

Maggio 2024: profumo di colori!

**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 Baccalà

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 maggio" e teniamoci in contatto!

In occasione di eventi speciali, il programma quotidiano può subire delle variazioni: consultate anche «le specialità di aprile» 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 maggio 2024

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno ANCORA

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

«Un vento di maggio gonfio come un frutto, che aveva in sé la ruvidità della buccia, la morbidezza della polpa e innumerevoli semi...»

(Haruki Murakami)

A MAGGIO IL CENTRO ANCORA RESTERÀ CHIUSO MERCOLEDÌ 1, DAL 9 ALL'11 COMPRESI, LUNEDÌ 20 E GIOVEDÌ 30.

Giovedì 2 e giovedì 23 maggio **Si gioca a carte all'Angolino di Airolo!**

Nel pomeriggio, chi è interessato ci contatti per i dettagli

Giovedì 2 maggio **Giochi di società**

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

Sabato 4 maggio **Formaggi leventinesi:** **presentazione e assaggi**

Dalle 10.30 alle 11.30
Una preziosa occasione per il palato, non mancate!
Con Giancarlo Croce
I posti sono limitati, iscrivetevi entro giovedì 2 maggio

Lunedì 6 maggio **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 venerdì 3 maggio.

Martedì 7 maggio **Visita al Birificio San Salvatore di Dongio**

Partenza dal Centro Ancora alle 9.45, rientro previsto per le 15.30
Pranzo in compagnia all'Osteria La Baita
Pranzo a carico dei partecipanti (menu del giorno: CHF 17.- bibite escluse), per l'esperienza è richiesto un contributo di CHF 10.-.
Iscrivetevi entro venerdì 3 maggio

Mercoledì 8 maggio

Coro Ghèrz in trasferta a Lamone!
Aperitivo e pranzo al Centro parrocchiale di Lamone, nel pomeriggio esibizione del Coro Ghèrz
Partenza dal Centro Ancora alle 10.30, rientro previsto per le 16.30

Il pranzo è a carico dei partecipanti (menu CHF 10.-);
è richiesto un contributo di CHF 5.- per il trasporto.
Iscrivetevi entro venerdì 3 maggio

Lunedì 13 maggio **Festeggiamo i 100 anni dei Pom-pieri di Faido!**

Per l'occasione abbiamo il piacere di ospitare una delegazione che pranzerà con noi!
Si pranza con le prelibatezze dell'atelier di cucina
Costo: CHF 10.- (menu e un caffè)
Iscrivetevi entro martedì 7 maggio.

Martedì 14 maggio **Visita guidata all'elibase della Rega a Gordola e pranzo in compagnia!**

Partenza dal Centro Ancora alle 8.45, rientro previsto per le 16.00
Pranzo al Ristorante Aeroporto (alla carta, a carico dei partecipanti)
La visita è gratuita, è richiesto un contributo di CHF 5.- per il trasporto.
Iscrivetevi entro martedì 7 maggio

Mercoledì 15 maggio **Consulenze sociali**

Sarà presente al Centro Ancora Alessia Sala, assistente sociale di Pro Senectute, per consulenze sociali gratuite su temi di interesse per persone in età AVS.

L'angolo delle riparazioni

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 Careddu

Giovedì 16 maggio **Cinema Leventina ad Airolo**

Partenza dal Centro Ancora alle 14.15, rientro previsto per le 17.00
Proposta degli amici dell'Angolino di Airolo!
Per il biglietto sono richiesti CHF 5.-, la differenza è sponsorizzata dall'Angolino

Venerdì 17 maggio **Tombola ARCOBALENO**

Festeggiamo la diversità
Dalle 14.00 alle 15.30
Possibilità di pranzare con i manicaretti dell'Atelier di cucina
Costo: CHF 10.- (menu e un caffè)
Per il pranzo iscrizioni entro mercoledì 15, per la tombola vi aspettiamo anche a sorpresa!

Sabato 18 maggio **Conferenza: «Essere nonni al giorno d'oggi»**

Dalle 10.30 alle 11.30
Con il dottor Giovanni Rossetti
Se desiderate pranzare con noi iscrivetevi entro mercoledì 15 maggio.

Martedì 21 maggio **Coro Ghèrz in trasferta a Milano!** **Doppia possibilità... viaggio unico!**

Alla Casa del Tempo di Turro (per chi canta nel coro), con pranzo in compagnia
Passeggiata in città (per chi lo desidera)
Costo: CHF 25.- per il viaggio
Chiamateci per dettagli e orari

Mercoledì 22 maggio **Caliamo l'Ancora**

Nuovo appuntamento per il cerchio di Chironico
Confronto di gruppo su temi cari ai cittadini
Alle 15.15 ci troviamo presso la Casa Patriziale di Faido

Giovedì 23 maggio **Caliamo l'Ancora: tombola a Chironico!**

Al Ristorante Pizzo Forno, alle 14.00
Partenza dal Centro Ancora alle 13.30, rientro previsto per le 16.30
Per il trasporto iscrivetevi entro martedì 21, altrimenti vi aspettiamo liberamente!

Sabato 25 maggio **Fiera Faido e Valli e pranzo alla buvette della Pista di ghiaccio a Faido**

Una mattinata tra stand e bancarelle... poi pranzo in compagnia (a carico dei partecipanti; menu con insalatina, lasagna e dessert)
Partenza dal Centro Ancora alle 10.00, rientro previsto per le 14.00
Iscrivetevi entro mercoledì 22 maggio.

Lunedì 27 maggio **A spasso con Ary e Nadia: Pranzo in compagnia e visita al Centro YOYO di Biasca**

Con Michela Figini
Dalle 11.30 alle 16.00
Pranzo a carico dei partecipanti, ottima compagnia gratuita ed assicurata!
Iscrivetevi entro giovedì 23 maggio

Dove non è specificato, vi aspettiamo da noi al Centro Ancora!