

Aprile 2025 è il mese degli scherzi!

**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 per farvi conoscere il nostro Centro e le nostre proposte!

Voglia di pranzare in compagnia? Iscrivetevi al pranzo presso il Centro, CHF 13.-

⊕ 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

- 09.30-10.30 **Parliamone!**
Chiacchierata di gruppo su un tema
Con Anna
- 11.00-11.45 **Dolce movimento**
Teniamoci in forma!
Con Anna
- 14.00-15.30 **Asso di picche**
Un pomeriggio all'insegna del gioco delle carte
Con Leonard

Martedì

- 10.00-11.00 **Ginnastica Fit**
Con Anna
- 10.30-11.30 **Cervelli in forma**
Attività di attivazione cognitiva
Con Leonard
- 14.00-15.00 **Atelier creativo**
Alla ricerca di nuove creazioni
Con Anna
- 14.00-16.00 **Gruppo inglese**
Ospitiamo un appassionato gruppo di studiosi! (Al momento al completo)

Mercoledì

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

Giovedì

- 10.30-11.30 **Incontriamoci**
Discutiamo assieme su temi d'attualità (3-24 aprile)
Con Leonard
- 10.30-11.30 **Attori si diventa**
Laboratorio teatrale (10-17 aprile)
Con Andrea
- 14.00-15.30 **Il giardino delle meraviglie**
Laboratorio di riciclo dei cartoni delle uova!
Con Laura e Roberta

Venerdì

- 10.00-11.00 **Scalda il cervello**
Attivazione cognitiva per un'ottima forma mentale
Con Leonard
- 9.30-12.00 **Atelier di cucina e pasticceria**
Si cucina il pranzo del giorno e un fantastico dolce!
Con Serena e Maddalena 
- 10.30-11.30 **In movimento**
Benessere & divertimento
Con Alina
- 14.00-17.00 **Gruppo maglia Faido inclusivo**
Con Manuela
- 14.00-15.00 **Bocce per tutti**
Con Leonard

IN OCCASIONE DI EVENTI SPECIALI, IL PROGRAMMA QUOTIDIANO PUÒ SUBIRE DELLE VARIAZIONI: CONSULTATE ANCHE «LE SPECIALITÀ DI APRILE» E TENIAMOCI IN CONTATTO!

Specialità di aprile



Centro diurno ANCORA

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

«La primavera ha steso sulla valle un tappeto di smeraldo e oro»

(A. Machado)

Tutti i mercoledì



Apertura del Cerchio di Chironico (presso la Casa Patriziale) Dalle 14.00 alle 16.30

Mercoledì 2 e 16 aprile

Sarà presente al Centro Ancora Alessia Sala, assistente sociale di Pro Senectute, per consulenze sociali su temi di interesse per persone in età AVS. Le consulenze sono gratuite.

Martedì 1° aprile

Giochi per divertirsi... e allenare la mente!

Dalle 14.00 alle 15.30
Venite a provare, non è necessario iscriversi!
Con Elena

Mercoledì 2 aprile

Incontriamo i ragazzi che si preparano alla Cresima

Chiacchiere sospese tra presente e passato...
Dalle 14.00 alle 16.30
Con Fra Boris

Venerdì 4 aprile

Tombola del pesce d'aprile!

Dalle 14.00 alle 15.30
Possibilità di pranzare con il menu dell'Atelier di cucina... ogni piatto un'opera d'arte!
Menu con acqua e caffè: CHF 10.-
Per il pranzo iscrivetevi entro mercoledì 2 aprile, per la tombola vi aspettiamo liberamente

Sabato 5 aprile

Bagno sonoro con le campane tibetane!

Dalle 10.00 alle 14.00
Venite a vivere un'esperienza unica nel suo genere!
Con Valentina, Dario e Paul
Possibilità di pranzare al Centro Ancora su iscrizione entro giovedì 3 aprile

Mercoledì 9 aprile

A spasso con Ary e Nady

Visita al Centro meteorologico di Locarno Monti
Saremo accompagnati in una visita guidata per scoprire le meraviglie della meteorologia.

