Associazione Anziani
Cugnasco-Gerra

settembre – dicembre 2026

Venerdì 18 settembre - Pranzo all'Agriturismo Pian Marnino a Gudo

Ritrovo: 11:45 direttamente sul posto.
Chi ha bisogno di un passaggio,
lo dica quando si annuncia.

Menù: insalatina mista
Risotto con fettina al vino bianco
Dessert gelato
Costo 30 CHf.-Bibite escluse
Iscrizioni entro giovedì 10 settembre

Venerdì 9 ottobre - Visita alla Falconeria di Locarno

Visiteremo l'affascinante mondo dei rapaci alla Falconeria di Locarno, dove potrete osservare e fotografare da vicino, aquile, falchi, gufi ed avvoltoi, marabù, ibis e cicogne. Questi splendidi uccelli, con il loro volo libero, vi trasporteranno in una dimensione dove uomo e natura s'incontrano, in un contesto naturale e rispettoso degli animali. Le rappresentazioni di volo sono accompagnate da spiegazioni in italiano e tedesco.

Partenza:
dalla piazza della Tea alle ore 09.30, dal piazzale Barera alle ore 09.40
Arrivo a Locarno circa alle ore 10:00 visita alle voliere
Ore 11.00 Spettacolo
Ore 12.30 Pranzo (Cannelloni ricotta e spinaci o lasagna alla bolognese, insalata, gelato, bibita e caffè)
Rientro a casa verso le 15:00
Contributo CHF 50.- (trasporto, spettacolo, pranzo con bibita analcolica) vino e birra esclusi
Iscrizione obbligatoria entro venerdì 2 ottobre 2026.

Giovedì 15 ottobre - Cena Con il Delitto

Una cena con delitto unisce la piacevolezza di una cena alla partecipazione ad uno spettacolo teatrale che si svolge fra i tavoli. Sarete direttamente coinvolti negli intriganti ragionamenti investigativi. Si tratta di un'indagine divertente e creativa. Inoltre, cenerete direttamente con i protagonisti del giallo!
Orario: 19.00 -22.30
Luogo: **Centro Good Vibes**, 2° piano Asilo Gerre di Sotto
Menù: pasta al forno, polpettone con contorni e dolce.
Contributo CHF 40.- (spettacolo e cena) bibite escluse
Iscrizione obbligatoria **entro mercoledì 30 settembre 2026.**
Vi invitiamo ad utilizzare i posteggi sul piazzale Barera

Mercoledì 11 novembre 2026
dalle 15.00 alle 17.30

Ci incontreremo nella nostra aula al centro scolastico di Gerra-Piano, per gustare delle ottime caldarroste!
Contributo CHF 8.- (bibite e caffè inclusi)
Iscrizione entro mercoledì 1° novembre 2026.

Vi invitiamo ad utilizzare i posteggi lungo il fiume Riarena.

Iscrizione: Luisella: 079 354 07 27 WhatsApp o anzianicg@bluewin.ch

”Passo dopo passo” per tutte le persone che hanno voglia di muoversi in compagnia!

Con molto piacere, vi possiamo riproporre:
Da lunedì 14 settembre riprende la passeggiata: camminiamo adagio!
Tutti i lunedì pomeriggio alle 14:30
Accompagnati dalla signora Naila Sciaini
Per info potete contattare: 079/ 703 18 27
Per chi ha voglia di muoversi più lentamente senza fare lunghe salite!

Tutti i giovedì mattina alle 9:00 del mattino
Accompagnati dalla Signora Agnese Maffioletti, per i sentieri e per le vie del nostro borgo.

Ritrovo sempre sulla passerella del fiume Riarena, solo durante il calendario Solastico
Assicurazione a carico di ogni partecipante

Pranzo al CPS

Tutti i mercoledì, dal 7 di ottobre, come consuetudine, ci sarà la possibilità di pranzare al CPS per la modica somma di **CHF 12.-.**
Iscrizioni entro lunedì alle 12:00.
Menù e info vedi foglio allegato celeste!
NON si può posteggiare al CPS, utilizzare il posteggio vicino alla Chiesa o quello adiacente al piazzale Barera.

