PROGETTO Spaziosissimo
PROJEKT *** T-Raumschiff

la strada der weg

PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ OTTOBRE 2024 - DICEMBRE 2024

SPAZIOSISSIMO

Punto di incontro per la salute mentale

Progetto de "La Strada - Der Weg"

L'estate sta finendo,
ma non la nostra
voglia di stare insieme
e condividere esperienze!

Con i mesi invernali riprendiamo con tutte le attività. Vi aspettiamo! Nel corso dei mesi torneremo inoltre a vivere momenti di festa e condivisione. Il nostro obbiettivo è di costruire tutti insieme occasioni di incontro, condivisione, accoglienza e crescita personale nel rispetto delle diverse abilità, sensibilità, lingue e culture.

Per Informazioni e prenotazioni: Coordinatrice **Ariele Eccher**
3386142839, dal lunedì al venerdì dalle ore 8:30 alle ore 12:30; dalle 14:00 alle 16:30

"La Strada-der Weg" – Progetto "Spaziosissimo – T-Raumschiff"
Punto di incontro per la salute mentale, **via Vittorio Veneto 68/A – 39100 Bolzano**
spaziosissimo@lastrada-derweg.org

Redazione: Ariele Eccher, Mia Pollinger, disegni di Stefania Poli, grafica di Martina Vinante
Resp.: "La Strada-der Weg" – Bolzano 2024

Incontri di Pilates con Grazia Maraldi

Tutti i **VENERDI'**, dal 11 OTTOBRE al 20 DICEMBRE
dalle ore 15.00 alle ore 16.30

Centro "Ermete Lovera", viale Europa, 3 - Bolzano

Grazia Maraldi è istruttrice di Pilates. Attraverso le posizioni di Pilates si lavora sull'allungamento e la tonificazione dei muscoli, sulla postura e soprattutto sulla consapevolezza del proprio corpo. Così facendo si stimola positivamente la nostra mente con sensazioni di rilassamento e benessere.

Referente: Maria Gigliotti

Spazio alla musica con Luca dall'Asta

Tutti i **VENERDI'**, dal 11 OTTOBRE al 20 DICEMBRE
dalle ore 16.30 alle ore 18.00

Centro "Ermete Lovera", viale Europa, 3 - Bolzano

A guidarci nel ritmo ci sarà il nostro esperto musicista Luca dall'Asta.

Referente: Daniella Soppa

E POI... LE OCCASIONI SPECIALI

Concerto della "Giornata mondiale della salute mentale"

giovedì 10 ottobre, ore 20

Teatro comunale di Gries, Galleria Telser, n. 13

Castagnata

sabato 19 ottobre
dalle ore 14.30 alle ore 17.30

Hotel Schmuckhof, Via Tinne 7 - Chiusa

Per info e prenotazioni seguiranno comunicazioni.

Convivio di Natale

sabato 14 dicembre

Per info e prenotazioni seguiranno comunicazioni.

Incontri in piscina con Monica Fattor

Tutti i **LUNEDI'**, dal 7 OTTOBRE al 16 DICEMBRE
dalle ore 14.45 alle ore 17.00

Centro Ciechi St.Raphael, Vicolo Bersaglio 36 - Bolzano

Monica Fattor è istruttrice di nuoto e ha lavorato oltre vent'anni per l'associazione "Il Nostro Spazio – Ein Platz für Uns".

Referente: Milena Zanella

ASSB·BSB Azienda Servizi Sociali di Bolzano / Betrieb für Sozialdienste Bozen
AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL
PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Città di Bolzano / Stadt Bozen

Incontri di modellaggio con Nives Magosso

Tutti i **LUNEDI'**, dal 7 OTTOBRE al 16 DICEMBRE
dalle ore 14.45 alle ore 17.30

Sede "I Funamboli" in via Vittorio Veneto 68A - Bolzano

Modellare ci dona la gioia di veder nascere dalla saggezza delle nostre mani figure ed oggetti da poter condividere, donare o esporre. Gli incontri si terranno con Nives Magosso, esperta nell'utilizzo di diversi materiali in forma artistica.

