

# ARCA

Attività extrascolastiche  
Terre di Pedemonte, Centovalli e Valle Onsernone  
www.gruppoarca.ch

## ATTIVITÀ SETTEMBRE- DICEMBRE 2019

Scuola elementare

### Che magia il circo!

Anna Manz, formata alla Scuola Dimitri e allo ZAK di Colonia (Germania) propone un corso di circo destinato a bambini di diverse età.

Si potranno fare acrobazie, costruire piramidi umane, arrampicarsi sul tessuto o sul trapezio e molto altro ancora.

Partecipanti: 1<sup>a</sup>-3<sup>a</sup> elementare (massimo 8 bambini)  
Date: **venerdì 13 settembre 2019 porte aperte (lezione di prova gratuita)**  
venerdì, dal 20 settembre 2019 inizio **11 lezioni**  
Orario: dalle 17.20 alle 18.40  
Luogo: palestra di Cavigliano  
Costo: CHF 176.00 - per i fratelli CHF 156.00 - (già dedotti CHF 10.00 offerti da ARCA)  
Iscrizioni: **entro l' 8 settembre 2019 ad Anna, tel. 076/695.68.88**

\*\*\*\*\*

### Hip Hop

Guidati da Isabel Lunkembisa ballerete a ritmo di musica eseguendo tutti insieme una bella coreografia.

Partecipanti: 1<sup>a</sup>-5<sup>a</sup> elementare  
Date: **giovedì 26 settembre 2019 porte aperte (lezione di prova gratuita)**  
giovedì, dal 26.9.2019 al 19.12.2019 - secondo calendario scolastico - **11 lezioni**  
Orario: dalle 16.40 alle 17.30  
Luogo: palestra di Cavigliano  
Costo: CHF 143.00 (già dedotti CHF 10.00 offerti da ARCA)  
Iscrizioni: **entro il 17 settembre 2019 direttamente alla docente 079/459.13.31**

\*\*\*\*\*

### Fantasie di pietra – creiamo con i sassi

Con Federica Ramoni

Grazie all'utilizzo dei colori e della fantasia, impariamo a trasformare i sassi in piccole opere d'arte. Il materiale è compreso nel prezzo del corso.

Partecipanti: 3<sup>a</sup>-5<sup>a</sup> elementare (5-10 bambini per corso)  
Date: **mercoledì 25 settembre, 2-9-16-23 ottobre, 13-20-27 novembre**  
dalle 16.00 alle 17.30  
Luogo: "La Chiocciola" dietro la scuola dell'infanzia a Tegna  
Costo: CHF 90.00 (già dedotti CHF 10.00 offerti da ARCA)  
Iscrizioni: **entro venerdì 20 settembre 2019 a Donatella, tel. 079/375.46.56**

### Il gioco teatrale

Con Orit Guttman, attrice, mimo e clown, diplomata alla scuola Dimitri nel 1994.

Le lezioni iniziano con riscaldamento fisico attraverso attrezzi, corde, elastici, palline...che aiutano a sviluppare una migliore coordinazione motoria.

**1a fase, fino a dicembre:** insegnerò il gioco teatrale, integrando nozioni basiche improvvisate abbinare ad esercizi di espressione sensitiva, fantasiosa e emotiva.

**2a fase, da gennaio a maggio 2019:** lavoreremo sul proprio coraggio nell'esprimere un'idea nello spazio, sul ritmo fisico e sulla capacità drammaturgica di raccontare una piccola storia e metteremo in piedi dei numeri individuali e di gruppo che mostreremo a fine corso, in un festoso saggio finale.

