

Dicembre 2023: si accendono gli animi!

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Ancora», Faido

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00

Sabato 10.00 - 14.00



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!

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 **In cammino verso il Natale...**
Decorazioni e creatività a tema
Con Paul Sigel
- 11.15-12.00 **Dolce movimento:** teniamoci in forma!
Con Anna Rossetti
- 14.00-15.30 **Il circolo della maglia:** lana, ferri & fantasia
Con Ginette Ticozzi
- 14.00-15.30 **Mochila-Mania:** jeans e stoffe di riciclo
si trasformano in splendidi zaini
Con Mary Luz Bacçalà

Martedì

- 10.00-11.00 **Ginnastica fit**
Con Anna Rossetti
- 10.30-11.30 **Cervelli in forma**
Attività di attivazione cognitiva
Con Silvia Avalli
- 14.00-15.00 **Eureka!** Alla ricerca di nuove creazioni
Il 5 dicembre. Con Anna Rossetti
- 14.00-15.30 **Il filo della comicità**
Corso comico-teatrale per ridere insieme!
Il 5 dicembre. Con Gianni Giannini
- 14.00-16.00 **Gruppo inglese**
ospitiamo un appassionato gruppo
di studiosi!

Mercoledì

- 10.30-11.30 **Coro Ghèz**
Con Mattia Mirenda
- 14.00-15.00 **Il bosco in una stanza**
Ancora creazioni per il bosco di Cari!
Con Paul Sigel

Giovedì

- 10.30-11.30 **Attori si diventa:** laboratorio teatrale
Con Andrea Luterotti
- 14.00-15.30 **Il giardino delle meraviglie**
Laboratorio di riciclo dei cartoni delle uova!
Con Roberta Bruni-Coduri e Laura Sottocorno

Venerdì

- 10.00-11.00 **Scalda il cervello:** attivazione 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
- 14.00-15.00 **Più PC per tutti:** per capire di più e meglio
il mondo del computer.
Il 15 dicembre. Con Matteo Roncoroni
- 14.00-17.00 **Unitas gruppo maglia Faido**
Con Manuela Biava

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

Specialità di dicembre 2023

Centro diurno «Ancora», Faido

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00

Sabato 10.00 - 14.00



**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

Colui che ha una grande ricchezza in sé stesso è come una stanza pronta per la festa di Natale, luminosa, calda e gaia in mezzo alla neve e al ghiaccio della notte di dicembre

(Arthur Schopenhauer)

A DICEMBRE IL CENTRO «ANCORA» RESTERÀ CHIUSO LUNEDÌ 4, VENERDÌ 8, LUNEDÌ 25 E MARTEDÌ 26 DICEMBRE

MERCOLEDÌ 6 E MERCOLEDÌ 20 DICEMBRE CONSULENZE SOCIALI GRATUITE SU TEMI DI INTERESSE PER PERSONE IN ETÀ AVS CON ALESSIA SALA, ASSISTENTE SOCIALE DI PRO SENECTUTE.

Venerdì 1° dicembre

Coro Ghèz in trasferta!

Si canta al Centro diurno di Lamone
Partenza dal Centro «Ancora» alle 10.30, rientro previsto per le 17.00

Menù: lasagna bianca con zucca e formaggio, torta, acqua e caffè CHF 13.50.

Sabato 2 dicembre

Laboratorio creativo con gli amici del Paradiso dei cani di Medeglia

Dalle 10.00 alle 12.00
Venite a scoprire una nuova attività in compagnia!
Possibilità di pranzare presso il Centro iscrivendosi entro giovedì 30 novembre

Martedì 5 dicembre

Giochiamo a bocce con gli amici dell'Angolino di Airolò!

Dalle 14.00 alle 15.30

Giovedì 7 dicembre

Festa per San Nicolao e tombola

Dalle 12.00 alle 15.30
Per il pranzo iscrivetevi entro sabato 2 dicembre (Menu e un

caffè CHF 10.-). Per la tombola vi aspettiamo senza iscrizione!