Referente: Rosanna Stoffie

Incontri di accoglienza

Tutti i **MARTEDI'**, dal 8 OTTOBRE al 17 DICEMBRE
dalle ore 15.00 alle ore 17.00

Sede "I Funamboli" in via Vittorio Veneto 68A - Bolzano

Una tazza di caffè insieme, una fetta di torta, una chiacchierata, giochi di società, "Arte del fare" e la noia lascia il posto all'amicizia. Per conoscere persone e progettare insieme qualche pomeriggio diverso.

Referente: Franca Ferraretto

24 settembre	**Tombola**
1 ottobre	**Arte del fare**
8 ottobre	**Parole in gioco**
15 ottobre	**Giochiamo insieme**
22 ottobre	**Tombola**
29 ottobre	**Visita al centro storico di Bolzano**
5 novembre	**Arte del fare**
12 novembre	**Parole in gioco**
19 novembre	**Giochiamo insieme**
26 novembre	**Corone d'avvento**
3 dicembre	**Arte del fare**
10 dicembre	**Parole in gioco**
17 dicembre	**Tombola di Natale**

Storie di viaggi e racconti

Ogni secondo MARTEDI', dal 22 OTTOBRE al 17 Dicembre
dalle ore 17.00 alle ore 18.00

Sede "I Funamboli" in via Vittorio Veneto 68A - Bolzano

Lo dedicheremo a storie di viaggi, alla scoperta di luoghi e culture del mondo. Flavio Zanella, viaggiatore e fotografo appassionato, racconterà le sue esperienze di viaggio in giro per il mondo. Il suo motto è: "Viaggiare non è collezionare posti ma dare cibo all'anima".

Referente: Flavio Zanella

22 ottobre	**Giordania - Wadi Rum e Petra**
5 novembre	**Isole Azzorre - tra ortensie e vulcani**
19 novembre	**Bretagna - la terra di Obelix**
3 dicembre	**Siria - dagli Assiri a Saladino**
17 dicembre	**U.S.A. - I parchi naturali dell'Ovest**

Espressioni in movimento, ritmo e ginnastica

Tutti i **MERCOLEDI'**, dal 9 OTTOBRE al 18 DICEMBRE
dalle ore 15.00 alle ore 16.30

Centro "Ermete Lovera", viale Europa, 3 - Bolzano

Monica Fattor insegnante di Educazione Fisica, promuove la libera espressione corporea e l'autenticità della persona.

Referente: Giannina Barbacetto

Incontri di acquarello con Nives Magosso

Tutti i **MERCOLEDI'**, dal 9 OTTOBRE al 18 DICEMBRE
dalle ore 14.45 alle ore 17.30

Sede "I Funamboli" in via Vittorio Veneto 68A - Bolzano

Si terranno incontri di acquarello con Nives Magosso, pittrice e maestra d'arte.

Referente: Antonietta Pinto

Incontri di teatro con Erika Castlunger

Tutti i **GIOVEDI'**, dal 10 OTTOBRE al 19 DICEMBRE
dalle ore 15.00 alle ore 17.00

Centro "Ermete Lovera", viale Europa, 3 - Bolzano

Gli incontri teatrali offriranno ai partecipanti un tempo-spazio in cui scoprire e sperimentare; si lavorerà sulle caratteristiche e potenzialità del proprio corpo e della propria voce, sulle modalità di interazione con l'altro, sulle dinamiche della creatività individuale e corale.

Referente: Giulia Borgia

Prepariamo insieme qualcosa di buono con Marco Cristeli

Tutti i **GIOVEDI'**, dal 17 OTTOBRE al 19 DICEMBRE
dalle ore 17.00 alle ore 19.00

Sede "I Funamboli" in via Vittorio Veneto 68A - Bolzano

Marco Cristeli è un esperto nel preparare pietanze sane e gustose, oltre ad avere molta esperienza nel tenere questo tipo di attività in piccoli e medi gruppi con allegria.

Referente: Martina Vinante