

Aprile 2024: dolce rifiorire!



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

- 09.30-10.30 **Parliamone!**
Chiacchierata di gruppo su un tema
Con Anna Rossetti
- 11.00-11.45 **Dolce movimento**
Teniamoci in forma!
Con Anna Rossetti

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
(Mercoledì 27 dalle 9.30 alle 10.30!)
- 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
5, 12 e 26 aprile
- 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
5, 12 e 26 aprile
- 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 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!

Aprile 2024: dolce rifiorire!

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno ANCORA

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

Meglio un istante ad aprile che tutto un lungo mese in autunno...

(Adam Mickiewicz)

AD APRILE IL CENTRO ANCORA RESTERÀ CHIUSO LUNEDÌ 1 E GIOVEDÌ 11.

Mercoledì 3 e 17 aprile

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

Martedì 2 aprile

Caliamo l'Ancora: spesa in compagnia a Faido

Pomeriggio in compagnia per commissioni e spesa, ma solo dopo un buon caffè! Ai partecipanti è richiesto un contributo di CHF 5.- per il trasporto (se utilizzato) Iscrivetevi entro venerdì 29 marzo

Mercoledì 3 aprile

Caliamo l'Ancora: nuovo appuntamento per il cerchio di Chironico

Alle 15.15 ci troviamo presso la Casa Patriziale di Chironico. Confronto di gruppo su temi cari ai cittadini.

Mercoledì 3 aprile

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

Sabato 6 aprile

Visita al Centro Tre Valli Soccorso a Biasca

A seguire pranzo in compagnia al RED Restaurant a Pollegio.
Partenza dal Centro Ancora alle 9.30, rientro previsto per le 14.00
Pranzo a carico dei partecipanti, è richiesto un contributo di CHF 5.- per il trasporto.

Sabato 13 aprile

Presentazione sull'uso del legno di castagno

Incontro sul tema con Marco Conedera, ingegnere forestale responsabile dell'Istituto di ricerca WSL a Cadenazzo.
Con la partecipazione di Lindo Grandi, forestale

Dalle 10.30 alle 11.30

Se desiderate pranzare con noi iscrivetevi entro mercoledì 10 aprile

Lunedì 15 aprile

Pranzo in compagnia al Grotto laghetti Audan!

Menu alla carta, a carico dei partecipanti. Partenza dal Centro Ancora alle 11.45, rientro previsto per le 15.00
Iscrivetevi entro venerdì 12 aprile

Martedì 16 aprile

A spasso con Ary e Nadia: pranzo in compagnia all'Angolino di Airolo e pomeriggio in musica

Dalle 11.30 alle 16.00
Pranzo a carico dei partecipanti, ottima compagnia gratuita ed assicurata!
Iscrivetevi entro venerdì 12 aprile

Mercoledì 17 aprile

Tutti al Centro Parco Maggia a Maggia!

Si pranza in compagnia e nel pomeriggio ci divertiamo giocando al Quiz nustran. Partenza dal Centro Ancora alle 10.30, rientro previsto per le 17.00
Pranzo a carico dei partecipanti, è richiesto un contributo di CHF 5.- per il trasporto.
Iscrivetevi entro mercoledì 10 aprile

Giovedì 18 e giovedì 25 aprile

Si gioca a carte all'Angolino di Airolo!

Nel pomeriggio, chi è interessato ci contatti per i dettagli.

Venerdì 19 aprile

Tombola della Terra

Dalle 14.00 alle 15.30
Possibilità di pranzare con i manicaretti dell'Atelier di cucina. (CHF 10.- menu e un caffè). Per il pranzo iscrizioni entro mercoledì 17, per la tombola anche a sorpresa!

Sabato 20 aprile

Il 2023 al Centro Ancora: com'è andata?
Condivisione e chiacchierata comune sulle esperienze fatte e sui risultati ottenuti nel 2023!

Dalle 10.30 alle 11.30

Se desiderate pranzare con noi iscrivetevi entro giovedì 18 aprile

Lunedì 22 aprile

Relax e benessere: Splash & Spa a Rivera!

Uscita per rigenerare il corpo e la mente. Partenza dal Centro Ancora alle 10.00, rientro previsto per le 16.30
Pranzo a carico dei partecipanti, all'interno della struttura. È richiesto un contributo di CHF 15.- per l'esperienza.
Iscrivetevi entro giovedì 18 aprile

Mercoledì 24 aprile

Pacco Show!

La vita è una sorpresa continua... Venite a provare con noi un nuovo divertimento, liberamente ispirato a un famoso gioco televisivo...
Dalle 14.00 alle 15.30, con golosa merenda offerta!
Vi aspettiamo.

Giovedì 25 aprile

Visita guidata Swiss Press Photo 23: le migliori foto giornalistiche del 2022

Sala Arsenale del Castel Grande, Bellinzona
Partenza dal Centro Ancora alle 11.00, rientro previsto per le 16.00.
Pranzo in compagnia al Grotto San Michele, menu del giorno (a carico dei partecipanti).
Visita alla mostra nel pomeriggio. Per l'esperienza è richiesto un contributo di CHF 8.-
Iscrivetevi entro venerdì 19 aprile

Sabato 27 aprile

C'era una volta: foto di Faido di 40 anni fa...

Un viaggio in tempo attraverso le immagini.
Dalle 10.30 alle 11.30
Con Umberto Trillini detto Trillo, fotografo dilettante.
Se desiderate pranzare con noi iscrivetevi entro giovedì 25 aprile