

Giugno 2024: bagni di sole & tintarelle di luna

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno ANCORA

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
- 11.00-11.45 **Dolce movimento**
Teniamoci in forma!
Con Anna Rossetti
- 13.00-15.00 **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
Con Anna Rossetti
- 14.00-16.00 **Gruppo inglese**
Ospitiamo un appassionato gruppo di studiosi!

Mercoledì

- 10.30-11.30 **Coro Ghèrz**
Con Mattia Mirenda
- 14.00-15.00 **Il bosco in una stanza**
I desideri prendono forma...
Con Paul Sigel
- 14.00-15.30 **Il circolo della maglia**

Lana, ferri & fantasia
Con Ginette Ticozzi

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 Laura Sottocorno e Roberta Bruni-Coduri

Venerdì

- 10.00-11.00 **Scalda il cervello**
Attivazione cognitiva per un'ottima forma mentale
Con Leonard Carisi
- 09.30-12.00 **Atelier di cucina**
Si cucina il pranzo del giorno!
Con Silvia Avalli
- 10.30-11.30 **In movimento**
Benessere & divertimento
Con Matteo Roncoroni
- 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
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 giugno» e teniamoci in contatto!

RACCONTARSI ANCORA... Hai voglia di raccontare un episodio della tua vita che ti piacerebbe rimanesse nella memoria collettiva? Noi di sicuro abbiamo voglia di ascoltare! Prendi un appuntamento, ti aspettiamo!

Specialità di giugno 2024

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno ANCORA

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

«Mi chiedo che cosa sarebbe vivere in un mondo in cui è sempre giugno... »

(LM Montgomery)

A GIUGNO IL CENTRO ANCORA RESTERÀ CHIUSO SABATO 29, PER FESTIVITÀ.

Sabato 1° giugno

L'orto inclusivo

Interessante incontro sul tema
Dalle 10.30 alle 11.30
Con *Pierluigi Zanchi*
Se desiderate pranzare con noi
iscrivetevi entro mercoledì 29
maggio

Lunedì 3 giugno

A spasso con Ary e Nadia: pranzo in compagnia al Grotto Canvett a Semione!

Ultima uscita prima della pausa
estiva, non mancate...
Dalle 11.30 alle 15.30
Pranzo a carico dei partecipanti,
ottima compagnia gratuita ed
assicurata!
Iscrivetevi entro giovedì 30 maggio

Martedì 4 giugno

Visita alla Caserma dei Pompieri di Faido

Dalle 10.00 alle 12.00
Chiamateci per i dettagli!
Iscrivetevi entro lunedì 3 giugno

Mercoledì 5 giugno

Pomeriggio nel museo all'aperto di casa Grandi

Siamo ospiti da Lindo e Verena
Grandi!
Partenza alle 13.45, rientro previ-
sto per le 16.15
In caso di maltempo l'uscita verrà
rinviiata.
Iscrivetevi entro lunedì 3 giugno

Consulenze gratuite al Centro Ancora

Con Alessia Sala, assistente sociale
di Pro Senectute, per consulenze
sociali su temi di interesse per
persone in età AVS.

Giovedì 6 giugno

Si gioca a carte all'Angolino di Airolo!

Nel pomeriggio, chi è interessato ci
contatti per i dettagli

Sabato 8 giugno

Pranzo in compagnia all'Osteria Marisa a Faido!

Partenza alle 11.30, rientro previ-
sto per le 14.00
Pranzo a carico dei partecipanti,
menu alla carta
Iscrivetevi entro giovedì 6 giugno

Lunedì 10 giugno

Trote in tavola!

Grigliata con l'ottimo pesce della
Società di pesca «La Leventinese»
Alle 12.00
Menu (con acqua e caffè): CHF 20.-

Tombola d'acqua

Dalle 14.00 alle 16.00
Iscrizioni per il pranzo entro gio-
vedì 6 giugno, per la tombola rag-
giungeteci pure senza problemi!
Con la partecipazione dei militi
della Protezione Civile!

