

Mercoledì
20.55 - 22.30

D.E.L.O.S. PER LA CITTÀ

a cura di 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

www.delosvicenza.it

info@delosvicenza.it

whatsapp: 339 8946918

Martedì 6-13-20 Febbraio 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.

Quota di partecipazione 45 euro (totale 3 incontri)

Minimo 3 coppie mamme/bambino
Massimo 6 coppie mamme/bambino

Per info ed iscrizioni: Laura Corà
cell. 3482530149

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

febbraio 2024
F E B B R A I O

2 0 2 4

Tutti i Lunedì

19:15 - 20:45

VIENI A VIVERE A COLORI! CORSO SETTIMANALE DI BIODANZA

A cura di Associazione Gaja - Scuola di
Biodanza di Vicenza



Stimolare benessere psico-fisico ed emozionale, riscattando stili di vita più salutari, e farlo con una pratica dolce, progressiva e divertente, che utilizza tutti i tipi di musica e il movimento naturale. Questi sono i benefici di Biodanza, disciplina praticata nel mondo da migliaia di persone, uomini e donne di tutte le età e condizioni motorie. Biodanza stimola i potenziali vitali offrendo un percorso di espansione e benessere, migliora l'autostima e la forza vitale, abbassa l'ansia e lo stress, aiuta a dormire meglio e ad avere più energia disponibile. Inoltre. Vieni a sperimentare i benefici!

Lezione introduttiva gratuita su
prenotazione.

Per info e prenotazioni:
Giovanna Benatti 338-8992362
Antonio Aucello 320-3516113

*Venerdì 16:00 - 17:00, 17:00 - 18:00, 18:00 - 19:00
9:00 - 12:00*

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

Mercoledì 7, 14, 21, 28 febbraio

Ore 20:00

EVOLUZIONE E YOGA, ESPLORANDO IL SE' AUTENTICO

A cura di Maestro Canapa CBD

Ogni mese esploriamo un tema nuovo per crescere personalmente con lo yoga, uno strumento pratico per il quotidiano. Sarà il Maestro Dharam Atma Singh a guidarci in questi incontri, adatti a diversi livelli di esperienza dello yoga. E per chi vuole continuare verrà consigliata una pratica da svolgere a casa!

A febbraio: sviluppa il tuo sè autentico, riconosci e liberati da condizionamenti e schemi non tuoi!

Prenota al +39 3409123809 (Emanuele) e unisciti a noi in questo viaggio di trasformazione e scoperta con lo Yoga Kundalini

Mercoledì 16:30 - 17:45

QI GONG

a cura di Adelina Rigon

QI GONG è una disciplina cinese molto antica. Regola la tua energia interna e migliora le tue condizioni psicofisiche.
Offerta libera.

Per info e iscrizioni: Adelina 3405090981

Tutti i martedì

19:00 - 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

Giovedì dalle 14:45 alle 15:45

FAUERSTEIN

A cura di Associazione Alphabeta APS

Incontri di mediazione cognitiva con il metodo Feuerstein. Durante gli incontri si affronteranno la denominazione di oggetti e generalizzazione di concetti, la gestione dello spazio e del tempo, il riconoscimento delle emozioni, le relazioni familiari. Le attività carta/matita proposte sviluppano le funzioni esecutive.

Una parte dell'incontro è dedicata al gioco da tavolo che ha sempre come obiettivo lo sviluppo delle funzioni esecutive.

Possibilità di percorsi di recupero del gesto grafico per il corretto utilizzo del carattere corsivo.

Attività a pagamento previa iscrizione

Per info e iscrizioni:

associazionealphabeta@gmail.com
Peloso Giovanna:331 2813991

Ogni lunedì

9:00 - 12:00

CORSO DI ACQUARELLO BASE

A cura di Tracca Pietro Acquarellista

Approccio alla tecnica dell'acquerello per principianti.

Esercizi mirati a saper utilizzare correttamente i colori e l'acqua intervallati anche da sperimentazioni giocose e libere

Ingresso a pagamento con iscrizione
(minimo 8, massimo 14 iscritti)

Per info ed iscrizioni: Pietro Tracca 333
9094143, e-mail: tracca.pietro@gmail.com