

Febbraio 2025 è il mese delle prime fragili gemme!

**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 per farvi conoscere il nostro Centro e le nostre proposte!

Voglia di pranzare in compagnia? Iscrivetevi al pranzo presso il Centro, CHF 13.-

⊕ 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

09.30-10.30 **Parliamone!**
Chiacchierata di gruppo su un tema
Con Anna

11.00-11.45 **Dolce movimento**
Teniamoci in forma!
Con Anna

Martedì

10.00-11.00 **Ginnastica Fit**
Con Anna

10.30-11.30 **Cervelli in forma**
Attività di attivazione cognitiva
Con Leonard

14.00-15.00 **Atelier creativo**
Alla ricerca di nuove creazioni
Con Anna

14.00-15.30 **Leggiamo insieme!**
Leggiamo un romanzo della scrittrice ticinese Sara Rossi Guidicelli
Con Paolo e Francesca

14.00-16.00 **Gruppo inglese**
Ospitiamo un appassionato gruppo di studiosi! (Al momento al completo)

Mercoledì

10.30-11.30 **Coro Ghèrz**
Con Mattia

14.00-15.00 **Il bosco in una stanza**
I desideri prendono forma...
Con Paul

14.00-15.30 **Il circolo della maglia**
Lana, ferri & fantasia
Con Ginette

Giovedì

10.30-11.30 **Incontriamoci**
Discutiamo assieme su temi d'attualità
Con Leonard

14.00-15.30 **Il giardino delle meraviglie**
Laboratorio di riciclo dei cartoni delle uova!
Con Laura e Roberta

Venerdì

10.00-11.00 **Scalda il cervello**
Attivazione cognitiva per un'ottima forma mentale
Con Leonard

9.30-12.00 **Atelier di cucina**
Si cucina il pranzo del giorno e un fantastico dolce!
Con Serena e Maddalena

10.30-11.30 **In movimento**
Benessere & divertimento
Con Matteo e Alina:

14.00-17.00 **Unitas gruppo maglia Faido**
Con Manuela

14.00-15.00 **Bocce per tutti**
Con Leonard

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

Specialità di febbraio



Centro diurno ANCORA

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

«La luce che si appoggia sui bordi di febbraio, lo fa con delicatezza. Accarezza le gemme ancora fragili.»

(F. Caramagna)

Tutti i mercoledì



Apertura del Cerchio di Chironico (presso la Casa Patriziale) Dalle 14.00 alle 16.30

Tutto il mese

Negli orari di apertura del Centro, possibilità di visitare l'esposizione di foto d'epoca di Faido, a cura di Umberto Trillini, detto Trillo.

Sabato 1 febbraio

Scopriamo la tradizione del carnevale di Basilea



Dalle 10.30 alle 11.30
Con Nicolas Jorai
Possibilità di pranzare al Centro «Ancora» su iscrizione entro giovedì 30 gennaio.

Martedì 4 febbraio

«A spasso con Nady e Ary»
Prepariamo un dolce a sorpresa
Dalle 10.30 alle 12.00
Iscrizione entro venerdì 31 gennaio

Martedì 4 febbraio

Giochi per divertirsi... e allenare la mente!
Dalle 14.00 alle 15.30
Con Elena
Venite a provare, non è necessario iscriversi!

Mercoledì 5 febbraio

Consulenze sociali su temi di interesse per persone in età AVS
Dalle 9.00 alle 16.30
Con Alessia Sala, assistente sociale di Pro Senectute.
Le consulenze sono gratuite

Venerdì 7 febbraio

Tombola della Serena
Dalle 14.00 alle 15.30
Possibilità di pranzare con il menu dell'Atelier di cucina... ogni piatto un'opera d'arte!

Menu con acqua e caffè: CHF 10.-
Per il pranzo iscrivetevi entro mercoledì 5 febbraio, per la tombola vi aspettiamo liberamente

Sabato 8 febbraio

Valeria e Gilberto vi racconteranno alcune storie con il kamishibai.
Un piccolo teatrino con immagini di carta.
Dalle 10.30 alle 11.15
Possibilità di pranzare al Centro «Ancora» su iscrizione entro mercoledì 5 febbraio.

Martedì 11 febbraio

Visita guidata al Forte Mondascia di Biasca
Partenza alle 9.30 dal Centro «Ancora», rientro per le 16.00
Pranzo a carico dei partecipanti in un ristorante della zona.
Contributo per la visita guidata e il trasporto: CHF 10.-
Iscrizione entro venerdì 7 febbraio

Venerdì 14 febbraio



Coro Gherz in trasferta
Concerto al Centro Civico di Vezia con gli amici del Centro diurno di Lamone
Dalle 14.30
Partenza alle 10.30 dal Centro «Ancora» e pranzo presso il Centro diurno di Lamone: CHF 10.-
Rientro per le 17.00
Iscrizione entro martedì 11 febbraio

Sabato 15 febbraio

Caffè riparazione: Riparare invece di buttare!
Dalle 10.00 alle 14.00
In collaborazione con ACSI
Per chi desidera pranzare al Centro «Ancora» iscrizione entro il mercoledì 12 febbraio

Martedì 18 febbraio

Chiamo 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 17 febbraio

Martedì 18 febbraio

Giochi per divertirsi... e allenare la mente!
Dalle 14.00 alle 15.30
Con Elena
Venite a provare, non è necessario iscriversi!

Mercoledì 19 febbraio

Pranzo ATTE, presso il centro ATTE di Faido
Informazioni e iscrizioni: Silva D'Odorico Tel. 079 442 86 62

Mercoledì 19 febbraio

Consulenze sociali su temi di interesse per persone in età AVS
Dalle 9.00 alle 16.30
Con Alessia Sala, assistente sociale di Pro Senectute presso il Centro «Ancora»
Le consulenze sono gratuite

Giovedì 20 febbraio

Giochi di società
Dalle 13.30 alle 15.30
Con gli amici del gruppo di inglese
Vi aspettiamo per divertirvi insieme

Venerdì 21 febbraio

Si sboccia!!!
Ci sfidiamo a coppie in un torneo indoor, fino all'ultima boccia.
Inizio torneo 10.00, premiazione 15.15.
Iscrizioni entro lunedì 17 febbraio
Possibilità di pranzare al Centro «Ancora», Menù: CHF 15.-
Su iscrizione entro lunedì 17 febbraio

Venerdì 21 febbraio

L'angolo delle riparazioni di sartoria
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

Sabato 22 febbraio

Trillo raccontastorie
Ascoltiamo dei racconti divertenti con l'amico Trillo
Dalle 10.30 alle 11.30
Possibilità di pranzare al Centro «Ancora» su iscrizione entro mercoledì 19 febbraio.

Mercoledì 26 febbraio

Conferenza con il servizio SPITEX
I professionisti di SPITEX saranno presenti per dare consigli sul tema del servizio antenna badanti.
Dalle 13.30 alle 14.30
Vi aspettiamo, non è necessaria l'iscrizione!

Venerdì 28 febbraio

Tombola di carnevale
Dalle 14.00 alle 15.30
Possibilità di pranzare con il menu dell'Atelier di cucina... ogni piatto un'opera d'arte! Menu con acqua e caffè: CHF 10.- Per il pranzo iscrivetevi entro mercoledì 26 febbraio, per la tombola vi aspettiamo liberamente

Podologia

Per info: 091 850 60 20 o direttamente al Centro «Ancora»

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