

Ottobre è il mese dei colori!



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		14.00-15.30	Il circolo della maglia Lana, ferri & fantasia Con <i>Ginette Ticozzi</i>
9.30-10.30	Parliamone! Chiacchierata di gruppo su un tema Con <i>Anna Rossetti</i>	Giovedì	
11.00-11.45	Dolce movimento Teniamoci in forma! Con <i>Anna Rossetti</i>	10.30-11.30	Attori si diventa Laboratorio teatrale Con <i>Andrea Luterotti</i>
13.00-15.00	Mochila-Mania Jeans e stoffe di riciclo si trasformano in splendidi zaini... Con <i>Mary Luz Bacçalà</i>	14.00-15.30	Il giardino delle meraviglie Laboratorio di riciclo dei cartoni delle uova! Con <i>Laura Sottocorno e Roberta Bruni-Coduri</i>
14.00-15.00	Leggiamo insieme! Leggiamo un romanzo della scrittrice ticinese Sara Rossi Guidicelli Con <i>Paolo Rigoli e Matteo Roncoroni</i>	Venerdì	
Martedì		10.00-11.00	Scalda il cervello Attivazione cognitiva per un'ottima forma mentale Con <i>Leonard Carisi</i>
10.00-11.00	Ginnastica Fit Con <i>Anna Rossetti</i>	9.30-12.00	Atelier di cucina Si cucina il pranzo del giorno! <i>Serena Bianchetti</i>
10.30-11.30	Cervelli in forma Attività di attivazione cognitiva Con <i>Leonard Carisi</i>	10.30-11.30	In movimento Benessere & divertimento Con <i>Matteo Roncoroni</i> Il 4-11-25 ottobre
14.00-15.00	Eureka! Alla ricerca di nuove creazioni Con <i>Anna Rossetti</i>	14.00-17.00	Unitas Gruppo maglia Faido Con <i>Manuela Biava</i> Dal 27 settembre
14.00-16.00	Gruppo inglese Ospitiamo un appassionato gruppo di studiosi!	14.00-15.00	Bocce per tutti Con <i>Leonard Carisi</i>
Mercoledì		14.00-15.00	Più PC per tutti Per capire di più e meglio il mondo del computer Il 4-11-25 ottobre Con <i>Matteo Roncoroni</i>
10.30-11.30	Coro Ghèrz Con <i>Mattia Mirenda</i>	In occasione di eventi speciali, il programma quotidiano può subire delle variazioni: consultate anche «le specialità di ottobre» e teniamoci in contatto!	
14.00-15.00	Il bosco in una stanza I desideri prendono forma... Con <i>Paul Sigel</i>		

Specialità di ottobre



Centro diurno ANCORA

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

«Ottobre è il mese dei colori e delle foglie danzanti, lasciati avvolgere dalla sua magia!»

Mercoledì 2 e mercoledì 16 ottobre

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

Mercoledì 2 ottobre

Pranzo in compagnia al centro ATTE di Faido
Oppure
«Quiz nustran» con il Centro diurno di Maggia
Pranzo con gli amici del Centro diurno di Maggia, pomeriggio in compagnia e gioco quiz.
Iscrivetevi entro lunedì 31 settembre

Sabato 5 ottobre

Slogan, ricordi & risate.
La nostra storia attraverso le pubblicità... e qualche intervallo divertente!
Dalle 10.30 alle 11.30
Con *Umberto Trillini detto Trillo*
Se desiderate pranzare con noi iscrivetevi entro mercoledì 2 ottobre

Venerdì 11 ottobre

Tombola d'autunno
Dalle 14.00 alle 15.30
Possibilità di pranzare con il menu dell'Atelier di cucina.
Menu con acqua e caffè:
CHF 10.-
Per il pranzo iscrivetevi entro mercoledì 9 ottobre, per la tombola vi aspettiamo liberamente

