

Gennaio 2025: è il mese della poesia dell'inverno!



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

- 9.30-10.30 **Parliamone!**
Chiacchierata di gruppo su un tema
Con Anna
- 11.00-11.45 **Dolce movimento**
teniamoci in forma!
Con Anna
- 13.00-15.00 **Mochila-mania**
Jeans e stoffe di riciclo si trasformano in splendidi zaini...
- 14.00-15.30 **Leggiamo insieme!**
Leggiamo un romanzo della scrittrice ticinese Sara Rossi Guidicelli
Con Paolo e Matteo

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 Ghèrz**
Con Mattia
- 14.00-15.30 **Il bosco in una stanza**
I desideri prendono forma...
Attività creative
Con Paul

14.00-15.30

Il circolo della maglia
Lana, ferri & fantasia
Con Ginette

Giovedì

- 10.30-11.30 **Attori si diventa (9-16 gennaio)**
Laboratorio teatrale
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
- 09.30-12.00 **Atelier di cucina**
si cucina il pranzo del giorno e un fantastico dolce!
Con Serena
- 10.30-11.30 **In movimento**
Benessere & divertimento
Con Matteo e Alina
- 14.00-17.00 **Unitas gruppo maglia Faido**
Con Manuela
- 14.00-15.00 **Bocce per tutti**
Con Leonard
- 14.30-15.30 **Più PC per tutti (il 17e 31 gennaio)**
Per capire di più e meglio il mondo del computer
Con Matteo

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

Specialità di gennaio

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME



Centro diurno ANCORA

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

«Leggere una poesia a gennaio è adorabile come fare una passeggiata a giugno»

(Jean-Paul Sartre)

**MERCOLEDÌ 1°, LUNEDÌ 6
E MARTEDÌ 7 GENNAIO IL
CENTRO RIMANE CHIUSO.**

**Mercoledì 8, 15, 22, 29
gennaio**



**Apertura del Cerchio
di Chironico**

Dalle 14.00 alle 16.30

Sabato 4 gennaio

Pranzo al Caseificio di Airolò

Dalle 10.00 alle 14.00

Partenza alle 11.15 dal Centro

Costo: 5.- per il trasporto e pranzo
a carico dei partecipanti.

Iscrizione entro giovedì 2 gennaio

Venerdì 10 gennaio

**Inaugurazione dell'esposizione di
foto d'epoca di Faido**

A cura di Umberto Trillini detto
Trillo

Dalle 14.30

Seguirà una merenda

Sabato 11 gennaio

**Pranzo al ristorante Pomodoro a
Biasca**

Dalle 10.00 alle 14.00

Pranzo a carico dei partecipanti
contributo di CHF 5.- per il tra-

sporto. Iscrizione entro mercoledì
8 gennaio

Martedì 14 gennaio

**Uscita a Lucerna con visita guida-
ta al Museo Bourbaki Panorama**

Partenza alle 9.00 dal Centro,
rientro per le 17.00 ca.

Costo dell'uscita: CHF 10.-

Pranzo a carico dei partecipanti
Posti limitati, iscrizione entro
giovedì 9 gennaio

Mercoledì 15 gennaio

**Consulenze sociali gratuite su
temi di interesse per persone in
età AVS**

Presso il Centro ATTE di Faido
Con Alessia Sala, assistente sociale
di Pro Senectute.

Mercoledì 15 gennaio

Pranzo ATTE

Informazioni e iscrizioni:

Silva D'Odorico

Tel. 079 442 86 62

Giovedì 16 gennaio

Giochi di società

Dalle 13.30 alle 15.30

Con gli amici del gruppo di inglese
Vi aspettiamo

Venerdì 17 gennaio

Tombola del «Pizza day»



Ricco aperitivo
preparato dall'Atelier
di cucina...!

Dopo il brindisi ...

degustazione di pizza e dolce a
sorpresa!

Menu con acqua e caffè: CHF 10.-

Per il pranzo iscrivetevi entro
mercoledì 15 gennaio, per la
tombola vi aspettiamo liberamen-
te

Sabato 18 gennaio

**Il Centro Ancora ha il piacere di
presentare lo spettacolo teatrale
dal titolo: «TenerAmente»**

Dalle 14.15 alle 15.45

Entrata libera

Possibilità di pranzare al Centro
Ancora su iscrizione entro lunedì
14 gennaio

Lunedì 20 gennaio

«A spasso con Nadia e Ary»

**Pranzo al ristorante Posta di
Giornico**

Partenza alle 11.30 dal Centro

Ancora, rientro per le 15.30 ca.

Pranzo a carico dei partecipanti
CHF 5.- per il trasporto.

Martedì 21 gennaio

**Caliamo l'Ancora: spesa in com-
pagnia!**

Pomeriggio in compagnia per

commissioni e spesa, ma solo

dopo un buon caffè a Faido

È richiesto un contributo di CHF

5.- per il trasporto (se utilizzato)

Iscrivetevi entro lunedì 20 gen-
naio

Mercoledì 22 gennaio

Coro Ghèrz in trasferta!

Caliamo l'ancora al Cerchio di
Chironico

Concerto alle ore 11.00



Pranzo al Ristorante Pizzo Forno a
carico dei partecipanti

Iscrizione al pranzo entro venerdì
17 gennaio

Venerdì 24 gennaio

**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

Sabato 25 gennaio

Foto linguaggio

Gioco creativo per esprimere

sentimenti e rivivere ricordi

Dalle 10.30 alle 12.00

Con Ornella Brenni

Pranzo al Centro Ancora

Iscrizioni entro mercoledì 22
gennaio

Mercoledì 29 gennaio

**Pranzo etnico alla Buvette della
pista di ghiaccio**

Dalle 12.00

Pranzo a carico dei partecipanti

Con Cécile

Gioco Quiz «Pacco Show»

Dalle 14.00 alle 15.30

Iscrizioni entro venerdì

24 gennaio

Venerdì 31 gennaio

Tombola della Merla

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 mer-
coledì 6 novembre, per la tombola

vi aspettiamo liberamente

Venerdì 31 gennaio

Podologia

Informazioni: Tel. 091 850 60 20

o direttamente al Centro Ancora

**Dove non è specificato, vi aspet-
tiamo da noi al Centro Ancora!**