

# Programma di febbraio



## Centro diurno «Parco 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.

 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	<b>Mente in movimento e gruppo parola</b> con Milena Fiscalini
14.00-16.00	<b>Disegno gruppo autonomo</b>
14.00-15.30	<b>L'arte della falegnameria</b> con Mattia Fux
14.00-16.30	<b>Gruppo carte autonomo</b>

#### Martedì

9.00-10.00 (1°gruppo)	<b>Rinforziamoci a 360° (Terapia Arcobaleno) in collaborazione con ValMoving</b>
10.30-11.30 (2°gruppo)	Esercizi per articolazioni, schiena, stretching e tisana di stagione (Costo: CHF 40.- per 10 lezioni)
14.00-15.00	<b>Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza</b> con Claudia Glanzmann

#### Mercoledì

9.00-11.30	<b>Impara l'uncinetto e dai vita alla tua creatività</b> con Ilaria Meyer
9.00-11.30	<b>Pasticceria</b> con équipe
9.30-11.00	<b>Parliamo in italiano ( frasi di uso quotidiano)</b> con équipe
14.00-16.00	<b>Manicure, un tocco di eleganza</b> con Sandy Bollì Telefonare per info sulle date. Costo: CHF 5.- (contributo materiale), su iscrizione

#### Giovedì

9.30-10.45	<b>Scopri il Thai Chi, l'arte del movimento</b> Con Claudio Cianca (Costo: CHF 40.- per 10 lezioni) su iscrizione
9.30-11.00	<b>Attività manuali, l'arte del fai da te</b> con Bruna Ielmini
14.00-15.00	<b>Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza</b> con Claudia Glanzmann

#### Venerdì

10.00-11.00	<b>Sul palco della vita</b> con Andrea Luterotti
14.00-16.00	<b>Tombola</b> con Mara Bacchi Costo: CHF 6.50 solo cartelle; 2.- Fr. merenda e/o caffé

# Programma di febbraio



## Centro diurno «Parco Maggia»

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

### Mercoledì 4 febbraio

Altro che Milano Cortina 2026-Le olimpiadi dei centri diurni PS non hanno avversari!

Sfida tra centri diurni PS

Dalle 9.30 alle 15.00

Con équipe; Su iscrizione

Costo: CHF 15.- tutto compreso

### Giovedì 5 febbraio

Il bibliotecario racconta...lettura di qui e di altrove

Dalle 14.00 alle 16.00

Con Gian Pietro Pawlowsky

### Sabato 7 febbraio

«Caffè, croissant, burro, marmellata 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

Cerimonia del thè cinese e automassaggio

Gua Sha

Dalle 14.00 alle 15.30

Con Elena Pesenti

### Mercoledì 11 febbraio

Tombola al Ristorante Bellavista di Cavigliano: il gioco è fatto, ora tocca a te vincere!

Dalle 14.30 alle 16.30

Costo: CHF 6.50 solo cartelle

bevande a carico del partecipante

### Mercoledì 11 e 25 febbraio

Sarà presente la nostra assistente sociale

Cristiana Bonatti

Dalle 9.00 alle 11.00

Appuntamenti allo 091 760 91 63

### Giovedì 12 febbraio

Spettacolo teatrale al Teatro del gatto: «Lo spirito di Locarno»

Produzione: Teatro Paravento

Dalle 14.00 alle 16.30 ca.

Con équipe; Su iscrizione

#### Salute e benessere

Presentazione: «La salute dell'intestino e l'alimentazione»

Dalle 14.00 alle 15.30 circa

Con Claudia Saccol Magri

Su iscrizione

### Sabato 14 febbraio

«Caffè, croissant, burro, marmellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.»

Dalle 10.00 alle 11.30 ca.

Costo: CHF 5.- tutto compreso

Con Milena Fiscalini

Su iscrizione

Canti con la fisarmonica di Michela

Dalle 14:00 alle 16:00

Con Michela Dotta

### Mercoledì 18 febbraio

Trasferta a Losone...pomeriggio ricreativo e merenda a Casa Patrizia

Dalle 13.30 alle 16.00

### Giovedì 19 febbraio

Colazione alla Pasticceria Pellanda di Intragna

Un inizio di giornata che sa di semplicità e bontà.

Dalle 9.15 alle 11.00

Con équipe

Su iscrizione

Costo: colazione a carico del partecipante

### Sabato 21 febbraio

«Caffè, croissant, burro, marmellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.»

Dalle 10.00 alle 11.30 ca.

Costo: CHF 5.- tutto compreso

Con Valentina Gnesa

Franco Cavalli «Tante vite in una»

Presentazione della sua autobiografia che racconta le sue esperienze come oncologo, politico e attivista, i suoi viaggi e le sue amicizie.

Dalle 14.00 alle 16.00

Con Franco Cavalli

### Lunedì 23 febbraio

Tombola alla Trattoria Unione di Cevio: il gioco è fatto, ora tocca a te vincere!

Dalle 14.00 alle 16.00

Costo: CHF 6.50 solo cartelle bevande a carico del partecipante

### Giovedì 26 febbraio

Planetario di Cadro: *Il viaggio dell'uomo sulla Luna + pranzo e tempo libero in centro a Lugano*

Dalle 9.15 alle 16.00 circa

Su iscrizione

Costo: pranzo a carico del partecipante (scelta libera dal menù)

### Sabato 28 febbraio

«Caffè, croissant, burro, marmellata e succo d'arancia: una colazione che mescola sapori e sorrisi.»

Dalle 10.00 alle 11.30 ca.

Costo: CHF 5.- tutto compreso

Con Mattia Fux

Su iscrizione

Canti con Paolo Tomamichel e Sandra Eberle

Dalle 14:00 alle 16:00