Sabato 12 ottobre

Mercato dell'usato a Lavorgo
Curiosiamo tra le bancherelle dell'usato, prodotti regionali, bigiotteria, abbigliamento, ...
Pranzo al Ristorante «Leventina» a Bodio, a carico dei partecipanti.
Partenza alle 10.00 dal Centro «Ancora» e rientro alle 14.00
Iscrizioni entro giovedì 10 ottobre

Lunedì 14 ottobre

Uscita alla scoperta di due gioielli di Bellinzona
Venite a scoprite lo splendido Teatro sociale e le ricche sale del Municipio accompagnati da una guida professionista.
Pranzo in un ristorante della città.
Partenza da Faido alle 9.00 e rientro alle 15.30
È richiesto il contributo di CHF 5.- per il trasporto, la guida è offerta. Pranzo a carico dei partecipanti.
Iscrivetevi entro giovedì 10 ottobre

Martedì 15 ottobre

«Caliamo l'Ancora»: spesa in compagnia!
Pomeriggio in compagnia per commissioni e spesa, ma solo dopo un buon caffè a Faido.
Ai partecipanti è richiesto un contributo di CHF 5.- per il trasporto (se utilizzato)
Iscrivetevi entro lunedì 14 ottobre

Mercoledì 16 ottobre

L'angolo delle riparazioni
Le riparazioni vengono eseguite gratuitamente, potete portare i vostri capi al Centro «Ancora» in qualsiasi momento, anche nei

giorni precedenti!
Dalle 14.00 alle 16.00
Con *Lina Careddu*

Giovedì 17 ottobre

Andiamo al Cinema con il sostegno dell'Angolino
Dalle 14.00 al Cinema Leventina di Airolo. «Lezioni di vita» (2023) regia di Alexander Payne
Possibilità di trasporto a partire dal Centro «Ancora»

Venerdì 18 ottobre

Pranzo in compagnia della campionessa di sci Michela Figini
Possibilità di pranzare con il menu dell'Atelier di cucina!
Menu con acqua e caffè:
CHF 10.-
Per il pranzo iscrivetevi entro mercoledì 15 ottobre

Sabato 19 ottobre

Scopriamo il mercato tradizionale di Bellinzona
Possibilità di passeggiare per le vie del centro storico e di curiosare tra le bancherelle.
Pranzo a carico dei partecipanti.
Partenza alle 10.00 da Faido, rientro circa alle 14.00
Iscrizione entro mercoledì 16 ottobre

Lunedì 21 ottobre

Visita guidata alla chiesa S. Pellegrino di Giornico
Con l'amico Umberto Trillini detto Trillo. Alla scoperta della storia e dei segreti della chiesa.
Con *Giorgio Brenni*
Partenza alle 9.00 dal Centro «Ancora» e rientro per mezzogiorno. Possibilità di pranzare al

Centro su prenotazione.
Iscrivetevi entro giovedì 17 ottobre!

Mercoledì 23 ottobre

«Caliamo l'Ancora»: il sogno è realtà! Inaugurazione dell'attissima nuova sede spazio «Il Cerchio» a Chironico!
Dalle 14.00 alle 16.00
Seguirà il programma dettagliato, per informazioni contattateci.

Venerdì 25 ottobre

Tombola dei colori autunnali
Dalle 14.00 alle 15.30
Possibilità di pranzare con il menu dell'Atelier di cucina
Menu con acqua e caffè:
CHF 10.-
Per il pranzo iscrivetevi entro mercoledì 23 ottobre, per la tombola vi aspettiamo liberamente

Sabato 26 ottobre

Pranzo al caseificio di Airolo
Ritrovo alle 10.00 al Centro «Ancora», rientro per le 14.00

Mercoledì 30 ottobre

Consulenza con SPITEX
Consigli di prevenzione della salute
Dalle 13.30 alle 14.30
Vi aspettiamo, non è necessaria l'iscrizione!

Giovedì 31 ottobre

In occasione della giornata dei famigliari curanti trascorreremo un pomeriggio in allegria.
Dalle 15.00 alle 17.00 sarà offerta una castagnata!