Partenza dal Centro Ancora alle 9.00 e rientro per le 16.00 circa.

Pranzo a carico dei partecipanti al Ristorante Campagna di Locarno Contributo di CHF 10.- per l'esperienza

Iscrizione entro venerdì 30 marzo

Pranzo in compagnia al Centro ATTE di Faido

Per informazioni e iscrizioni: Silva D'Odorico Tel. 079 442 86 62

Sabato 12 aprile

C'era una volta la Pasqua: inaugurazione della nuova esposizione fotografica «la Pasqua di una volta»

Dalle 10.30 alle 14.00
Un viaggio nel tempo attraverso le immagini che raffigurano la Pasqua del passato. A seguire un ricco apero-pranzo cucinato dal nostro atelier di cucina.

Con Trillo

Iscriversi entro mercoledì 9 aprile

Martedì 15 aprile

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 14 aprile

Martedì 15 aprile

Giochi per divertirsi... e allenare la mente!

Dalle 14.00 alle 15.30
Con Elena

Venite a provare, non è necessario iscriversi!

Venerdì 18 aprile

Torneo sc'era 40

Grande sfida a scala a 40!
Si inizia alle 10.15, pausa con succulento pranzo dell'atelier di cucina (CHF 10.- menu e caffè) premiazione alle 15.00

SABATO 19 APRILE IL CENTRO RIMANE CHIUSO

LUNEDÌ 21 APRILE LUNEDÌ DI PASQUA, IL CENTRO RIMANE CHIUSO

Martedì 22 aprile

Le ombre del Parco della Villa dei Cedri di Bellinzona

Atelier creativo alla scoperta del parco e visita al museo
Partenza dal Centro Ancora alle 9.00 e rientro per le 16.00 circa
Pranzo a carico dei partecipanti a Bellinzona.

Contributo di CHF 10.- per l'esperienza

Iscrizione entro giovedì 17 aprile

Mercoledì 23 aprile

Coro Gherz in trasferta

Andiamo a cantare con il coro dai nostri vicini, all'istituto Santa Croce. Una volta finita l'esibizione verrà offerto un ricco aperitivo.
Dalle 10.30 alle 12.00



Giovedì 24 aprile

Giochi di società

Dalle 13.30 alle 15.30
Con gli amici del gruppo di inglese!
Vi aspettiamo per divertirvi insieme

Venerdì 25 aprile

L'angolo delle riparazioni di sartoria

Le riparazioni vengono eseguite gratuitamente, potete portare i vostri capi al Centro Ancora in qualsiasi momento, anche nei giorni precedenti!

Dalle 14.00 alle 16.00

Con Lina

Venerdì 25 aprile

Tombola della libertà!

Dalle 14.00 alle 15.30
Possibilità di pranzare con il menu dell'Atelier di cucina... ogni piatto un'opera d'arte!

Menu con acqua e caffè: CHF 10.-
Per il pranzo iscrivetevi entro mercoledì 23 aprile, per la tombola vi aspettiamo liberamente

Sabato 26 aprile

Uscita gastronomica all'agriturismo Bossi di Ambri

Pranzo alla carta a carico dei partecipanti.

È richiesto un contributo di CHF 5.- per il trasporto

Partenza dal centro ore 11.15 rientro previsto per le 14.00

Iscrizioni entro mercoledì 23 aprile

LUNEDÌ 28 APRILE IL CENTRO RIMANE CHIUSO

Mercoledì 30 aprile

Conferenza con SPITEX

Consigli di prevenzione della salute sul tema della cura delle ferite
Dalle 13.30 alle 14.30
Vi aspettiamo, non è necessaria l'iscrizione!

Podologia

Per info: 091 850 60 20 o direttamente al Centro «Ancora»

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