Sabato 9 dicembre

Il pane nel vasetto

Dalle 10.00 alle 12.00
Provare per credere!
Se desiderate pranzare con noi iscrivetevi entro mercoledì 6 dicembre

Martedì 12 dicembre

Degustazione di dolci tipici natalizi

Dalle 13.30 alle 15.30
Immersione nei gusti delle feste in ottima compagnia!
Iscrivetevi entro sabato 9 dicembre

Giovedì 14 dicembre

Cinema Leventina ad Airolò

Partenza dal Centro «Ancora» Alle 14.15, rientro previsto per le 17.00
Proposta degli amici dell'Angolino di Airolò!
Per il biglietto sono richiesti CHF 5.-, la differenza è sponsorizzata dall'Angolino

Sabato 16 dicembre

Prendersi cura di sé stessi con la riflessologia facciale DIEN CHAN ZONE®

Pronto soccorso: vengono insegnati semplici ed efficaci massaggi da fare nel momento del bisogno
Dalle 10.00 alle 11.30
Con Chantal Bonny

Se volete pranzare con noi, iscrivetevi entro giovedì 14 dicembre

Lunedì 18 dicembre

A spasso con Ary e Nadia: pranzo in compagnia all'Osteria Marisa di Faido

Dalle 11.30 alle 15.30
Pranzo a carico dei partecipanti, ottima compagnia gratuita ed assicurata!
Iscrivetevi entro venerdì 15 dicembre

Martedì 19 dicembre

Caliamo l'Ancora: spesa in compagnia!

Caffè in compagnia, commissioni e spesa al Centro S. Antonino, a S. Antonino
Ai partecipanti è richiesto un contributo di CHF 5.-
Posti limitati, iscrivetevi entro sabato 16 dicembre

Mercoledì 20 dicembre

Raggiungiamo gli amici di ATTE Faido a pranzo!

Partenza dal Centro «Ancora» alle 11.45, rientro previsto per le 14.30
Iscrivetevi entro lunedì 18 dicembre

Mercoledì 20 dicembre

L'angolo delle riparazioni

Dalle 14.00 alle 16.00
Le riparazioni vengono eseguite gratuitamente, potete portare i vostri capi al Centro «Ancora» in qualsiasi momento, anche nei giorni precedenti!
Con Lina Careddu

Giovedì 21 dicembre

Si gioca a carte all'Angolino di Airolò!

Nel pomeriggio, chi è interessato ci contatti per i dettagli

Venerdì 22 dicembre

Polvere di stelle... Festa di Natale 2023

Dalle 11.45 alle 16.00
Buon cibo, ottima compagnia, scambio di auguri... e musica
Con Tamara Buzzetti!
Pranzo a offerta libera
Iscrivetevi entro lunedì 18 dicembre

Sabato 23 dicembre

Aspettando Natale... pranzo in compagnia al Ristorante Pedrinis a Faido

Dalle 11.30 alle 14.00
Pranzo a carico dei partecipanti
Iscrivetevi entro mercoledì 20 dicembre

Mercoledì 27 e giovedì 28 dicembre

Spengler Cup Davos

Seguiamo insieme le partite del pomeriggio!

Venerdì 29 dicembre

Tombola col botto!

Dalle 14.00 alle 15.30
Possibilità di pranzare con i manicaretti dell'Atelier di cucina (CHF 10.- menu e un caffè)
Per il pranzo iscrizioni entro giovedì 28 dicembre, per la tombola vi aspettiamo anche a sorpresa!

Sabato 30 dicembre

Aspettando Capodanno...

pranzo in compagnia al Ristorante Leventina a Bodio
Dalle 11.30 alle 14.00
Pranzo a carico dei partecipanti
Iscrivetevi entro mercoledì 27 dicembre