Programma di agosto

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 (no il 3 e 10 agosto)*
14.00-16.30	**Gruppo carte autonomo**

Martedì

9.00-10.00 (1°gruppo) 10.30-11.30 (2°gruppo)	**Rinforziamoci a 360° (Terapia Arcobaleno)** in collaborazione con ValMoving Esercizi per articolazioni, schiena, stretching e tisana di stagione *Con Elena Pesenti* (**Costo:** CHF 40.- per 10 lezioni) su iscrizione
14.00-15.00	**Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza** *con Claudia Glanzmann* **PAUSA FINO A SETTEMBRE**

Mercoledì

9.00-11.30	**Pasticceria con équipe**
9.30-11.00	**Parliamo in italiano (frasi di uso quotidiano)** *con équipe* **PAUSA FINO A SETTEMBRE**
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 SOLO IL 6 AGOSTO POI PAUSA FINO A SETTEMBRE**
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 e Giuseppe Battisti* **Costo:** CHF 6.50 solo cartelle; CHF 2.- caffé

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

Programma di agosto

PRO SENECTUTE
PIÙ FORTI INSIEME

Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

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

Giovedì 6 agosto

Pranzo al Ristorante Basodino di San Carlo in Bavona
Dalle 11.15 alle 15.00 ca.
Su iscrizione
Costo: pranzo a libera scelta dal menù a carico del partecipante
Con équipe

Sabato 8 agosto

Buffet freddo in musica con Michela
Dalle 11.00 alle 16.00 ca.
Su iscrizione
Costo: CHF 10.- tutto compreso
Con Annina Stocker e Michela Dotta

Martedì 11 agosto

La vita, le storie e ricordi, un viaggio tra parole e immaginazione
Dalle 14.00 alle 15.30 ca.
Con Dante Carbini
Su iscrizione

Mercoledì 12 e 26 agosto

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

Giovedì 13 agosto

Giornata da Mac (Giordano) al Piano di Peccia
Dalle 9.00 alle 16.00 ca.
Su iscrizione
Costo: CHF 8.- tutto compreso (menù sorpresa)
Con équipe

Giovedì 20 agosto

Uscita al Tremorgio e pranzo (possibilità di camminata attorno al laghetto)
Dalle 8.30 alle 17.00 ca.
Su iscrizione
Costo: pranzo e bibite a carico del partecipante (libera scelta dal menù)
Funivia: CHF 16.- A/R
Con équipe

Sabato 22 agosto

«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 Valentina Gnesa

Cerimonia del tè dell'Uzbekistan e test di bellezza
Dalle 14.00 alle 15.30
Con Elena Pesenti

Martedì 25 agosto

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

Mercoledì 26 agosto

Pranzo per salutare Elisa e Quiz Nustran
Dalle 11.30 alle 15.30
Su iscrizione
Costo: CHF 15.- (insalata, pizza, dolce e bibite)

Giovedì 27 agosto

Camminata Comino-Monti di Aula e discesa
Dalle 9.00 alle 17.00 ca.
Su iscrizione
Costo: funivia CHF 11.-
Pranzo al sacco (ognuno porta il suo)
Uscita per chi è abituato a camminare

Sabato 29 agosto

Grigliata di fine estate in musica con Mario Bertolini
Dalle 11.30 alle 15.30 ca.
Su iscrizione
Costo: CHF 25.- tutto compreso
Con Milena Fiscalini e Mario Bertolini

IL CENTRO RIMARRÀ CHIUSO SABATO 1° AGOSTO E SABATO 15 AGOSTO

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