

Gennaio 2022: un menu per tutti i gusti!

Centro diurno socio-assistenziale «Ancora»
Via Balcengo 43 - 6760 Faido



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
MATTINO	9.30-10.30 Gruppo parola 10.30-11.30 Atelier biglietti e cartoline	9.30-10.30 Ginnastica fit 10.00-11.00 Colazione benessere 11.00-11.30 Ginnastica dolce	10.45-11.15 Atelier di lettura	10.30-11.30 Incontriamoci	10.00-11.00 Stimolazione cognitiva 10.30-12.00 Atelier di cucina
Possibilità di pranzare presso il Centro diurno su richiesta al costo di CHF 12.-					
POMERIGGIO 14.00-15.00	Pomeriggio creativo	Benessere emotivo	Atelier maglia	Pomeriggio in gioco	Pomeriggio in gioco

**La partecipazione alle attività e al pranzo è possibile unicamente su iscrizione.
Possibilità di usufruire del trasporto gratuito.**

Per informazioni:

Centro diurno socio-assistenziale «Ancora» Via Balcengo 43, 6760 Faido – Tel. 091 866 05 72 – cdsa.faido@prosenectute.org
www.prosenectute.org – www.centridiurni.ch

Vi raccontiamo le nostre proposte...

Centro diurno socio-assistenziale «Ancora»
Via Balcengo 43 - 6760 Faido



Gruppo parola e incontriamoci

- Sono spazi per confrontarsi e discutere insieme a partire da un tema attuale o di interesse comune.



Atelier maglia

- Pomeriggio di gran sferruzzare per caldi capolavori!



Ginnastica fit e ginnastica dolce

- Esercizi fisici per migliorare la forza, la resistenza e l'equilibrio... a due diverse velocità!



Benessere emotivo

- Attività e giochi per conoscere, esprimere e gestire le emozioni.



Colazione benessere

- Si gusta insieme qualcosa che fa bene al corpo e alla mente, accompagnata da qualche chiacchiera...



Stimolazione cognitiva

- Proposta di attività per mantenere e rinforzare le capacità cognitive.



Atelier biglietti e cartoline

- All'interno dell'atelier si progettano e realizzano biglietti o cartoline per ogni occasione.



Atelier di cucina

- Pensare, preparare e gustare ricette tradizionali o innovative.



Atelier di lettura

- Leggiamo insieme «La felicità è una storia semplice» di Lorenza Gentile.



Pomeriggio in gioco

- Bocce indoor, giochi di gruppo, giochi di società e tanto altro per divertirsi insieme.



Servizio di podologia

- Si occupa della cura del piede per alleviarne il dolore e migliorare la deambulazione. È riservato ai beneficiari di una rendita AVS/AI e offre tariffe agevolate in base alla situazione economico-patrimoniale dei richiedenti.

Per informazioni:

Centro diurno socio-assistenziale «Ancora» Via Balcengo 43, 6760 Faido – Tel. 091 866 05 72 – cdsa.faido@prosenectute.org
www.prosenectute.org – www.centridiurni.ch