Partecipanti: 1<sup>a</sup>-5<sup>a</sup> elementare  
**martedì 17 settembre 2019 porte aperte (lezione di prova gratuita)  
aperto ai bambini – non accompagnati**  
Date: martedì 24 settembre 2019 inizio **10 lezioni**  
Orario: dalle 16.30 alle 17.30  
Luogo: sala multiuso scuola elementare Tegna  
Costo: CHF 130.00 – (già dedotti CHF 10.00 offerti da ARCA)  
Iscrizioni: **entro il 14 settembre 2019 a Donatella tel. 079/375.46.56**

\*\*\*\*\*

### Corsi di ceramica con Lorraine Eidenbenz

Presso il suo atelier ogni bambino potrà imparare a modellare, creare e dipingere dei veri capolavori!

Partecipanti: 1<sup>a</sup>-5<sup>a</sup> elementare (5 - 7 bambini per corso)  
Date corso 1: lunedì 14-21 ottobre / 4-11 novembre 2019 dalle 16.30 alle 18.00  
Date corso 2: martedì 15-22 ottobre / 5-12 novembre 2019 dalle 16.30 alle 18.00  
Date corso 3: giovedì 17-24 ottobre / 7-14 novembre 2019 dalle 16.30 alle 18.00  
Luogo: Atelier Lorraine Eidenbenz, Tegna  
Costo: CHF 90.00 (già dedotti CHF 10.00 offerti da ARCA)  
Iscrizioni: **da lunedì 16 settembre 2019 ore 09.00 a Franziska, tel. 077/476.75.59**

\*\*\*\*\*

### Facciamo la carta

Con Melissa Villani formata all'istituto d'arte a Firenze

Tre incontri per creare la carta – biglietti di Natale

Partecipanti: 1<sup>a</sup>-3<sup>a</sup> elementare (5-10 bambini per corso)  
Date: lunedì 16-23-30 settembre 2019  
Orario: dalle 16.30 alle 17.30  
Luogo.: scuole elementari di Verscio  
Costo: CHF 30.00  
Iscrizioni: **entro il 13 settembre 2019 a Manuela, tel. 079/785.04.86**

### Giochiamo con i fiori di Bach

Con Eliana Pedrioli, Floriterapeuta diplomata.

Impareremo a conoscere e ad usare i fiori di Bach attraverso attività ludiche e creative. Faremo dei giochi con i quali i bambini entreranno in contatto con i fiori che vengono in aiuto per sostenere la loro crescita. I bambini potranno capire che ogni fiore possiede la magia di trasformare situazioni emotive difficili in tranquillità, benessere, fiducia e serenità. Verrà raccontata una favola grazie alla quale impareremo a dare un nome alle emozioni, mentre l'essenza del fiore farà il resto.

La floriterapia è priva di controindicazioni ed è assolutamente naturale.

**I bambini potranno portare a casa la boccettina con la miscela personale dei fiori di Bach che hanno scelto.**

**Partecipanti:** bambini da 4 ai 6 anni  
**Date:** lunedì 2 e 9 dicembre 2019  
**Orario:** dalle 16.30 alle 18.00  
**Luogo.:** presso Eliana Pedrioli, via Cappella Nuova 21, Cavigliano  
**Costo:** CHF 45.00

**Partecipanti:** bambini dai 7 ai 10 anni  
**Date:** lunedì 18 e 25 novembre 2019  
**Orario:** dalle 16.30 alle 18.00  
**Luogo.:** presso Eliana Pedrioli, via Cappella Nuova 21, Cavigliano  
**Costo:** CHF 45.00  
**Iscrizioni:** entro venerdì 15 novembre 2019 direttamente a Eliana tel. 079/793.85.33

\*\*\*\*\*

### Un pomeriggio in falegnameria

Sotto la guida esperta di Katharina Helfenstein, faremo un bellissimo oggetto natalizio in legno.

