

Programma di novembre 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 (4.11-18.11)**
Con *Pierre Pedrolì*
Costo: CHF 5.- a incontro
(contributo materiale)

14.00-15.30 **Falegnameria (11.11-25.11)**
Con *Mattia Fux*

14.00-15.30 **Gruppo carte autonomo**

Martedì

9.30-11.00 **Atelier informatico**
Con *Elisa Rodrigues ed équipe*
Costo: offerta libera

9.30-10.30 **Rinforziamoci a 360°
(Terapia Arcobaleno)** 
Esercizi per articolazioni, schiena,
stretching e tisana di stagione
Costo: CHF 20.-/5 lezioni
In collaborazione con *ValMoving*

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

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*

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 novembre 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 SABATO 30.11 VEDI
DI SEGUITO)**

Mercoledì 6 novembre

**Tombola al ristorante Bellavista
di Cavigliano**

Dalle 14.30 alle 16.00

Costo: CHF 6.50 (cartelle)

bevande a carico del partecipante

Con équipe, su iscrizione

Giovedì 7 novembre

Torneo di bowling a Contone

in compagnia degli altri Cdsa

(massimo 15 partecipanti)

Dalle 9.15 alle 16.00

Costo: CHF 32.- colazione, pranzo

(pizza, acqua e caffè) e 2 partite

comprese

Con équipe, su iscrizione

Venerdì 8 novembre

Castagnata al Centro e mini-tombola

Con accompagnamento musicale di

Maurizio Hartmann

Dalle 14.00 alle 16.00

Con équipe, su iscrizione

Martedì 12 novembre

**Visita al centro FFS di Pollegio
e pranzo al ristorante Red**

Dalle 9.00 alle 16.00

Costo: visita e libera scelta dal menu

a carico del partecipante

Con équipe, su iscrizione

Giovedì 14 novembre

Il Teatro del gatto presenta:

«Non è tutto come sembra»

Dalle 14.00 alle 16.30 ca

Con équipe, su iscrizione

(posti limitati)

Venerdì 15 novembre

**Aperitivo e pranzo con il cdsa di Riva
San Vitale e tombola**

Dalle 11.00 alle 16.00 circa

Con équipe, su iscrizione

Martedì 19 novembre.

«L'ultima Sciances»

Spettacolo teatrale con Rosy Nervi

e Flavio Sala

Muralto Sala-congressi

(massimo 8 partecipanti)

Dalle 14.00 alle 16.30

Costo: CHF 20.-

Con équipe, su iscrizione

Mercoledì 20 novembre

**Trucco e parrucco: «guardarsi allo
specchio e piacersi»**

Dalle 14.00 alle 16.00

Con Franca Bonetti; su iscrizione

Lunedì 25 novembre

**Tombola al ristorante Trattoria
Unione di Cevio**

Dalle 14.00 alle 16.00

Costo: CHF 6.50 (cartelle)

bevande a carico del partecipante

Con équipe, su iscrizione

Mercoledì 27 novembre

**Pranzo al Centro a base di Berner
Platte**

Accompagnamento musicale

di Michela e la sua fisarmonica

Dalle 12.00 alle 16.00 circa

Costo: CHF 25.-

Con équipe, su iscrizione

Mercoledì 28 novembre

**Presentazione e prevenzione sani-
taria: «pancreas e carcinoma del
pancreas»**

Dalle 14.00 alle 15.30 circa

*Con Patrizia Gianella infermiera Avad,
su iscrizione*

Sabato 30 novembre

**2° Rappresentazione teatrale
del gruppo «saggiamente»:**

«L'appuntamento delle
10.00»

Ritrovo direttamente al teatro

di Moghegno

Dalle 14.30 alle 15.30

Segue un piccolo rinfresco

Su iscrizione

NOVITÀ