

Programma di dicembre

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



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

+ 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

Mente in movimento e gruppo parola
Con Milena Fiscalini

14.00-15.30

Disegno (15.12)
Con Pierre Pedrol
Costo: CHF 5.- a incontro (per materiale)

14.00-15.30

L'arte della falegnameria
Con Mattia Fux

14.00-16.30

Gruppo carte autonomo

Martedì

9.00-10.00
(1° gruppo)

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

10.30-11.30
(2° gruppo)

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

14.00-15.00

Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza
Con Claudia Glanzmann

Mercoledì

9.00-11.30

Impara l'uncinetto e dai vita alla tua creatività
Con Ilaria Meyer
Su iscrizione

9.00-11.30

Pasticceria
Con équipe

9.30-11.00

Parliamo in italiano
Per persone di lingua tedesca frasi di uso quotidiano
Con équipe

13.00-16.00

Manicure, un tocco di eleganza
Telefonare per info sulle date
Con Sandy Bolli
Costo: CHF 5.- (contributo materiale)
Su iscrizione

Giovedì

9.30-10.45

Scopri il Thai Chi, l'arte del movimento
Con Claudio Cianca
Costo: CHF 20.- per 5 lezioni
Su iscrizione

9.30-11.00

Attività manuali, l'arte del fai da te
Con Bruna Ielmini

14.00-16.30

Cucito vestiti carnevale gruppo di Maggia
(2.12-10.12)

14.00-15.00

Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza
Con Claudia Glanzmann

Venerdì

10.00-11.00

Sul palco della vita (corso di teatro)
Con Andrea Luterotti

14.00-16.00

Tombola
Con Mara Bacchi
Costo: CHF 6.50 solo cartelle;
CHF 2.- merenda e/o caffè

**IL CENTRO RIMARRÀ CHIUSO
L'8, 25, 26 E 27 DICEMBRE**

Per informazioni e iscrizioni: Centro diurno «Parco Maggia» – Via La Lùvèira 6, 6673 Maggia – Tel. 091 760 91 63 / 078 235 58 77
cdsa.maggia@prosenectute.org – www.prosenectute.org – www.centridiurni.ch

Eventi speciali di dicembre



**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00
Sabato 10.00 - 16.00

IL CENTRO RIMARRÀ CHIUSO L'8, 25, 26 E 27 DICEMBRE

2-3 dicembre

Uscita ad Einsiedeln
in collaborazione con i cdsa del Locarnese

Mercoledì 3 dicembre

**Tombola
al Ristorante Bellavista
di Cavigliano:** divertimento,
premi e buona compagnia!
Dalle 14.30 alle 16.30 circa
Costo: CHF 6.50 solo cartelle
bevande a carico del partecipante

**Inaugurazione del presepe del
centro con merenda offerta**
Dalle 15.30 alle 17.00 ca.

Giovedì 4 dicembre

**Spettacolo teatrale al Teatro del
gatto di Ascona: «MOMO – Alla
scoperta del tempo»**
Produzione: Perpetuo Mobile-
Teatro
Dalle 14.00 alle 16.30 ca.
Su iscrizione (posti limitati)
Con *équipe*

Venerdì 5 dicembre

Uscita a Lamone
Quiz tra centri diurni e pranzo
Dalle 8.30 alle 16.30 circa
Con *équipe*
Su iscrizione
Costo: CHF 20.-

Sabato 6 dicembre

«Caffè, croissant, burro, marmellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.»

Dalle 10.00 alle 11.30 ca.
Costo: CHF 5.- (tutto compreso)
Con *Mattia Fux*
Su iscrizione

Canti in compagnia
Con la fisarmonica di Michela
Dalle 14.00 alle 16.00
Con *Michela Dotta*
Su iscrizione

Martedì 9 dicembre

Consulenza sociale
Sarà presente la nostra assistente
sociale Cristiana Bonatti
Dalle 9.00 alle 11.00
Fissare appuntamento in anticipo
allo 091 760 91 63

Giovedì 11 dicembre

**Scopriamo insieme la magia dei
mercatin di Natale a Lugano!**
Tra luci scintillanti, note festose
e profumo di cannella, ogni
angolo racconta il calore delle
feste. Pranzo libero (a carico del
partecipante)
Dalle 9.30 alle 16.30 ca.
Con *équipe*
Su iscrizione

Il bibliotecario racconta...
letture di qui e di altrove
Dalle 14.00 alle 16.00
Con Gian Pietro Pawlosky

Sabato 13 dicembre

Pranzo speciale!
Insalata, ravioli russi, dolce
Dalle 12.00 alle 13.30 ca.
Costo: pranzo e bibite a carico del
partecipante

**Presentazione «alimentazione
saggia»**
con merenda a tema
Dalle 14.00 alle 16.00
Con *Elena Pesenti*

Domenica 14 dicembre

«Natàl in Piazza»
Saremo presenti alla via dei presepi di Moghegno con la nostra bancarella e un presepe all'uncinetto realizzato da Ilaria Meyer, Nadia Rianda e Anna Marconi
Dalle 16.00
Con *Valentina Gnesa e Sandy Bolli*

Lunedì 15 dicembre

**Raclettata vallesana
in compagnia**
Dalle 11.30 alle 14.00 ca.
Con *équipe*
Su iscrizione
Costo: CHF 12.50 (bibite e caffè esclusi)

Martedì 16 dicembre

**Castagnata al Centro Girasole
di Prato-Sornico**
e inaugurazione del presepe
Dalle 13.15 alle 16.00
Su iscrizione posti limitati

Giovedì 18 dicembre

**Colazione alla pasticceria
Pellanda di Intragna**
Dalle 9.15 alle 11.00
Costo: colazione a carico del
partecipante

Salute e benessere
Presentazione sul tema:
«l'incontinenza»
Dalle 14.00 alle 15.30 ca.
In collaborazione con *Avad*

Venerdì 19 dicembre

Pranzo di Natale in musica!
In collaborazione con la Macelleria 4 tagli e Maurizio Hartmann
Dalle 11.30 alle 16.00
Con *équipe*
Su iscrizione

Costo: CHF 25.- a persona tutto compreso (aperitivo, affettati, arrosto con patate e verdure, panettone, caffè, acqua e vino)

Sabato 20 dicembre

«Caffè, croissant, burro, marmellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.»
Dalle 10.00 alle 11.30 ca.
Costo: CHF 5.- (tutto compreso)
Con *Milena Fiscalini*
Su iscrizione

Innerwalk!
Venite con noi in un meraviglioso viaggio sonoro!
Dalle 14.00 alle 15.00
Su iscrizione

Lunedì 22 dicembre

Tombola alla Trattoria Unione di Cevio
Il gioco è fatto, ora tocca a te vincere!
Dalle 14.00 alle 16.00 ca.
Costo: CHF 6.50 solo cartelle
bevande a carico del partecipante
Con *Michela Dotta*

SABATO 27 DICEMBRE IL CENTRO RIMANE CHIUSO

Mercoledì 31 dicembre

Panettonata e canti con la fisarmonica di Giorgione!
Un pomeriggio di musica, allegria e tanta dolcezza per salutare insieme il 2025!
Dalle 14.00 alle 16.00 ca.
Con *Giorgio Jelmorini*
Su iscrizione