

# Maggio 2024: profumo di colori!

**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 Silvia Avalli
- 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
- 09.30-12.00 **Atelier di cucina**  
Si cucina il pranzo del giorno!  
Con Silvia Avalli
- 10.30-11.30 **In movimento**  
Benessere & divertimento  
Con Matteo Roncoroni
- 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  
Con Matteo Roncoroni
- 14.00-17.00 **Unitas gruppo maglia Faido**  
Con Manuela Biava

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

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

**RACCONTARSI ANCORA...** Hai voglia di raccontare un episodio della tua vita che ti piacerebbe rimanesse nella memoria collettiva? Noi di sicuro abbiamo voglia di ascoltare! Prendi un appuntamento, ti aspettiamo!

# Specialità di maggio 2024

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME



## Centro diurno ANCORA

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

**«Un vento di maggio gonfio come un frutto, che aveva in sé la ruvidità della buccia, la morbidezza della polpa e innumerevoli semi...»**

(Haruki Murakami)

**A MAGGIO IL CENTRO ANCORA RESTERÀ CHIUSO MERCOLEDÌ 1, DAL 9 ALL'11 COMPRESI, LUNEDÌ 20 E GIOVEDÌ 30.**

### **Giovedì 2 e giovedì 23 maggio**

**Si gioca a carte all'Angolino di Airolo!**

Nel pomeriggio, chi è interessato ci contatti per i dettagli

### **Giovedì 2 maggio**

**Giochi di società**

Dalle 13.30 alle 15.30

Con gli amici del Gruppo Inglese

Vi aspettiamo!

### **Sabato 4 maggio**

**Formaggi leventinesi: presentazione e assaggi**

Dalle 10.30 alle 11.30

Una preziosa occasione per il palato, non mancate!

Con Giancarlo Croce

I posti sono limitati, iscrivetevi entro giovedì 2 maggio

### **Lunedì 6 maggio**

**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 venerdì 3 maggio.

### **Martedì 7 maggio**

**Visita al Birrificio San Salvatore di Dongio**

Partenza dal Centro Ancora alle 9.45, rientro previsto per le 15.30

Pranzo in compagnia all'Osteria La Baita

Pranzo a carico dei partecipanti (menu del giorno: CHF 17.- bibite escluse), per l'esperienza è richiesto un contributo di CHF 10.-.

Iscrivetevi entro venerdì 3 maggio

### **Mercoledì 8 maggio**

**Coro Ghèz in trasferta a Lamone!**

Aperitivo e pranzo al Centro parrocchiale di Lamone, nel pomeriggio esibizione del Coro Ghèz  
Partenza dal Centro Ancora alle 10.30, rientro previsto per le 16.30

Il pranzo è a carico dei partecipanti (menu CHF 10.-);

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

Iscrivetevi entro venerdì 3 maggio

### **Lunedì 13 maggio**

**Festeggiamo i 100 anni dei Pompi di Faido!**

Per l'occasione abbiamo il piacere di ospitare una delegazione che pranzerà con noi!

Si pranza con le prelibatezze dell'atelier di cucina

Costo: CHF 10.- (menu e un caffè)  
Iscrivetevi entro martedì 7 maggio.

### **Martedì 14 maggio**

**Visita guidata all'elibase della Rega a Gordola e pranzo in compagnia!**

Partenza dal Centro Ancora alle 8.45, rientro previsto per le 16.00

Pranzo al Ristorante Aeroporto (alla carta, a carico dei partecipanti)

La visita è gratuita, è richiesto un contributo di CHF 5.- per il trasporto.

Iscrivetevi entro martedì 7 maggio

### **Mercoledì 15 maggio**

**Consulenze sociali**

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

### **L'angolo delle riparazioni**

Dalle 14.00 alle 16.00

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

Con Lina Careddu

### **Giovedì 16 maggio**

**Cinema Leventina ad Airolo**

Partenza dal Centro Ancora alle 14.15, rientro previsto per le 17.00

Proposta degli amici dell'Angolino di Airolo!

Per il biglietto sono richiesti CHF 5.-, la differenza è sponsorizzata dall'Angolino

### **Venerdì 17 maggio**

**Tombola ARCOBALENO**

Festeggiamo la diversità  
Dalle 14.00 alle 15.30

Possibilità di pranzare con i manicaretti dell'Atelier di cucina

Costo: CHF 10.- (menu e un caffè)

Per il pranzo iscrizioni entro mercoledì 15, per la tombola vi aspettiamo anche a sorpresa!

### **Sabato 18 maggio**

**Conferenza: «Essere nonni al giorno d'oggi»**

Dalle 10.30 alle 11.30

Con il dottor Giovanni Rossetti

Se desiderate pranzare con noi iscrivetevi entro mercoledì 15 maggio.

### **Martedì 21 maggio**

**Coro Ghèz in trasferta a Milano!**

Doppia possibilità... viaggio unico! Alla Casa del Tempo di Turro (per chi canta nel coro), con pranzo in compagnia

**Passeggiata in città** (per chi lo desidera)

Costo: CHF 25.- per il viaggio  
Chiamateci per dettagli e orari

### **Mercoledì 22 maggio**

**Caliamo l'Ancora**

Nuovo appuntamento per il cerchio di Chironico

Confronto di gruppo su temi cari ai cittadini

Alle 15.15 ci troviamo presso la Casa Patriziale di Faido

### **Giovedì 23 maggio**

**Caliamo l'Ancora: tombola a Chironico!**

Al Ristorante Pizzo Forno, alle 14.00

Partenza dal Centro Ancora alle 13.30, rientro previsto per le 16.30

Per il trasporto iscrivetevi entro martedì 21, altrimenti vi aspettiamo liberamente!

### **Sabato 25 maggio**

**Fiera Faido e Valli e pranzo alla buvette della Pista di ghiaccio a Faido**

Una mattinata tra stand e bancarelle... poi pranzo in compagnia (a carico dei partecipanti; menu con insalatina, lasagna e dessert)

Partenza dal Centro Ancora alle 10.00, rientro previsto per le 14.00

Iscrivetevi entro mercoledì 22 maggio.

### **Lunedì 27 maggio**

**A spasso con Ary e Nadia:** Pranzo in compagnia e visita al Centro YOYO di Biasca

Con Michela Figini

Dalle 11.30 alle 16.00

Pranzo a carico dei partecipanti, ottima compagnia gratuita ed assicurata!

Iscrivetevi entro giovedì 23 maggio

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