

Programma di giugno

**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.

⊕ 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
- 9.00-11.30 **Impara l'uncinetto e dai vita alla tua creatività**, con Ilaria Meyer
- 14.00-16.30 **Gruppo carte autonomo**

Martedì

- 9.00-10.00 (1° gruppo) **Rinforziamoci a 360° (Terapia Arcobaleno)** in collaborazione con ValMoving
10.30-11.30 (2° gruppo) Esercizi per articolazioni, schiena, stretching e tisana di stagione, con Elena Pesenti
Costo: CHF 40.- per 10 lezioni, su iscrizione
L'ATTIVITÀ NON AVRÀ LUOGO IL 30.06
- 14.00-15.00 **Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza**, con Claudia Glanzmann
L'ATTIVITÀ NON AVRÀ LUOGO IL 30.06

Mercoledì

- 9.00-11.30 **Pasticceria**
L'ATTIVITÀ NON AVRÀ LUOGO IL 3 E IL 10.06
- 9.30-11.00 **Parliamo in italiano (frasi di uso quotidiano)**, con équipe
- 14.00-16.00 **Manicure, un tocco di eleganza**, con Sandy Bolli
Telefonare per info sulle date. 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 40.- per 10 lezioni, su iscrizione
- 9.30-11.00 **Mattina creativa (cucito, decorazioni varie e ceramica)**
- 14.00-15.00 **Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza**, con Claudia Glanzmann

Venerdì

- 10.00-11.00 **Sul palco della vita**, con Andrea Luterotti
- 14.00-16.00 **Tombola**, con Mara Bacchi
Costo: CHF 6.50 solo cartelle; CHF 2.- merenda e/o caffè

Programma di giugno

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

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

Speciali

Soggiorni di 5 giorni a Riccione
8-12 giugno
Posti esauriti

NOVITÀ

PRONOSTICO MONDIALI 2026
PARTECIPA ANCHE TU!

Compila il formulario che trovi presso il centro diurno entro il 9.6.2026 (CHF 5.-)
Il ricco premio finale verrà consegnato il 22.7.2026

Martedì 2 giugno

Pranzo al Grotto Pozzasc di Peccia
Dalle 10.30 alle 15.00 ca.

Su iscrizione
Polenta con mortadella, codigotto, spezzatino, formaggi misti (formagella di mucca, gorgonzola e valle maggia) e caffè
Costo: CHF 28.- a persona (bibite escluse)

Mercoledì 3 giugno

Tombola al ristorante Bellavista di Cavigliano
Dalle 14.30 alle 16.00
Costo: CHF 6.50 (solo cartelle)
bevande a carico del partecipante
Con Michela Dotta e Giuseppe Battisti

Mercoledì 3 giugno

Sarà presente la nostra assistente sociale
Cristiana Bonatti
Dalle 9.00 alle 11.00
Su appuntamento allo 091 760 91 63

Mercoledì 3 giugno

Pranzo e pomeriggio creativo (realizza il tuo centro tavola floreale) con il centro di Tenero in visita
Dalle 11.30 alle 16.00
Costo: CHF 12.50 + caffè e vino (offerta libera per il pomeriggio)
Con Milena Fiscalini e colleghe di Tenero

Martedì 9 giugno

Sportello digitale!
Aiuto informatico di base
Dalle 14.00 alle 16.00
Gradita l'iscrizione
Con Pierpaolo Bonettini

NOVITÀ

Mercoledì 10 giugno

Presentazione su: «Persona libera di scegliere
Come contrastare la violenza ed il
maltrattamento tramite l'autodeterminazione»
Dalle 14.00 alle 15.30
Con Cristiana Bonatti AS Pro Senectute

Giovedì 11 giugno

Salute e benessere: presentazione: «Canicola»
Dalle 14.00 alle 15.30 ca.
Su iscrizione
Con Claudia Saccol Magri (AVAD)

Sabato 13 giugno

Grigliata in musica
Dalle 11.30 alle 15.30 ca.
Su iscrizione
Costo: CHF 25.- tutto compreso
Con Valentina Gnesa, Mattia Fux e Michela Dotta

Lunedì 15 giugno

Torneo di Bocce a Riva San Vitale
Dalle 8.30 alle 17.00 ca.
Su iscrizione; Max 2 squadre da 3 giocatori
Costo: CHF 20.- (Menu: insalata, lasagne alla bolognese, gelato, acqua e caffè)
Con équipe

Martedì 16 giugno

Turisti del pomeriggio: tour panoramico con trenino e gelato
Dalle 13.00 alle 16.00
Costo: CHF 8.-
Gelato a carico del partecipante
Con équipe

Giovedì 18 giugno

Il bibliotecario racconta...lettura di qui e di altrove
Dalle 14.00 alle 15.30 ca.
Con Gian Pietro Pawlowsky

Visita all'atelier di Sartoria DaCapo di Mendrisio per scelta stoffe e pranzo all'Osteria sociale BarAtto di Morbio Inferiore
Dalle 9.30 alle 16.00 circa
Costo: pranzo e bibite a carico del partecipante (scelta libera dal menù)

Sabato 20 giugno

«Caffè, croissant, burro, marmellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.»
Dalle 10.00 alle 11.30 ca.; su iscrizione
Costo: CHF 5.- tutto compreso
Con Milena Fiscalini
E
Innerwalk all'aperto
Immergiti in un viaggio sonoro
Dalle 14.00 alle 15.30
Su iscrizione
Con Innerwalk project

Lunedì 22 giugno

Tombola alla Trattoria Unione di Cevio: il gioco è fatto, ora tocca a te vincere!
Dalle 14.00 alle 16.00
Costo: CHF 6.50 solo cartelle
bevande a carico del partecipante

Mercoledì 24 giugno

Buffet e proiezione partita della Nazionale
Dalle 19.30 alle 23.00
Costo: CHF 10.- a persona
Su iscrizione
Con équipe

NOVITÀ

Giovedì 25 giugno

Giornata a Cannero
Giro in battello con visita ai Castelli
pranzo al ristorante e merenda da Amèle!
Dalle 8.30 alle 17.00 circa
Costo: CHF 40.- + pranzo e bibite a libera scelta dal menù
Su iscrizione
Con équipe
È RICHIESTA UNA BUONA MOBILITÀ

Sabato 27 giugno

«Caffè, croissant, burro, marmellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.»
Dalle 10.00 alle 11.30 ca.
Su iscrizione
Costo: CHF 5.- tutto compreso
Con Sandy Bolli
E
Canti con la fisarmonica di Giorgione
Dalle 14.00 alle 15.30
Con Giorgio Jelmorini

Martedì 30 giugno

Alla scoperta della montagna con pranzo in capanna ai Monti di Lego
Dalle 9.00 alle 16.00
Insalata mista, pasta al ragù di luganighetta, torta, acqua e caffè CHF 25.- (vino escluso)
Su iscrizione
PER PERSONE ABITUATE A CAMMINARE!
PASSEGGIATA DI CIRCA 1 ORETTA
Con Milena Fiscalini

NOVITÀ

IL CENTRO RIMARRÀ CHIUSO IL 4, 5, 6 E 29 GIUGNO