

Febbraio 2023: i colori dei coriandoli!

Centro diurno «Ancora», Faido

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00
Sabato 10.00 - 14.00



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!

Vogliam di pranzare in compagnia? Iscrivetevi al pranzo presso il Centro, CHF 12.-

+ Tutte le nostre proposte sono contrassegnate con questo simbolo poiché sovvenzionate dall'Ufficio federale delle assicurazioni sociali perché contribuiscono in modo particolare a contrastare i problemi dovuti all'avanzare dell'età.

Proposte fisse

Lunedì

9.30-10.30	Riflessioni in cerchio Discussione di gruppo intorno a un tema, per esprimere il proprio punto di vista ed ascoltare quello degli altri. <i>Con Anna Rossetti</i>	14.00-15.30	Il bosco in una stanza Laboratorio creativo all'interno del progetto Cammino, scopro e percepisco... un percorso nella natura per rigenerarsi (bosco di Cari). Tutti i mercoledì pomeriggio. <i>Con Emanuela Macchi e Paul Sigel</i>
10.30-11.30	Benessere emotivo Giochiamo con le nostre emozioni per conoscerle meglio e sentirci meglio! Il 6 febbraio. <i>Con Leonard Carisi</i>	14.00-15.30	Far ridere è una cosa seria Lezioni spettacolo di umorismo. L'8 febbraio. <i>Con Gianni Giannini</i>
10.30-11.30	Lettura del piede Una volta al mese togliamo scarpe e calze per scoprire qualcosa in più su di noi... Il 13 febbraio. <i>Con Maria Cristina Poto</i>	14.00-15.30	Creativamente - ciapà coragg! Risveglia la gioia della creatività con acquerelli, colori, immagini e parole, per divertirsi e stare assieme. Il 15 febbraio. <i>Con Patrizia Tarascio Degiorgi</i>
10.30-11.30	Saggezza popolare in formato tascabile Percorso di realizzazione di carte sul tema detti popolari. Il 27 febbraio. <i>Con Maria Cristina Poto</i>	Giovedì	
14.00-15.00	«Ancora» voci Venite a cantare con il coro del Centro «Ancora»! Il 6, 13 e 27 febbraio. <i>Con Mattia Mirenda</i>	10.30-11.30	Attori si diventa Divertiamoci insieme con il teatro alla portata di tutti! Il 2, 9 e 23 febbraio. <i>Con Andrea Luterotti</i>

Martedì

9.30-10.30	Cervelli in forma Attività di stimolazione cognitiva per tenersi in allenamento, migliorarsi e sfidarsi. <i>Con Silvia Avalli</i>	14.00-15.30	La luce rende felici Laboratorio creativo multi-interessante (luci in tela, lampade con cartoni delle uova, angeli in bottiglia, ...). <i>Con Roberta Bruni-Coduri e Laura Sottocorno</i>
10.00-11.00	Ginnastica fit Esercizi fisici per migliorare la forza, la resistenza e l'equilibrio. <i>Con Anna Rossetti</i>	Venerdì	
11.15-12.00	Dolce movimento Per tenersi in forma con esercizi ginnici morbidi ma efficaci. <i>Con Anna Rossetti</i>	10.00-11.00	Palestra per la mente Attività di stimolazione cognitiva per una mente sempre attiva. <i>Con Leonard Carisi</i>
14.00-16.00	Spazio digitale Per prendere confidenza o arricchire le proprie conoscenze sulle tecnologie digitali (computer, smartphone, internet, ecc.) <i>Con Simona Previtali</i>	10.30-12.00	Atelier di cucina Una mattinata in cucina, per preparare il menù del giorno! <i>Con Silvia Avalli</i>
		14.00-15.00	Bocce per tutti Pomeriggio di immersione totale nel gioco delle bocce in versione indoor. <i>Con Leonard Carisi</i>