Martedì 11 giugno

Promenade del mattino

Passeggiata con i militi della Prote-
zione Civile!
Dalle 10.00 alle 11.00
Chiamateci per i dettagli!

Mercoledì 12 giugno

reciPROcamente ATTenti!

Pranzo ATTE al Centro Ancora!
Esibizione del Coro Ghèrz, a
seguire pranzo con le prelibatezze
di Marino!
Dalle 11.30 alle 15.30
Menu: CHF 15.-
Iscrizioni entro lunedì 10 giugno a
Silva D'Odorico (079 442 86 62)

Giovedì 13 giugno

Cinema Leventina ad Airolo

Partenza alle 14.15, rientro previ-
sto per le 17.00
Proposta degli amici dell'Angolino
di Airolo!
Biglietto: CHF 5.-, la differenza è
sponsorizzata dall'Angolino.

Giovedì 13 giugno

Giochi di società

Dalle 13.30 alle 15.30
Con *gli amici del Gruppo Inglese*
Vi aspettiamo!

Sabato 15 giugno

12 auto-massaggi con la Riflesso- logia facciale DIEN CHAN ZONE®

Dalle 10 alle 11:30
Con *Chantal Bonny*
Iscrizioni per il pranzo entro mer-
coledì 12 giugno

Lunedì 17 giugno

Passeggiata Angone-Suàisa, pianeggiante!

Pranzo in compagnia all'Osteria
Anzonico.
Evoluzione del bosco di protezione
Partenza alle 9.30, rientro previsto
per le 15.30
Pranzo a carico dei partecipanti
Iscrivetevi entro giovedì 13 giugno

Martedì 18 giugno

Ginnastica fit in giro per il mondo!

Il gruppo della ginnastica in gita,
insieme a chi vuole aggiungersi!
Chiamateci per i dettagli!
Iscrivetevi entro venerdì 14 giugno

Caliamo l'Ancora: spesa in com- pagnia!

Pomeriggio in compagnia per
commissioni e spesa, ma solo
dopo un buon caffè a Faido
Dalle 14.00 alle 16.00
CHF 5.- per il trasporto (se utiliz-
zato)
Iscrivetevi entro lunedì 17 giugno

Mercoledì 19 giugno

Caliamo l'Ancora: nuovo appunta- mento per il cerchio di Chironico

Confronto di gruppo su temi cari ai
cittadini presso la Casa Patriziale
di Faido.
Dalle 15.15 alle 17.00

Consulenze gratuite al Centro Ancora

Con Alessia Sala, assistente sociale
di Pro Senectute, per consulenze
sociali su temi di interesse per
persone in età AVS.

Venerdì 21 giugno

Solstizio d'estate: la festa più lunga dell'anno!

Grande evento al Castelletto di
Faido
Programma ricco e interessante
Dalle 11.45 alle 16.30
Chiamateci per i dettagli!

Sabato 22 giugno

Galleria del San Gottardo: un rac- conto sull'esperienza lavorativa

Dalle 10.30 alle 11.30
Con *Marco Grassi*
Se desiderate pranzare con noi
iscrivetevi entro mercoledì 19
giugno

Martedì 25 giugno

Visita al Monastero di Claro

a seguire pranzo in compagnia!
Partenza alle 10.00, rientro previ-
sto per le 15.30
Pranzo a carico dei partecipanti.
CHF 5.- per il viaggio
Iscrivetevi entro giovedì 20 giugno

Grigliata e musica dal vivo ad Asco- na con i Centri diurni del Locarnese

Ottima occasione e meravigliosa
compagnia
Partenza alle 10.15, rientro previ-
sto per le 17.00
Il pranzo è a carico dei parteci-
panti (CHF 15.- menu e bevande
analcoliche)
CHF 5.- per il viaggio
Iscrivetevi entro mercoledì 12
giugno

**Dove non è specificato, vi aspetta-
mo da noi al Centro Ancora!**