**Partecipanti:** 3<sup>a</sup>-5<sup>a</sup> elementare - massimo 6 bambini  
**Date:** sabato 16 novembre 2019  
**Orario:** dalle 13.30 alle 16.00  
**Luogo.:** scuole elementari di Verscio  
**Costo:** CHF 20.00  
**Iscrizioni:** dal 16 settembre 2019 a Annette tel. 091/780.72.40

\*\*\*\*\*

### FamilyCircus

Anna Manz propone:

Prendi il tuo bambino o nipote e vieni al FamilyCircus:

Questo stage è per tutti, adulti e bambini che hanno voglia di sviluppare i loro giochi quotidiani e di scoprire e sperimentare l'acrobazia in coppia. Dopo un riscaldamento in maniera giocosa, alleniamo l'acrobazia al suolo con capriole, ruote, verticale, su testa e mani. La parte centrale del corso sarà l'acrobazia in coppia. Grazie alla bella composizione delle forze fra grande e piccolo, si possono realizzare delle bellissime figure. Finiamo con un allenamento libero dove si può scegliere cosa si vuole provare, tra le discipline circense come: giocoliere, acrobazia in aria e equilibrio -sfera, filo teso o camminare su bidoni-.

**Partecipanti:** bambini dai 5 ai 16 anni (solo a coppie: 1 adulto – 1 bambino)  
**Date:** sabato 12 e 19 ottobre 2019  
**Orario:** dalle 14.30 alle 17.00  
**Luogo:** palestra di Cavigliano – portare vestiti e scarpette da ginnastica, snack e borraccia  
**Costo:** CHF 40.00 per coppia / CHF 70.00 per due volte– da pagare all'inizio del corso  
**scrizione:** entro il 30 settembre 2019 ad Anna, tel. 076/695.68.88

### Pasticceri per un pomeriggio

Presso la pasticceria Pellanda di Intragna ci improvvisiamo pasticceri per un pomeriggio e prepareremo una deliziosa sorpresa natalizia da gustare a casa.

Partecipanti: 3<sup>a</sup>,4<sup>a</sup>,5<sup>a</sup> elementare  
Date: mercoledì 27 novembre 2019  
Orario: dalle 14.00 alle 16.00  
Luogo.: panetteria-pasticceria Pellanda Intragna  
Costo: CHF 15.00 (portare un grembiule)  
Iscrizioni: **dal 16 settembre 2019 alle 09.00 a Manuela, tel. 079/785.04.86**

\*\*\*\*\*

### Candele

Immergendo lo stoppino nella cera calda, liquida e colorata, nascerà una bellissima candela variopinta!

Partecipanti: Siete tutti benvenuti! I bambini al di sotto degli 8 anni dovranno essere accompagnati da un adulto.  
Data: sabato 30.11.2019  
Orario: dalle 11.00 alle 16.00 (con qualsiasi tempo)  
Luogo: Marco Hefti, via Salim 7 – 6653 Verscio  
Costo: CHF 3.00 / 100gr.  
Iscrizioni: non è necessaria l'iscrizione, ci si può presentare direttamente sul posto

\*\*\*\*\*

## IMPORTANTE:

**Le iscrizioni vanno fatte telefonando al numero indicato sotto la descrizione del corso.**

**I bambini devono essere assicurati privatamente contro gli infortuni.**

**Gli istruttori dei corsi, gli animatori delle attività e l'ARCA declinano ogni e qualsiasi responsabilità in caso di danni o infortuni.**

**I bambini potrebbero essere fotografati durante i corsi e alcune foto verranno pubblicate sul nostro sito. Chi non dovesse acconsentire è pregato di comunicarcelo tempestivamente.**

**Annette Fiaschi, Cavigliano - tel.091.780.72.40 / Andrea Gautschi, Verscio – tel.091.640.95.80  
Franziska Tosev, Tegna – tel.077/476.75.59 / Nausikaa Buloncelli, Cavigliano – tel.079.423.80.93  
Manuela Mazzi, Palagnedra – tel.079.785.04.86 / Donatelia Pedrioli, Tegna– tel.079/375.46.56**

Il gruppo ARCA è sempre alla ricerca di nuovi collaboratori, chi fosse interessato ci contatti.