Mercoledì

10.30-11.30	Il circolo della maglia Un paio di ferri e un gomitolo di lana per realizzare capolavori. <i>Con Ginette Ticozzi</i>	In occasione di eventi speciali, il programma quotidiano può subire delle variazioni: consultate anche «le specialità di febbraio» e teniamoci in contatto!	
-------------	--	--	--

Specialità di febbraio 2023

Centro diurno «Ancora», Faido

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00-17.00

Sabato 10.00 - 14.00

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME



«Chi non ride mai non è una persona seria»

(Charlie Chaplin)

**IL CENTRO RIMARRÀ CHIUSO LUNEDÌ 6 E MARTEDÌ 7
FEBBRAIO PER ATTIVITÀ ORGANIZZATIVA...
STIAMO LAVORANDO PER VOI!**

Mercoledì 1° febbraio

Visione del film Last Dance e discussione sul tema

Alle 14.20 al Cinema Teatro Blenio, Acquarossa

Per gli interessati organizziamo il servizio di trasporto, è richiesto un contributo di CHF 5.-

La proiezione è gratuita, seguirà un momento conviviale!

Ritorno a Faido previsto per le 17.00 circa.

Iscrivetevi entro venerdì 27 gennaio

Giovedì 2 febbraio

Si balla!

Grazie all'organizzazione degli amici di ATTE Faido

Dalle 14.00 alle 15.30

Al Ristorante Alla Botte, a Pollegio

È richiesto un contributo di CHF 5.-

Iscrivetevi entro venerdì 27 gennaio

Sabato 4 febbraio

Carnevale a Calonico!

Pranzo con risotto e luganiga a seguire musica!

Dalle 10.30 alle 13.30

Costo: pranzo CHF 15.-, Contributo trasporto CHF 5.-

Iscrivetevi entro mercoledì 1° febbraio

Venerdì 10 febbraio

Tombola in maschera

Dalle 14.00 alle 15.30

Sabato 11 febbraio

Lotta alla desertificazione nel Sahel del Burkina Faso

Dalle 10.30 alle 11.30

Presentazione del progetto Deserto Verde Burkinabè

Con Lindo Grandi, forestale

Giovedì 16 febbraio

A spasso con Ary e Nadia: Teatro del gatto ad Ascona

«Le canzoni di Coppi e Bartali»

Alle 15.00

Partenza dal Centro «Ancora» alle 13.30

Per l'esperienza è richiesto un contributo di CHF 5.-

Iscrivetevi entro lunedì 13 febbraio, fino ad esaurimento dei posti disponibili

Sabato 18 febbraio

Il clima sta cambiando, anche da noi

Dalle 10.30 alle 11.30

Incontro sul tema con Luca Nisi, meteorologo a Locarno-Monti

Lunedì 20 febbraio

Quiz e pranzo di Carnevale con la corte: divertimento assicurato!

Dalle 11.00 alle 14.00

Pranzo con polenta lacc e formacc

Costo: CHF 10.- (caffè compreso)

Mercoledì 22 febbraio

«Carnevaa da Fait»: pizzoccheri e ballo con Andrea!

Dalle 12.00 alle 15.30 in palestra a Faido

Il pranzo è offerto alle persone in AVS

Sabato 25 febbraio

Visita al Centro Controllo Veicoli Pesanti di Giornico

Dalle 10.30 alle 11.30

Con Franco Salvato, responsabile del Centro

Alle 12.00 risotto e luganiga in palestra a Faido!

Per la visita è richiesto un contributo di CHF 5.-

Il pranzo è offerto dal «Carnevaa da Fait»

Iscrizioni fino ad esaurimento posti!

Martedì 28 febbraio

«Caliamo l'Ancora»: fitness mentale a Chironico!

Dalle 14.00 alle 15.00

Ritrovo presso il salone del centro comunale di Chironico.

**DOVE NON È SPECIFICATO, VI ASPETTIAMO DA NOI AL CENTRO
«ANCORA»!**