

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 Pedrolì
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 Luvèira 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 mercatini 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

«Natal 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