# ARCA

Attività extrascolastiche  
Terre di Pedemonte, Centovalli e Valle Onsernone  
www.gruppoarca.ch

## ATTIVITÀ SETTEMBRE – DICEMBRE 2019

Scuola dell'infanzia

### Che magia il circo!

Anna Manz, formata alla Scuola Dimitri e allo ZAK di Colonia (Germania) propone un corso di circo destinato a bambini di diverse età.

Si potranno fare acrobazie, costruire piramidi umane, arrampicarsi sul tessuto o sul trapezio e molto altro ancora.

Partecipanti: 2° 3° ciclo scuola dell'infanzia (massimo 8 bambini)  
Date: **venerdì 13 settembre 2019 porte aperte (lezione di prova gratuita)**  
venerdì, dal 20 settembre 2019 inizio **11 lezioni**  
Orario: dalle 16.20 alle 17.20  
Luogo: palestra di Cavigliano  
Costo: CHF 143.00 - per i fratelli CHF 123.00 - (già dedotti CHF 10.00 offerti da ARCA)  
Iscrizioni: **entro l' 8 settembre 2019 ad Anna, tel. 076/695.68.88**

\*\*\*\*\*

### Il gioco teatrale

Con Orit Guttman, attrice, mimo e clown, diplomata alla scuola Dimitri nel 1994.

Le lezioni iniziano con riscaldamento fisico attraverso attrezzi, corde, elastici, palline...che aiutano a sviluppare una migliore coordinazione motoria.

**1a fase, fino a dicembre:** insegnerò il gioco teatrale, integrando nozioni basiche improvvisate abbinate ad esercizi di espressione sensitiva, fantasiosa e emotiva.

**2a fase, da gennaio a maggio 2019:** lavoreremo sul proprio coraggio nell'esprimere un'idea nello spazio, sul ritmo fisico e sulla capacità drammaturgica di raccontare una piccola storia e metteremo in piedi dei numeri individuali e di gruppo che mostreremo a fine corso, in un festoso saggio finale.

**Il corso sarà diviso in due parti, così da lasciare la libertà di interrompere a dicembre.**

Partecipanti: 3° ciclo scuola dell'infanzia e 1°-5° elementare  
**martedì 17 settembre 2019 porte aperte (lezione di prova gratuita)**  
**aperto ai bambini – non accompagnati**  
Date: martedì 24 settembre 2019 inizio **10 lezioni**  
Orario: dalle 16.30 alle 17.30  
Luogo: sala multiuso scuola elementare Tegna  
Costo: CHF 130.00 – (già dedotti CHF 10.00 offerti da ARCA)  
Iscrizioni: **entro il 16 settembre 2019 a Donatella tel. 079/375.46.56**

### Fantasie di pietra – creiamo con i sassi

Con Federica Ramoni

Grazie all'utilizzo dei colori e della fantasia, impariamo a trasformare i sassi in piccole opere d'arte. Il materiale è compreso nel prezzo del corso.

Partecipanti: 3° ciclo scuola dell'infanzia e 1°2° elementare (5-10 bambini per corso)

Date: **mercoledì 25 settembre 2019, 2-9-16-23 ottobre 2019**  
dalle 14.00 alle 15.30

Luogo: "La Chiocciola" dietro la scuola dell'infanzia a Tegna

Costo: CHF 60.00 (già dedotti CHF 10.00 offerti da ARCA)

Iscrizioni: **entro il 20 settembre 2019 a Donatella, tel. 079/375.46.56**

\*\*\*\*\*

### Giochiamo con i fiori di Bach

Con Eliana Pedrioli, Floriterapeuta diplomata

Impareremo a conoscere e ad usare i fiori di Bach attraverso attività ludiche e creative. Faremo dei giochi con i quali i bambini entreranno in contatto con i fiori che vengono in aiuto per sostenere la loro crescita. I bambini potranno capire che ogni fiore possiede la magia di trasformare situazioni emotive difficili in tranquillità, benessere, fiducia e serenità. Verrà raccontata una favola grazie alla quale impareremo a dare un nome alle emozioni, mentre l'essenza del fiore farà il resto.

