

Programma di luglio

**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 (14.7-21-7)**
Con Pierre Pedrolì
Costo: CHF 5.- a incontro (per materiale)
- 14.00-15.30 **L'arte della falegnameria (7.7-28.7)**
Con Mattia Fux
- 14.00-16.30 **Gruppo carte autonomo**

Martedì

- 8.30 -10.00 **Camminata nel verde**
Con équipe
- 9.30-11.00 **Scopri il mondo digitale (atelier informatico)**
Con équipe
Costo: offerta libera
- 14.00-15.00 **Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza**
Con Claudia Glanzmann
- 14.00-15.00 **Ginnastica extra dolce, muoviti con leggerezza**
Con équipe

Mercoledì

- 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 (eccetto 2.7)
Telefonare per info sulle date
Con Sandy Bolli
Costo: CHF 5.- (contributo materiale)
Su iscrizione

Giovedì

- 9.30-10.30 **Vivere consapevolmente il presente**
Chiudi gli occhi, respira e lascia che la musica ti guidi, accogliendo ogni pensiero senza giudizio
Con Tiziana Mantovani
- 9.30-11.00 **Attività manuali, l'arte del fai da te**
Con Bruna Ielmini
- 14.00-15.00 **Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza**
Con Claudia Glanzmann

Venerdì

- 10.00-11.00 **Canti spontanei con Wendy! (eccetto 11.7)**
La musica prende vita.
Con Wendy Scolla
- 14.00-16.00 **Tombola**
Con Mara Bacchi
Costo: CHF 6.50 solo cartelle;
Caffè CHF 2.-

Sabato

- 10.00-16.00 **Vedi lista speciali sul retro**

**VENERDÌ 1° E SABATO 2 AGOSTO
IL CENTRO RESTERÀ CHIUSO**

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

Eventi speciali di luglio

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno «Parco Maggia», Maggia

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

VENERDÌ 1° E SABATO 2 AGOSTO IL CENTRO RESTERÀ CHIUSO

Su richiesta

Impara l'uncinetto e dai vita alla tua creatività

Con *Ilaria Meyer*, su iscrizione
Costo: CHF 5.- a incontro
(contributo materiale)

Pomeriggio di cucito
in collaborazione con Casa
Martini

Date da definire

Mercoledì 2 luglio

**Vieni a gustare il pranzo e
resta per la sfida: Casa Patrizia
contro Cdsa di Maggia al «Quiz
Nustran!»**

Dalle 11.30 alle 15.30 ca.
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: CHF 12.50.-
(Pizza e bibite incluse) a carico
del partecipante

Giovedì 3 luglio

Andiamo a «Ticino Experience» a Losone

Dalle 9.30 alle 12.00
Un'attività insolita e divertente:
guardare un filmato suggestivo
gustando aperitivo sfizioso per
un viaggio sensoriale tra i profumi
delle valli e i sapori Slow Food
ticinesi.
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: CHF 28.-

Sabato 5 luglio

Pranzo all'Osteria del Gin di Maggia

Dalle 11.30 alle 15.00 circa
Con *Valentina Gnesa*, su iscrizione
Costo: CHF 24.- (bibite escluse)
Menu: insalata verde, risotto al
vino rosso con guancialetti in
salsa alla birra, una pallina di uva
con meringa

Mercoledì 9 luglio

Mani in pasta!

Cuciniamo e pranziamo insieme
Dalle 9.00 alle 13.30
Con *équipe*, su iscrizione
Chef: CHF 12.50.-
Commensali: CHF 15.-

Sabato 12 luglio

Caffè, croissant, burro, mar- mellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.

Dalle 10.00 alle 11.30 ca.
Costo: CHF 5.- (tutto compreso)
Con *Sandy Bolli*, su iscrizione

La forza del colore

Esprimersi con la pittura creativa
Dalle 14.00 alle 15.00 ca.
Con *Sandy Bolli*, su iscrizione

Lunedì 14 luglio

Oggi a pranzo con noi... il Cdsa di Giubiasco!

Una tavolata di sorrisi!
Dalle 12.00 alle 14.00
Su iscrizione
Costo: CHF 12.50 (escluso vino e
caffè) a carico del partecipante

Martedì 15 luglio

Passi in natura, sapori in tavola ai Monti di Comino

Un pranzo circondati dal verde e
dagli odori alpini.
Dalle 9.00 alle 16.00
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: CHF 50.- (compresi
funivia, pranzo e bibite (Insalata
piccola, risotto alle erbe
aromatiche e una fetta di torta
a scelta)

Mercoledì 16 luglio

Canti in allegria con la fisarmonica di Michela

Dalle 14.00 alle 15.30
Con *Michela Dotta*, su iscrizione

Sabato 19 luglio

Pranzo al Grotto Mai Morire di Avegno

Dalle 11.30 alle 15.00 ca.
Con *Milena Fiscalini*, su iscrizione
Costo: menù a scelta libera, a
carico del partecipante

Lunedì 21 luglio

Consulenza sociale

Sarà presente la nostra assistente
sociale *Cristiana Bonatti*
Dalle 9.00 alle 11.00
Su appuntamento

Mercoledì 23 luglio

Voglia di shopping?

Ci pensiamo noi!
Uscita al nuovo «Da Moreno
dove tutto costa meno» e ai centri
commerciali di Sant'Antonino
Dalle 13.00 alle 16.30 circa
Con *équipe*, su iscrizione

Giovedì 24 luglio

Una colazione speciale alla pasticceria Pellanda di Intragna

Per iniziare la giornata con
gusto!
Dalle 9.15 alle 11.00
Con *équipe*, su iscrizione

Venerdì 25 luglio

Masterchef: gara di polpette al Cdsa di Faido

Mancano ancora 3 cucinatori
prima di poter cominciare la
competizione... vi aspettiamo!
Dalle 8.30 alle 16.30 circa
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: CHF 17.- (inclusi acqua
e caffè)

Sabato 26 luglio

Paella e convivialità

Un incontro di gusti e sorrisi
in compagnia di Giorgione alla
fisarmonica!
Dalle 11.30 alle 15.30 circa
Con *Sandy Bolli*, su iscrizione
Costo: CHF 30.- tutto compreso

Mercoledì 30 luglio

Gustiamoci il filmato in compa- gnia dei Giochi senza frontiere:

«1978 con la partecipazione di
Caverio - Vallemaggia»
Dalle 14.00 alle 16.00 ca.
Con *équipe*, su iscrizione

Giovedì 31 luglio

Uscita a San Bernardino e pranzo

Il fresco della montagna trasforma
ogni pranzo un'esperienza
indimenticabile immersi nella
natura.
Dalle 9.30 alle 16.30 ca.
Con *équipe*, su iscrizione
Costo: pranzo e bibite a carico
del partecipante