

# Programma di febbraio


**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME



## 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 <i>Milena Fiscalini</i>
14.00-16.00	<b>Disegno gruppo autonomo</b>
14.00-15.30	<b>L'arte della falegnameria</b> con <i>Mattia Fux</i>
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> Esercizi per articolazioni, schiena, stretching e tisana di stagione (Costo: CHF 40.- per 10 lezioni)
10.30-11.30 (2° gruppo)	
14.00-15.00	<b>Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza</b> con <i>Claudia Glanzmann</i>

#### Mercoledì

9.00-11.30	<b>Impara l'uncinetto e dai vita alla tua creatività</b> con <i>Ilaria Meyer</i>
9.00-11.30	<b>Pasticceria</b> con <i>équipe</i>
9.30-11.00	<b>Parliamo in italiano ( frasi di uso quotidiano)</b> con <i>équipe</i>
14.00-16.00	<b>Manicure, un tocco di eleganza</b> con <i>Sandy Bolli</i> 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 <i>Claudio Cianca</i> (Costo: CHF 40.- per 10 lezioni) su iscrizione
9.30-11.00	<b>Attività manuali, l'arte del fai da te</b> con <i>Bruna Ielmini</i>
14.00-15.00	<b>Ginnastica dolce, muoviti con leggerezza</b> con <i>Claudia Glanzmann</i>

#### Venerdì

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

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



# Programma di febbraio

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME



## Centro diurno «Parco Maggio»

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...letture 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.

Su iscrizione (*posti limitati*); con *équipe*

**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