

# Programma di maggio 2023


Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

Orari di apertura. Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00

Sabato 10.00 - 16.00

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**

 Le proposte segnate con questo simbolo sono 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

con Valentina Gnesa

14.00-15.30

#### Attività manuali

con Bruna Ielmini (8.5-22.5)

#### Disegno

con Pierre Pedroli (15.5)

Costo: CHF 5.- a incontro (per materiale)

#### Tango Benessere

con Gianfranco Zuppardo (8.5-22.5)

### Giovedì

9.30-10.45

#### Thai Chi

con Claudio Cianca

Costo: 20.- / 5 lezioni. Su iscrizione

14.00-15.00

#### Ginnastica dolce

con Claudia Glanzmann

15.15-16.00

#### Momento relax

gruppo autonomo

14.00-15.30

#### Giochi di carte

gruppo autonomo

### Martedì

9.30-11.00

#### Preparazione aperitivo per la sera

con Ilaria Meyer (23.5)

#### Atelier informatico

con Martina Gjorgjeva

Costo. offerta libera

9.30-11.00

#### Fotografia

con Alessandro Ligato

(martedì 23.5 l'attività non avrà luogo)

14.00-15.00

#### Ginnastica dolce

con Claudia Glanzmann

### Venerdì

9.00-12.00

#### Preparazione insieme del pranzo

e consumazione (12.5-26.5)

14.00-16.00

#### Tombola

con Valentina Gnesa

Costo: CHF 8.- solo cartelle; CHF 10.-

cartelle con merenda e/o caffè

### Mercoledì

9.00-11.30

#### Pasticceria

con Martina Gjorgjeva

Costo: CHF 5.- / incontro

(contributo ingredienti)

14.00-16.30

#### Vedi lista speciali sul retro

### Sabato

10.00-11.00

#### Benessere emotivo

con équipe

14.00-16.00

#### Vedi lista speciali sul retro

**LUNEDÌ 1, SABATO 27 E LUNEDÌ 29 MAGGIO  
IL CENTRO RIMARRÀ CHIUSO**

# Eventi speciali di maggio 2023

Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

Orari di apertura. Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00

Sabato 10.00 - 16.00

## Mercoledì 3 e 17 maggio

### Merenda nel locarnese

Dalle 14.00 alle 16.00

Con *Valentina Gnesa*, su iscrizione

Costo: CHF 5.- per trasporto. Bibite a carico del partecipante.

## Giovedì 4 maggio

### Presentazione: il diabete (a Prato-Sornico)

Dalle 14.00 alle 15.30

Con *Patrizia Gianella*, infermiera AVAD, su iscrizione

Costo: CHF 5.- per trasporto

## Sabato 6 maggio

### Canti con Giorgione & Co.

Dalle 14.00 alle 16.00

Con *Giorgio Jelmorini*, su iscrizione

## Lunedì 8 e 22 maggio

### Tango Benessere

Dalle 14.00 alle 16.00

Con *Gianfranco Zuppardo*, su iscrizione

## Mercoledì 10 maggio

### Uscita al mercato di Luino

Dalle ore 9.00 alle 16.00 circa

Con *Valentina Gnesa ed équipe*

Costo: CHF 5.- per trasporto, pranzo libero a carico del partecipante.

## Venerdì 12 maggio

### Breve presentazione (prima della tombola):

#### «Il pedibus intergenerazionale»

Dalle 13.30 alle 14.00

Con *Barbara*

## Sabato 13 maggio

### Conferenza: «l'attività fisica nella terza età» e piccolo rinfresco

Dalle 14.00 alle 16.00 circa

Con *Damiano Zemp*; su iscrizione

## Lunedì 15 maggio

### Tombola al Ristorante «Trattoria Unione» di Cevio

Dalle 14.00 alle 16.00

Con *Valentina Gnesa*, su iscrizione

Costo: CHF 10.- (cartelle e trasporto); CHF 8.- solo cartelle (bibite a carico del partecipante)

## Martedì 16 maggio

### Aperitivo nella corte interna con esibizione del gruppo «I corni del monte» (corni delle alpi)

Dalle 17.00 alle 19.00 circa

Con *Valentina Gnesa ed équipe*

Offerta libera

## Sabato 20 maggio

### Canti con Moreno

Dalle 14.00 alle 16.00

Con *Moreno Ielmini*, su iscrizione

## Martedì 23 maggio

### Giornata di porte aperte (evento cantonale di promozione cdsa)

Dalle 9.00

Prova delle attività

Dalle 17.00 alle 19.00

Aperitivo in musica nella corte interna

Con *Valentina Gnesa ed équipe*

Offerta libera

## Mercoledì 24 maggio

### Tombola al Ristorante «Bellavista» di Cavigliano

Dalle 14.00 alle 16.00

Con *Valentina Gnesa ed équipe*, su iscrizione

Costo: CHF 10.- (cartelle e trasporto); CHF 8.- solo cartelle (bibite a carico del partecipante)

## Giovedì 25 maggio

### Uscita a Gandria: passeggiata sul sentiero di Gandria e pranzo

Dalle 9.00 alle 16.00 circa

Con *Valentina Gnesa*, su iscrizione

Costo: CHF 35.-