Canale WhatsApp

per rimanere informato sulle attività dell’associazione in ogni momento

Iscrizione agli eventi: Luisella: 079 354 07 27
anche con WhatsApp o Signal / anzianicg@bluewin.ch

Associazione Anziani
Cugnasco-Gerra

	LE ATTIVITÀ DEL MERCOLEDÌ NELL' **AULA DEL CENTRO SCOLATICO DI CUGNASCO**: ORE 14:30 è gradita una conferma della vostra presenza per la preparazione della merenda entro il lunedì precedente
09.09.26	**NESSUN INCONTRO: perché abbiamo il pranzo del Summer**
16.09.26	**Gioco con le carte: scala 40, scopa… portare i propri giochi**
23.09.26	**NESSUN INCONTRO**
30.09.26	**Canto popolare con i Pressapoch**
07.10.26	**NESSUN INCONTRO**
14.10.26	**NESSUN INCONTRO**
21.10.26	**NESSUN INCONTRO**
28.10.26	**Canto popolare con i Pressapoch**
04.11.26	**NESSUN INCONTRO**
11.11.26	**Castagnata: iscrizioni obbligatorie entro il primo di novembre**
18.11.26	**NESSUN INCONTRO**
25.11.26	**Canto popolare con i Pressapoch**
02.12.26	**NESSUN INCONTRO**

Iscrizioni telefonando o WhatsApp

Luisella: 079 354 07 27 / anzianicg@bluewin.ch

Associazione Anziani Cugnasco-Gerra

Abbiamo il piacere di proporvi

"Magica - mente".

Un corso per mantenere agile la mente, il pensiero logico, esercitarsi con giochi ed enigmi che risveglino l'attenzione, la concentrazione e creino nuove sinapsi.
Attraverso esercizi sempre nuovi e coinvolgenti, adatti a tutti, ci eserciteremo insieme per una mente sempre giovane.

Il corso sarà svolto dalla signora Licia Brunello:

Tutti i mercoledì mattina dalle 9:00 alle 9:45 Primo incontro mercoledî 7 ottobre

Presso la portineria di quartiere a Cugnasco: ex ufficio postale

Costo di 10 lezioni: 50 CHF

Materiale da portare con sé: un blocco di fogli quadrettati A4 e delle penne

Il corso avrà luogo se ci sarà un minimo di iscritti.

Numero massimo di partecipanti 8.

Iscizioni obbligatorie entro il 16 di settembre a:

anzianicg@bluewin.ch o a Luisella: 079 354 07 27

Associazione Anziani Cugnasco-Gerra

Per non sentirci soli abbiamo bisogno del sostegno di tutti!

Se ognuno di noi dà una mano possiamo continuare a essere una comunità unita, che collabora, aiuta, fa compagnia e sostiene chi, in un momento particolare della propria vita, ha bisogno di non sentirsi solo!
AIUTA ANCHE TU!
Insieme possiamo diventare volontari pronti ad aiutare offendo un punto di riferimento!
Ma possiamo essere presenti anche per i bambini e le loro famiglie, perché una comunità forte è quella in cui le persone si aiutano reciprocamente, indipendentemente dall'età.
INSIEME POSSIAMO FARE LA DIFFERENZA

Mi metto volentieri a disposizione per:

1 volta sett.	1 volta al mese	in caso di bisogno	
O	O	O	fare compagnia ad una persona sola
O	O	O	accompagnare qualcuno a fare una passeggiata
O	O	O	aiutare con le tecnologie (telefono, computer, etc.)
O	O	O	accudire un animale
O	O	O	accompagnare in auto un anziano
O	O	O	aiuto domestico e per le pulizie
O	O	O	aiuto nelle pratiche amministrative
O	O	O	essere responsabile di un punto d'incontro nell'aula di scuola o alla portinera
O	O	O	cucinare una mia specialità (indicare cosa) ……
O	O	O	giocare a carte
O	O	O	raccontare storie ai bambini
O	O	O	fare la spesa
O	O	O	altro……

Mi piacerebbe avere aiuto per:

O	avere compagnia
O	fare una passeggiata
O	aiuto con le tecnologie (pagameti online, telefono, computer, etc.)
O	avere qualcuno che accudisca il mio …….
O	servizio trasporti
O	supporto domestico e pulizie
O	aiuto nelle pratiche amministrative
O	supporto nelle pratiche ammnistrative (assicurazione, tasse, etc.)
O	preparazione di pasti
O	ricevere a casa dei pasti pronti (per un periodo di convalescenza)
O	giocare a carte
O	qualcuno che mi legga un libro
O	fare la spesa
O	altro……

NOME…… COGNOME……

TEL…….. E-MAIL…….

Recapitare a Luisella o inviare a: anzianicg@bluewin.ch