

# Programma di ottobre 2024

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00

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 12.50**

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

## Proposte fisse

### Lunedì

9.30-11.15 **Stimolazione cognitiva e gruppo parola**  
Con *Valentina Gnesa*

14.00-15.30 **Disegno (7.10-28.10)**  
Con *Pierre Pedrolì*  
Costo: CHF 5.- a incontro  
(contributo materiale)

14.00-15.30 **Falegnameria (14.10-21.10)**  
Con *Mattia Fux*

14.00-15.30 **Gruppo carte autonomo**

### Martedì

9.00-10.00 **Rinforziamoci a 360°  
(Terapia Arcobaleno)**   
Esercizi per articolazioni, schiena,  
stretching e tisana di stagione  
5 lezioni / CHF 20.-  
In collaborazione con *ValMoving*

9.00-11.30 **Corso di uncinetto**  
Con *Ilaria Meyer*  
Costo: CHF 5.-

9.30-11.00 **Atelier informatico**  
Con *Elisa Rodrigues e colleghi*

14.00-15.00 **Ginnastica dolce**  
Con *Claudia Glanzmann*

### Mercoledì

9.00-11.30 **Pasticceria**  
Con *Valentina Franzese*  
ed *Elisa Rodrigues*

9.30-11.00

### Parliamo in italiano

(per persone di lingua tedesca;  
frasi di uso quotidiano)  
Con *Mattia Fux ed équipe*  
(escluso mercoledì 30.10)

14.00-16.00

### Manicure

Coccole per le mani e chiacchiere  
Con *Sandy Bolli*  
Su appuntamento  
Costo: CHF 5.- (contributo materiale)

### Giovedì

9.30-10.45

### Thai Chi

Con *Claudio Cianca*  
Costo: CHF 20.- per 5 lezioni  
Su iscrizione

9.30-11.00

### Decorazione del Centro diurno

Con *Bruna Ielmini*

14.00-15.00

### Ginnastica dolce

Con *Claudia Glanzmann*

14.00-15.30

### «A sa esprimom!»

Con *Valentina Franzese*

### Venerdì

10.00-11.00

### Corso di teatro

Con *Andrea Luterotti*

14.00-16.00

### Tombola

Con *Valentina Gnesa*  
Costo: CHF 6.50.- solo cartelle;  
CHF 2.- merenda e/o caffè

# Eventi speciali di ottobre 2024

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00

**TUTTI I SABATI DEL MESE  
IL CENTRO RIMANE CHIUSO  
(ECCEZIONE IL 26 OTTOBRE)**

**Martedì 1 ottobre**

**Piazza grande Locarno:  
presentazione movimento anziani**  
Dalle 13.30 alle 15.00 circa  
Con équipe, su iscrizione

NOVITÀ

**Mercoledì 2 ottobre**

**Andiamo a trovare il cdsa di Faido  
Pranzo e quiz**  
Dalle 9.30 alle 16.30 circa  
Con équipe, su iscrizione  
Costo: pranzo a carico del partecipante

**Venerdì 4 ottobre**

**Aperitivo in musica e pranzo con il  
cdsa di Tenero e consueta tombola**  
Dalle 11.00 alle 16.00 circa  
Con équipe, su iscrizione

**Mercoledì 9 ottobre**

**Tombola al ristorante Bellavista di  
Cavigliano**  
Dalle 14.30 alle 16.00  
Costo: CHF 6.50 cartelle; bevande  
a carico del partecipante  
Con équipe

**Giovedì 10 ottobre**

**Presentazione di prevenzione  
sanitaria: «I diverticoli»**  
Dalle 14.00 alle 16.00 circa  
Con Patrizia Gianella infermiera AVAD

**Martedì 15 ottobre**

**Cuciniamo e mangiamo  
insieme**  
Presenza di un ospite a sorpresa!  
Dalle 9.00 alle 13.00  
Con équipe; su iscrizione  
Chef: CHF 12.50  
Commensali: CHF 15.-

NOVITÀ

**Mercoledì 16 ottobre**

**Movimento e stile di vita  
attivo**  
presentazione e dimostrazione  
pratica  
Dalle 14.00 alle 15.00 circa  
Con Lorenzo Brasi Associazione Vita  
Attiva, su iscrizione

NOVITÀ

**Giovedì 17 ottobre**

**Il Teatro del gatto presenta lo spettacolo:  
«Piazza Grande»**  
Produzione: teatro laboratorio  
Dalle 14.00 alle 16.30 ca.  
Su iscrizione (posti limitati)

**Mercoledì 23 ottobre**

**Pranzo di selvaggina in musica**  
Salmi di cervo, spätzli e contorni  
Dalle 12.00 alle 16.00 circa  
Con équipe  
Costo: CHF 25.-

**Giovedì 24 ottobre**

**Pranzo al caseificio di Airolo  
ed ev. visita culturale**  
Dalle 9.00 alle 16.30 circa  
Con équipe, su iscrizione  
Costo: Libera scelta dal menù a carico  
del partecipante

**Sabato 26 ottobre**

**Rappresentazione teatrale  
del gruppo saggiamente:  
«l'appuntamento delle 10.00»**  
Dalle 14.00 alle 15.00  
Ritrovo al Teatro di Moghegno  
Su iscrizione

NOVITÀ

**Lunedì 28 ottobre**

**Tombola al ristorante  
Trattoria Unione di Cevio**  
Dalle 14.00 alle 16.00 circa  
Costo: CHF 6.50 solo cartelle;  
bevande a carico del partecipante

**Mercoledì 30 ottobre**

**Dante Carbinì presenta:  
tema di vita «Amori difficili»  
(di Italo Calvino)**  
Dalle 14.00 alle 16.00  
Su iscrizione

NOVITÀ

**Giovedì 31 ottobre**

**Gioco di bocce  
al bocciodromo di Caveragno**  
Dalle 13.30 alle 16.00 circa  
Con équipe, su iscrizione

NOVITÀ