

# Settembre 2024 ... ha l'oro in bocca!

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME



## Centro diurno ANCORA

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!

**Voglia 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 **Parliamone!**  
Chiacchierata di gruppo su un tema  
Con Anna Rossetti
- 11.00-11.45 **Dolce movimento**  
Teniamoci in forma!  
Con Anna Rossetti
- 13.00-15.00 **Mochila-Mania**  
Jeans e stoffe di riciclo si trasformano  
in splendidi zaini...  
Con Mary Luz Baccalà

#### Martedì

- 10.00-11.00 **Ginnastica Fit**  
Con Anna Rossetti
- 10.30-11.30 **Cervelli in forma**  
Attività di attivazione cognitiva  
Con Leonard Carisi
- 14.00-15.00 **Eureka!**  
Alla ricerca di nuove creazioni  
Con Anna Rossetti
- 14.00-16.00 **Gruppo inglese**  
Ospitiamo un appassionato gruppo  
di studiosi!

#### Mercoledì

- 10.30-11.30 **Coro Ghèrz**  
Con Mattia Mirenda
- 14.00-15.00 **Il bosco in una stanza**  
I desideri prendono forma...  
Con Paul Sigel
- 14.00-15.30 **Il circolo della maglia**  
Lana, ferri & fantasia  
Con Ginette Ticozzi

#### Giovedì

- 10.30-11.30 **Attori si diventa**  
Laboratorio teatrale  
Con Andrea Luterotti
- 14.00-15.30 **Il giardino delle meraviglie**  
Laboratorio di riciclo dei cartoni delle uova!  
Con Laura Sottocorno e Roberta Bruni-Coduri

#### Venerdì

- 10.00-11.00 **Scalda il cervello**  
Attivazione cognitiva per un'ottima forma  
mentale  
Con Leonard Carisi
- 9.30-12.00 **Atelier di cucina**  
Si cucina il pranzo del giorno!  
Con Leonard Carisi
- 10.30-11.30 **In movimento**  
Benessere & divertimento  
Con Matteo Roncoroni
- 14.00-17.00 **Unitas Gruppo maglia Faido**  
Con Manuela Biava  
Dal 27 settembre
- 14.00-15.00 **Bocce per tutti**  
Con Leonard Carisi
- 14.00-15.00 **Più PC per tutti**  
Per capire di più e meglio il mondo  
del computer contattateci per le date  
di settembre!  
Con Matteo Roncoroni

In occasione di eventi speciali, il programma quotidiano può subire delle variazioni: consultate anche «le specialità di settembre» e teniamoci in contatto!

**Per informazioni e iscrizioni:** Centro diurno «Ancora» – Via Balcengo 43, 6760 Faido – Tel. 091 866 05 72  
cdsa.faido@prosenectute.org – www.prosenectute.org – www.centridiurni.ch

# Specialità di settembre

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME



## Centro diurno ANCORA

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

«I giorni di settembre sono qui, con dell'estate il meglio del tempo, e dell'autunno il meglio dell'allegria»

(Helen Hunt Jackson)

**PER IL MESE DI SETTEMBRE, IL CENTRO ANCORA RESTERÀ CHIUSO IL SABATO... PREPARATEVI AGLI SCOPPIETTANTI SABATI DI OTTOBRE!**

### Mercoledì 4 e 18 settembre

#### Consulenze sociali su temi di interesse per persone in età AVS

Sarà presente al Centro Ancora Alessia Sala, assistente sociale di Pro Senectute. Le consulenze sono gratuite.

### Martedì 3 settembre

#### Caliamo l' Ancora: spesa in compagnia!

Pomeriggio in compagnia per commissioni e spesa, ma solo dopo un buon caffè a Faido

Ai partecipanti è richiesto un contributo di CHF 5.- per il trasporto (se utilizzato)

Iscrivetevi entro lunedì 2 settembre

### Lunedì 9 settembre

#### A spasso con Ary e Nadia

#### Visita al Museo del San Gottardo

Pranzo in compagnia al Ristorante Scuderia  
Dalle 9.30 alle 15.30

Il miglior modo per iniziare il mese!

Iscrivetevi entro giovedì 5 settembre

### Mercoledì 11 settembre

#### Generazioni al tavolo da gioco!

Giochi di società intergenerazionali nella buvette della pista di ghiaccio

Dalle 14.00 alle 16.00

Arrivate numerosi!

### Venerdì 13 settembre

#### Caffè riparazione al Centro Ancora

In collaborazione con ACSI

Dalle 13.00 alle 17.00!

Vi aspettiamo!

### Martedì 17 settembre

#### Visita all'orto di erbe di Konrad Bernath, a Giornico

Profumi che scaldano il cuore...

Pranzo in compagnia al Ristorante

Red di Pollegio

Partenza dal Centro Ancora alle

10.00, rientro previsto per le 15.30

Il pranzo è a carico dei partecipanti

È richiesto un contributo di CHF 3.-

per il trasporto

Iscrivetevi entro venerdì 13 settembre

### Giovedì 19 settembre

#### Giochi di società

Dalle 13.30 alle 15.30

Con gli amici del gruppo inglese

Vi aspettiamo!

### Venerdì 20 settembre

#### Il Comune di Faido festeggia i suoi giovani con tanta esperienza... e noi ci siamo!

Ritrovo ore 11.30 presso

l'Osteria alla birreria!

Partenza dal Centro Ancora ore 11.15,

rientro previsto per le 16.30.

Se non siete domiciliati nel Comune

di Faido dovete proprio iscrivervi da

noi!

Termine iscrizioni 6 settembre

### Lunedì 23 settembre

#### Presentazione del servizio Spitex

Pomeriggio di scambio e condivisione a proposito di un servizio molto

prezioso!

Dalle 14.00 alle 15.30

Golosa merenda offerta!

Vi aspettiamo, anche all'ultimo

momento!

### Mercoledì 25 settembre

#### Caliamo l' Ancora: nuovo appuntamento per il cerchio di Chironico

Alle 15.15 ci troviamo nella sede del

Patriziato di Chironico

Confronto di gruppo su temi cari ai

cittadini.

**Dove non è specificato, vi aspettiamo da noi al Centro Ancora!**

#### Per informazioni e iscrizioni:

Centro diurno «Ancora» – Via Balcengo 43, 6760 Faido – Tel. 091 866 05 72 – [cda.faido@prosenectute.org](mailto:cda.faido@prosenectute.org)  
[www.prosenectute.org](http://www.prosenectute.org) – [www.centridiurni.ch](http://www.centridiurni.ch)