

Programma di luglio

**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 (14.7-21-7)**
Con Pierre Pedrolì
Costo: CHF 5.- a incontro (per materiale)
- 14.00-15.30 **L'arte della falegnameria (7.7-28.7)**
Con Mattia Fux
- 14.00-16.30 **Gruppo carte autonomo**

Martedì

- 8.30 -10.00 **Camminata nel verde**
Con équipe
- 9.30-11.00 **Scopri il mondo digitale (atelier informatico)**
Con équipe
Costo: offerta libera
- 14.00-15.00 **Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza**
Con Claudia Glanzmann
- 14.00-15.00 **Ginnastica extra dolce, muoviti con leggerezza**
Con équipe

Mercoledì

- 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 (eccetto 2.7)
Telefonare per info sulle date
Con Sandy Bolli
Costo: CHF 5.- (contributo materiale)
Su iscrizione

Giovedì

- 9.30-10.30 **Vivere consapevolmente il presente**
Chiudi gli occhi, respira e lascia che la musica ti guidi, accogliendo ogni pensiero senza giudizio
Con Tiziana Mantovani
- 9.30-11.00 **Attività manuali, l'arte del fai da te**
Con Bruna Ielmini
- 14.00-15.00 **Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza**
Con Claudia Glanzmann

Venerdì

- 10.00-11.00 **Canti spontanei con Wendy! (eccetto 11.7)**
La musica prende vita.
Con Wendy Scolla
- 14.00-16.00 **Tombola**
Con Mara Bacchi
Costo: CHF 6.50 solo cartelle;
Caffè CHF 2.-

Sabato

- 10.00-16.00 **Vedi lista speciali sul retro**

**VENERDÌ 1° E SABATO 2 AGOSTO
IL CENTRO RESTERÀ CHIUSO**

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

Eventi speciali di luglio

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

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

VENERDÌ 1° E SABATO 2 AGOSTO IL CENTRO RESTERÀ CHIUSO

Su richiesta

Impara l'uncinetto e dai vita alla tua creatività

Con *Ilaria Meyer*, su iscrizione
Costo: CHF 5.- a incontro
(contributo materiale)

Pomeriggio di cucito
in collaborazione con Casa
Martini

Date da definire

Mercoledì 2 luglio

**Vieni a gustare il pranzo e
resta per la sfida: Casa Patrizia
contro Cdsa di Maggia al «Quiz
Nustran!»**

Dalle 11.30 alle 15.30 ca.
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: CHF 12.50.-
(Pizza e bibite incluse) a carico
del partecipante

Giovedì 3 luglio

Andiamo a «Ticino Experience» a Losone

Dalle 9.30 alle 12.00
Un'attività insolita e divertente:
guardare un filmato suggestivo
gustando aperitivo sfizioso per
un viaggio sensoriale tra i profumi
delle valli e i sapori Slow Food
ticinesi.
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: CHF 28.-

Sabato 5 luglio

Pranzo all'Osteria del Gin di Maggia

Dalle 11.30 alle 15.00 circa
Con *Valentina Gnesa*, su iscrizione
Costo: CHF 24.- (bibite escluse)
Menu: insalata verde, risotto al
vino rosso con guancialetti in
salsa alla birra, una pallina di uva
con meringa

Mercoledì 9 luglio

Mani in pasta!

Cuciniamo e pranziamo insieme
Dalle 9.00 alle 13.30
Con *équipe*, su iscrizione
Chef: CHF 12.50.-
Commensali: CHF 15.-

Sabato 12 luglio

Caffè, croissant, burro, mar- mellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.

Dalle 10.00 alle 11.30 ca.
Costo: CHF 5.- (tutto compreso)
Con *Sandy Bolli*, su iscrizione

La forza del colore

Esprimersi con la pittura creativa
Dalle 14.00 alle 15.00 ca.
Con *Sandy Bolli*, su iscrizione

Lunedì 14 luglio

Oggi a pranzo con noi... il Cdsa di Giubiasco!

Una tavolata di sorrisi!
Dalle 12.00 alle 14.00
Su iscrizione
Costo: CHF 12.50 (escluso vino e
caffè) a carico del partecipante

Martedì 15 luglio

Passi in natura, sapori in tavola ai Monti di Comino

Un pranzo circondati dal verde e
dagli odori alpini.
Dalle 9.00 alle 16.00
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: CHF 50.- (compresi
funivia, pranzo e bibite (Insalata
piccola, risotto alle erbe aromatiche
e una fetta di torta a scelta)

Mercoledì 16 luglio

Canti in allegria con la fisarmonica di Michela

Dalle 14.00 alle 15.30
Con *Michela Dotta*, su iscrizione

Sabato 19 luglio

Pranzo al Grotto Mai Morire di Avegno

Dalle 11.30 alle 15.00 ca.
Con *Milena Fiscalini*, su iscrizione
Costo: menù a scelta libera, a
carico del partecipante

Lunedì 21 luglio

Consulenza sociale

Sarà presente la nostra assistente
sociale Cristiana Bonatti
Dalle 9.00 alle 11.00
Su appuntamento

Mercoledì 23 luglio

Voglia di shopping?

Ci pensiamo noi!
Uscita al nuovo «Da Moreno
dove tutto costa meno» e ai centri
commerciali di Sant'Antonino
Dalle 13.00 alle 16.30 circa
Con *équipe*, su iscrizione

Giovedì 24 luglio

Una colazione speciale alla pasticceria Pellanda di Intragna

Per iniziare la giornata con
gusto!
Dalle 9.15 alle 11.00
Con *équipe*, su iscrizione

Venerdì 25 luglio

Masterchef: gara di polpette al Cdsa di Faido

Mancano ancora 3 cucinatori
prima di poter cominciare la
competizione... vi aspettiamo!
Dalle 8.30 alle 16.30 circa
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: CHF 17.- (inclusi acqua
e caffè)

Sabato 26 luglio

Paella e convivialità

Un incontro di gusti e sorrisi
in compagnia di Giorgione alla
fisarmonica!
Dalle 11.30 alle 15.30 circa
Con *Sandy Bolli*, su iscrizione
Costo: CHF 30.- tutto compreso

Mercoledì 30 luglio

Gustiamoci il filmato in compa- gnia dei Giochi senza frontiere:

«1978 con la partecipazione di
Caverio - Vallemaggia»
Dalle 14.00 alle 16.00 ca.
Con *équipe*, su iscrizione

Giovedì 31 luglio

Uscita a San Bernardino e pranzo

Il fresco della montagna trasforma
ogni pranzo un'esperienza
indimenticabile immersi nella
natura.
Dalle 9.30 alle 16.30 ca.
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: pranzo e bibite a carico
del partecipante