

Mercoledì 11 e 25 settembre
17:00 -18:15



GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO PER GENITORI CON PAZIENTE CON DISTURBO ALIMENTARE

a cura di Progetto Bridge

Gruppo di auto mutuo aiuto per genitori con
paziente affetto da disturbo alimentare.

Per informazioni e iscrizioni:

Bridge@vicenzaforchildren.it

392.4854147

Prenotazione obbligatoria, ingresso libero

Martedì 10- 17- 24 Settembre 2024

16.30 -17.30

NOTE, ABBRACCI E COCCOLE LABORATORIO SONORO- MUSICALE PER MAMME E BAMBINI 0/8 MESI

a cura di Laura Corà musicoterapeuta e
fisioterapista pediatrica

Un breve percorso che unisce la musica e
le coccole, per stimolare la relazione
primaria mamma-bambino, ad esplorare il
mondo sonoro facilitatore del linguaggio e
ad imparare filastrocche, canzoncine e
ninne nanne utili in ogni momento della
giornata.

Laboratorio a pagamento

Minimo 3 coppie mamme/bambino

Massimo 6 coppie mamme/bambino.

Per tutte le informazioni contattare:

Laura Corà

Cell. 3886287499

lauracora69@gmail.com

Lagorà è uno spazio generativo di
aggregazione, che attraverso
strumenti quali la cultura, la creatività,
il mutuo aiuto, può innescare nel
territorio un circolo virtuoso di
partecipazione attiva volta a
perseguire il bene comune.

E' un luogo, fisico e ideale, in cui
promuovere una nuova possibile
visione del futuro entro una logica
Generativa: un welfare che parta dal
basso e arrivi al cuore dei cittadini e
della città, con una pratica
collaborativa che non ponga
domande, ma proponga risposte.

Lagorà

Via Lago di Pusiano, 3 - Vicenza

 tel. coordinatore 393 9412817

 www.lagoravicenza.it

 info@lagoravicenza.it

 LAGOrà

 LAGOrà Vicenza



Lagorà

Settembre
S E T T E M B R E

2024
2024

Dal 19/09/24

* tutti i giovedì ore 20.30-22.30

laboratorio compagnia stabile Playinblack

* tutti i giovedì ore 18,30-20,00

percorso esperienziale introduttivo al Playback

Theater aperto a tutti

PER-CORSI DI PLAYBACK THEATER

Il Playback Theatre è una particolare forma di improvvisazione, che attraverso l'utilizzo di tecniche teatrali permette di riportare in chiave artistico/creativa storie di vita raccontate dal pubblico.

Ogni racconto diventa importante e unico e nello stesso tempo ognuno trova modo di riconoscere un pezzetto di sé nella condivisione.

Nel laboratorio avrai modo di sperimentarti con attività coinvolgenti che mirano a stimolare la spontaneità e l'espressività, la capacità comunicativa e l'uso del corpo in relazione con gli altri, in un contesto di gioco, leggerezza, rispetto e ascolto.

Se cerchi uno spazio di relazione a misura di umano, se senti il bisogno di metterti in gioco "tirando fuori" le tue potenzialità creative, se credi nel "super-potere del gruppo", questo è il laboratorio che fa per te! Anno 2024/2025 corso da settembre 24 a giugno 25

Prova sempre possibile inizio 19/09/24

Per iscrizioni e informazioni:

Pozza Sabrina cell. 340-0831275

mail: soel.relinarte@gmail.com

Martedì 18:00 - 19:45

HATHA YOGA TRADIZIONALE INDIANO

a cura di Fabio Tabarin

Corso di hatha yoga condotto in cui si praticano circa 50 asana (posture) basilari e alcune fasi del pranayama (esercizi di respirazione). Il corso è rivolto a tutte le persone di qualsiasi età. Durante il corso saranno spiegate le tecniche per eseguire ciascuno degli asana, anche con l'ausilio di supporti. Ogni lezione ha un tema e un argomento per favorire particolari benefici.

Prima lezione come prova gratuita con prenotazione e poi contributo responsabile.

Info e iscrizioni: Fabio 328 9187488

Martedì 26 Settembre (Presentazione)

Martedì 3, 10, 17, 24, Ottobre, 7 Novembre

18:30 - 20:00

PORTAMI ALTROVE - CORSO DI LETTURA AD ALTA VOCE

a cura di Loris Rampazzo

Portami Altrove è un corso di lettura ad alta voce adatto a tutti coloro che desiderano mettersi in gioco attraverso la lettura, i libri, le storie, le emozioni. Cinque incontri permetteranno di mettere in pratica le tecniche e i consigli forniti per rendere la tua lettura ad alta voce autentica ed efficace, capace di coinvolgere chi ci ascolta con l'obiettivo di condividere le emozioni contenute nei testi.

