 giugno
- 14.00-15.30 **Farfalliamo?** Laboratorio di riciclo dei cartoni delle uova! Il 1° e il 15 giugno
Con Roberta Bruni-Coduri e Laura Sottocorno

Venerdì

- 10.00-11.00 **Palestra per la mente:** stimolazione cognitiva per un'ottima forma mentale.
Con Leonard Carisi
- 10.30-12.00 **Atelier di cucina:** si cucina il pranzo del giorno!
Con Silvia Avalli
- 14.00-15.00 **Bocce per tutti**
Con Leonard Carisi
- 14.00-17.00 **Unitas gruppo maglia Faido**
Il 2, 9 e 16 giugno - *Con Manuela Biava*

Ogni giorno

C'è la possibilità di dedicarsi all'**Atelier del verde: giardinaggio per tutti** -
Con Valentina Franzese

IN OCCASIONE DI EVENTI SPECIALI, IL PROGRAMMA QUOTIDIANO PUÒ SUBIRE DELLE VARIAZIONI: CONSULTATE ANCHE «LE SPECIALITÀ DI GIUGNO» E TENIAMOCI IN CONTATTO!

Specialità di giugno 2023

Centro diurno «Ancora», Faido

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00
Sabato 10.00 - 14.00

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME



«Il mese di giugno si distese all'improvviso nel tempo, come un campo di papaveri»

(Pablo Neruda)

A GIUGNO IL CENTRO RESTERÀ CHIUSO GIOVEDÌ 8, GIOVEDÌ 29 E VENERDÌ 30.

Sabato 3 giugno

Il sabato del villaggio: pranzo in compagnia!

Pranziamo tutti insieme alla Birreria di Faido
Partenza dal Centro Ancora alle 11.15, Rientro dal ristorante alle 13.30
Menù con insalata, arrosto, gelato e caffè
CHF 25.- (pranzo a carico dei partecipanti)
Iscrivetevi entro giovedì 1° giugno

Lunedì 5 giugno

Caliamo l'Ancora: pranzo con i bambini della scuola dell'infanzia di Chironico!

Dalle 11.00 alle 15.30
Una splendida chiusura di anno scolastico con un prezioso scambio intergenerazionale!
Presso la sala comunale di Chironico
Pranzo: CHF 10.- (con caffè!)
Iscrivetevi entro giovedì 1° giugno

Martedì 6 giugno

A spasso con Ary e Nadia: pranzo in compagnia al Ristorante Baldi, Rodi

Dalle 11.30 alle 15.00
Pranzo a carico dei partecipanti
Iscrivetevi entro venerdì 2 giugno

Mercoledì 7 giugno

L'angolo delle riparazioni

Dalle 14.00 alle 16.00
Appuntamento irrinunciabile per piccole riparazioni sartoriali, grazie alle mani d'oro di Lina. Ultimo appuntamento prima dell'estate, non perdetevi! *Con Lina Careddu*

Sabato 10 giugno

Imparare ad autotrattarsi con la riflessologia facciale DIEN CHAN ZONE®

per disturbi alle gambe e ginocchia: ossa, muscoli, tendini, articolazioni, ristagno di liquidi, gambe pesanti, dolenzie... Portate con voi uno specchio!
Dalle 10.30 alle 11.30
Con Chantal Bonny

Da lunedì 12 a venerdì 16 giugno

Settimana della Protezione Civile!

Avremo con noi alcuni militi tutti i giorni e in due occasioni faremo festa insieme!

Mercoledì 14 giugno

In gita con la Protezione Civile!

Chiamateci per i dettagli

Venerdì 16 giugno

Pranzo in festa con la Protezione Civile!

Dalle 12.00 alle 14.30
Costo: CHF 15.- (Tutto compreso)

Sabato 17 giugno

L'anello di Re Salomone

Etologia e dintorni
Dalle 10.30 alle 11.30
Con Daniele Zanzi, biologo

Martedì 20 giugno

Caliamo l'Ancora: pranzo e tombola all'osteria Salzi di Osco!

Dalle 12.00 alle 16.00
Menù con insalata, lasagna, dessert e caffè CHF 25.- (pranzo a carico dei partecipanti)
Per il pranzo iscrivetevi entro venerdì 16 giugno, per la tombola si può arrivare direttamente in osteria!

Giovedì 22 giugno

Spettacolo teatrale «L'essenziale è invisibile agli occhi»

Dalle 14.00 alle 16.00
Il gruppo di teatro del Centro «Ancora» presenta il suo ultimo lavoro
Non potete mancare!

Sabato 24 giugno

Incontro sul tema: Il trasporto delle merci in Leventina all'epoca delle mulattiere

Dalle 10.30 alle 11.30
Con Fabrizio Viscontini, storico

Mercoledì 28 giugno

Pieno d'energia: festa di inizio estate!

Grande festa al Castelletto di Faido con pranzo e maxi tombola
Inauguriamo insieme l'estate, non ve ne pentirete!
Seguiteci per i dettagli...

DOVE NON È SPECIFICATO, VI ASPETTIAMO DA NOI AL CENTRO «ANCORA»!