


Programma di settembre 2023

Centro diurno «Al Vigneto», Tenero

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.

 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	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
MATTINO	Yoga 9.00-9.45 (D. Maffeis)	Caffè in compagnia 9.00-10.15 (M. Lugbunari)	Caffè in compagnia 9.00-10.15 (A. Barba)	Caffè in compagnia 9.00-10.15 (M. Lugbunari)	Caffè in compagnia 9.00-10.15 (A. Barba)	Attività da definire e pranzo in compagnia 10.00-14.00 (A. Vara / V. Briccola / A. Barba)
	Stimolazione cognitiva 10.15-11.45 (A. Vara)	Club dei lettori 10.15-11.45 (A. Vara)	Sportimento (bowling, freccette, ping pong...) 10.15-11.45 (A. Barba)	Danza Orientale 10.30-11.30 (S.Regli)	Gruppo parola 14.15-15.45 (M. Lugbunari)	
Tutti i giorni gioco delle carte. Dalle ore 12.00 pranzo in compagnia CHF 16.- (Iscriversi il giorno precedente)						
POMERIGGIO	Ginnastica dolce 14.15-15.45 (V. Briccola)	Spazio creativo 14.15-15.45 (A. Barba)	Ginnastica dolce 14.15-15.45 (V. Briccola)	Stimolazione cognitiva 14.15-15.45 (A. Vara)	Spazio creativo 14.15-15.45 (A. Barba)	
		Creazioni in maglia 14.30 - 16.00 (S. Paroni)				

Eventi speciali di settembre 2023

Centro diurno «Al Vigneto», Tenero

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00

Sabato 10.00 - 14.00

Giovedì 7 settembre

Usciamo a pranzo!
Pranzo in compagnia al Ristorante Gnesa di Gordola.
Dalle 11.30 alle 14.00
Costo pranzo a carico di ogni partecipante.
È richiesta l'iscrizione entro venerdì 1° settembre.
(A. Vara, V. Briccola)

Martedì 12 settembre

Gita alla Fattoria Ponzio
Ricco pranzo e passeggiata nella realtà della fattoria.
Partenza dal centro alle 10.30, rientro alle ore 16.00.
Le normali attività del centro vengono sospese per permettere l'uscita.
Iscrizione obbligatoria entro il 5 settembre. Posti limitati.
(A. Vara, V. Briccola, A. Barba, M. Lugbunari)
Costo: CHF 35.-

Mercoledì 13 settembre

Caffè narrativo
Visione di un breve filmato e successiva discussione sul tema affrontato. In seguito caffè offerto.
Dalle ore 14.30 alle ore 16.00
Presso la portineria sociale «Cine...ma» di Gordola.
(A. Vara)

Giovedì 14 settembre

«Strapizzami» di barzellette
Pranzo al Centro all'insegna del divertimento e dello svago, giro pizza e tante barzellette!
Dalle 11.30 alle 13.30
(A. Barba, V. Briccola)
Costo: CHF 10.-

Martedì 19 settembre

Partecipazione Teatro-forum sui temi dell'invecchiamento attivo e della qualità di vita "over 60". Evento gratuito
Dalle 14.00 presso il Centro Diurno "Insema" di Solduno
Iscrizione richiesta entro il 15.09.2023
(A. Vara)

Giovedì 21 settembre

"È arrivato l'Ambasciatore"
Mattinata in tema musicale, con M. Bertolini
Dalle 10:30 alle 11:45
(A.Vara)
-
Tombola
Dalle 14.30 alle 16.00
Gioco della tombola con possibilità di vincere qualche bel premio.
Costo: cartelle a pagamento al prezzo di CHF 5.-
(M. Lugbunari)

Martedì 26 settembre

Parliamo di diabete
Conferenza con l'infermiera ALVAD
Dalle 14.30 alle 15.30.
(A. Vara)

Giovedì 28 settembre

Tè danzante
Corso di ballo in compagnia con la musica dal vivo di Gigi Lecci e la simpatia di Verena Palella.
Dalle 14.30 alle 16.30
Costo: entrata CHF 5.-

Per informazioni ed iscrizioni:

Centro diurno socio-assistenziale «Al Vigneto», Via San Gottardo 29 – 6598 Tenero

Tel. +41 (0)91 745 84 82 – cda.tenero@prosenectute.org – www.prosenectute.org – www.centridiurni.ch