Corso a pagamento. Min 6 iscritti, max 12 iscritti.

Per info e iscrizioni:

rampazzocultura@gmail.com

Giovedì dalle 14:00 alle 18:00

UN ATTIMO STO PENSANDO

Percorso di mediazione cognitiva per imparare a pensare in maniera autonoma

a cura di APS ALPHABETA

Prendendo spunto dagli studi del prof. Feuerstein sulla modificabilità cognitiva, si propongono percorsi di mediazione cognitiva per imparare a pensare in modo critico.

Le attività si svolgeranno in modalità one-to-one o in piccolo gruppo e come materiali saranno utilizzati gli strumenti del metodo Feuerstein e dei giochi da tavolo. È previsto anche l'utilizzo di APP educative.

Intervento a pagamento.

Per info ed iscrizioni:

associazionealphabeta@gmail.com

Tutti i giovedì dal 19 settembre 2024 al 14 novembre

19:00 - 21:00

ZEN E DANZE MEDITATIVE

A cura di Camilla Franzina - CCProject
Spiritual Zen Coach Ilaria Spinella -
insegnante di danze popolari

Un percorso in cui comprendere come lo zen possa integrarsi nella società occidentale: una serie di serate tematiche in cui alla teoria affiancheremo la pratica delle danze meditative, pensate come strumento per interiorizzare e far propri gli spunti teorici.

Prima serata gratuita Le serate successive sono a pagamento (singole o pacchetto intero percorso).

È possibile iscriversi in ogni momento.

Per info ed iscrizioni:

Camilla 348 8336282

Ilaria 346 3735257

Ogni mercoledì dalle 15:00 alle 18.30 e ogni giovedì dalle 20

TORNEO DI BURRACO

a cura di Burraco Costa

Si gioca a Burraco in un torneo formato da tavoli composti da due coppie ciascuno. Vince chi fa il miglior punteggio. Riservato ai soci.

Costo di partecipazione: mercoledì € 6, giovedì € 10

Info: Nilva 335/8403970

Martedì e Giovedì, dalle 18:30 alle 20:00

MASSAGGIO MIOFASCIALE

A cura de a cura di Steve Testolin

Per problemi di cervicalgia, lombalgia, problemi alle ginocchia, tendiniti, fascite plantare... Verranno insegnate tecniche di massaggio miofasciale per il rilascio delle tensioni direttamente correlate ai sintomi inducendo uno scarico tensivo ed un corretto funzionamento del sistema.

5 euro a lezione.

Per info e iscrizioni: Steve, 39303988833

Tutti i martedì, dalle 19 alle 20.15

INCONTRI DI MEDITAZIONE MINDFULNESS

a cura di Marzio Di Timoteo

Seduti nella quiete incontriamo i pensieri e le emozioni così come sono, scoprendone la natura.

Insieme, vediamo che la libertà deriva da una chiara visione della mente.

Ingresso a pagamento con iscrizione e previo breve contatto telefonico.

Per info e iscrizioni: Marzio 347 0752571

www.unamindfulness.it

Venerdì 16:00 - 17:00, 17:00 - 18:00, 18:00 - 19:00

GINNASTICA POSTURALE

a cura di Revrenna Luca – OFFICINA DELLA
SCHIENA

Obiettivi del corso:

- Il miglioramento del tono muscolare e della postura,
- l'incremento della mobilità articolare,
- la riduzione della pressione sui dischi intervertebrali
- la prevenzione dei dolori articolari

Ingresso a pagamento.

Info: REVRENNA LUCA - 3471672501
officinadellaschiena@gmail.com

Il terzo venerdì del mese 9:00 - 12:00

ATTIVITA' DI PREVENZIONE

a cura di Croce Rossa Italiana, comitato di
Vicenza

I volontari di Croce Rossa Italiana di
Vicenza sono a disposizione per la
misurazione di pressione, saturazione
glicemica e colesterolo.
Ingresso con contributo per le spese di
svolgimento del servizio.

Info: Annaluisa Valente 338 8580427
annaluisa.valente@crivicenza.org