

Ogni mercoledì 20:50 - 22:30

## D.E.L.O.S. PER LA CITTÀ

a cura di Associazione D.E.L.O.S. APS

Serate di dibattito, informazione e sensibilizzazione alla lotta contro la violenza di genere e depotenziamento degli stereotipi che creano discriminazione.

Ingresso libero aperto a tutte le persone interessate

Info D.E.L.O.S.

[www.delosvicenza.it](http://www.delosvicenza.it)

Whatsup 339 8946918

[info@delosvicenza.it](mailto:info@delosvicenza.it)

<https://www.instagram.com/delosvicenza/>

<https://www.facebook.com/delos.vicenza>

<https://twitter.com/delosvicenza>



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

### Orari di apertura:

dal lunedì al venerdì

9:00 - 12:00 e 16:00 - 19:00

 353 4323405 attivo negli orari di apertura del centro

 [www.lagoravicenza.it](http://www.lagoravicenza.it)

 [info@lagoravicenza.it](mailto:info@lagoravicenza.it)

 LAGOrà

 LAGOrà Vicenza



# Lagorà

*Aprile*  
A P R I L E

2023

*2023*

Ogni 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@crvicenza.org](mailto:annaluisa.valente@crvicenza.org)

*Il lunedì ed il mercoledì,  
14:30 - 17:00 per le elementari e medie  
17:00 - 19:00 per le superiori*

**Laboratori specializzati per ragazzi con Disturbo Specifico dell'Apprendimento e Bisogni Educativi Speciali**

a cura di Cooperativa sociale Legger-mente

Laboratori pomeridiani in piccoli gruppi condotti da esperti qualificati: psicologi, logopedisti, educatori e tecnici dell'apprendimento. Per bambini e ragazzi dal 4° anno della Scuola Primaria fino alla scuola secondaria di Secondo Grado.

Ingresso a pagamento con iscrizione

Info: Sara Zanolla 340 343 6039

*Venerdì 17:00-18:00 e 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
- Per info e costo di partecipazione:

Info: REVRENNALUCA - 3471672501  
officinadellaschienna@gmail.com

*Martedì 18:00 - 19:30*

**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

*Giovedì 20:30 - 22:30*

**Corso base Playback Theater**

a cura di Caminantes Playback Theater

E' una particolare forma di improvvisazione, attraverso l'utilizzo di tecniche teatrali si riportano in chiave artistico/creativa storie di vita raccontate dal pubblico. Ogni racconto diventa importante e unico perché condiviso. E' un'attività coinvolgente che stimola 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.

Info: Piero Centofante 340 9711961  
Pozza Sabrina 340 0831275  
caminantespt@gmail.com



*Mercoledì 9:00 - 12:30*

**Atelier "Il Viaggio Creativo":  
uno spazio di arteterapia per  
tutte le età (0-99)**

a cura di Giovanna Dal Ponte

Incontri individuali di arteterapia per poter sperimentare i materiali artistici in maniera spontanea, senza giudizio. Un viaggio creativo tra colori, materia e forme, per stimolare il proprio potenziale creativo e per esprimersi in maniera giocosa e libera. Non è un corso di disegno o di tecniche artistiche.

Primo ingresso gratuito, successivi a pagamento. Attività su appuntamento, prenotazione obbligatoria.  
Orario prenotabile: 9:00-10:30 oppure 11:00-12:30

Info e prenotazioni: 334 3184349



*Ogni mercoledì dalle 15:00 alle 18.30*

**TORNEO DI BURRACO**

Torneo di Burraco a 4 turni. 3 Mitchell e  
1 Danese

Costo di partecipazione 7 euro, ogni lunedì viene inviato agli iscritti messaggio. Si chiudono iscrizioni a 10 tavoli (40 persone)

Per informazioni: Nilva 335/8403970