La floriterapia è priva di controindicazioni ed è assolutamente naturale.

**I bambini potranno portare a casa la boccettina con la miscela personale dei fiori di Bach che hanno scelto.**

Partecipanti: **bambini da 4 ai 6 anni**

Date: lunedì 2 e 9 dicembre 2019

Orario: dalle 16.30 alle 18.00

Luogo.: presso Eliana Pedrioli, via Cappella Nuova 21, Cavigliano

Costo: CHF 45.00

Iscrizioni: **entro il 15 novembre 2019 a Eliana tel. 079/793.85.33**

\*\*\*\*\*

### FamilyCircus

Anna Manz propone:

Prendi il tuo bambino o nipote e vieni al FamilyCircus:

Questo stage è per tutti, adulti e bambini che hanno voglia di sviluppare i loro giochi quotidiani e di scoprire e sperimentare l'acrobazia in coppia. Dopo un riscaldamento in maniera giocosa, alleniamo l'acrobazia al suolo con capriole, ruote, verticale, su testa e mani. La parte centrale del corso sarà l'acrobazia in coppia. Grazie alla bella composizione delle forze fra grande e piccolo, si possono realizzare delle bellissime figure. Finiamo con un allenamento libero dove si può scegliere cosa si vuole provare, tra le discipline circense come: giocoliere, acrobazia in aria e equilibrio -sfera, filo teso o camminare su bidoni-

Partecipanti: bambini dai 5 ai 16 anni (solo a coppie: 1 adulto – 1 bambino)

Date: sabato 12 e 19 ottobre 2019

Orario: dalle 14.30 alle 17.00

Luogo: palestra di Cavigliano – portare vestiti e scarpette da ginnastica, snack e borraccia

Costo: CHF 40.00 per coppia / CHF 70.00 per due volte– da pagare all'inizio del corso

scrizione: **entro il 30 settembre 2019 ad Anna, tel. 076/695.68.88**

### Candele

Immergendo lo stoppino nella cera calda, liquida e colorata, nascerà una bellissima candela variopinta!

Partecipanti: Siete tutti benvenuti! I bambini al di sotto degli 8 anni dovranno essere accompagnati da un adulto.  
Data: sabato 30.11.2019  
Orario: dalle 11.00 alle 16.00 (con qualsiasi tempo)  
Luogo: Marco Hefti, via Salim 7 – 6653 Verscio  
Costo: CHF 3.00 / 100gr.  
Iscrizioni: non è necessaria l'iscrizione, ci si può presentare direttamente sul posto

\*\*\*\*\*

### IMPORTANTE:

**Le iscrizioni vanno fatte telefonando al numero indicato sotto la descrizione del corso.**

**I bambini devono essere assicurati privatamente contro gli infortuni.**

**Gli istruttori dei corsi, gli animatori delle attività e l'ARCA declinano ogni e qualsiasi responsabilità in caso di danni o infortuni.**

**I bambini potrebbero essere fotografati durante i corsi e alcune foto verranno pubblicate sul nostro sito. Chi non dovesse acconsentire è pregato di comunicarcelo tempestivamente.**

**Annette Fiaschi, Cavigliano - tel.091.780.72.40 / Andrea Gautschi, Verscio – tel.091.640.95.80  
Franziska Tosev, Tegna – tel.077.476.75.59/ Nausikaa Buloncelli, Cavigliano – tel.079.423.80.93  
Manuela Mazzi, Palagnedra – tel.079.785.04.86 / Donatella Pedrioli, Tegna– tel.079/375.46.56**

Il gruppo ARCA è sempre alla ricerca di nuovi collaboratori, chi fosse interessato ci contatti