

Lega ticinese contro il cancro

Direzione e sede principale, Piazza Nosetto 3
6900 Bellinzona

Sede del Sottoceneri, Via L. Ariosto 6
6900 Lugano

Sede del Locarnese, Via Trevani 1
6600 Locarno

091 820 64 40/20

www.legacancro-ti.ch
info@legacancro-ti.ch

CCP 65-126-6
IBAN no. CH19 0900 0000 6500 0126 6

Informazioni e iscrizioni

corsi-e-incontri@legacancro-ti.ch

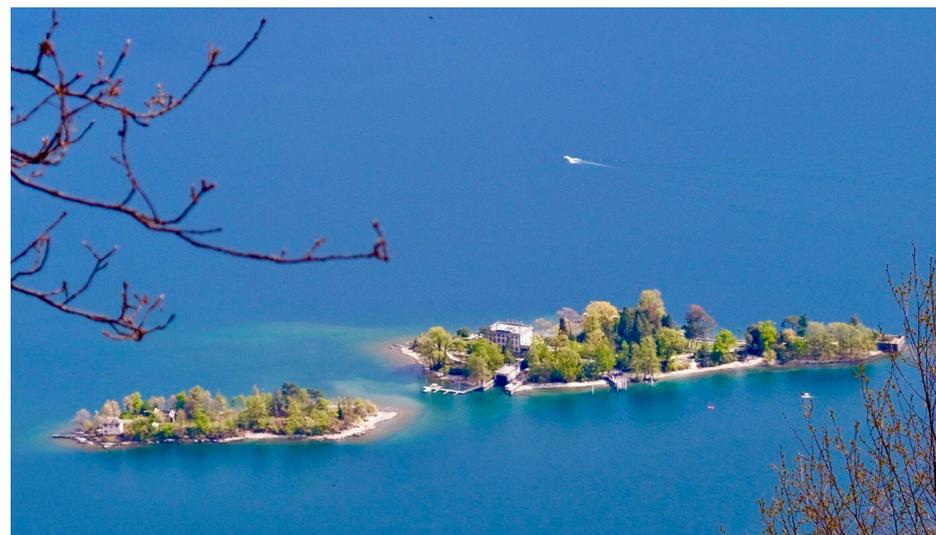
Oppure alle infermiere della riabilitazione
e agli assistenti sociali della LTC



lega ticinese contro il cancro

5

GIORNI PER ME SULLE ISOLE DI BRISSAGO



DA LUNEDÌ 23 A VENERDÌ 27 AGOSTO 2021



Un'offerta della Lega contro il cancro nell'ambito
delle attività riabilitative per i pazienti

Lunedì 23 agosto

13.00-13.30	Check-In
13.30-14.15	Accoglienza con frutta, panini e acqua Benvenuto con Alba Masullo, direttrice LTC, programma delle attività, informazioni pratiche sul seminario
14.30-16.30	Logoteoria e narrazione
17.00-18.00	Visita guidata al parco botanico delle Isole di Brissago (facoltativo)
19.00 ca.	Cena

Martedì 24 agosto

10.00-11.30	Yoga dolce e rilassamento meditativo <i>Pranzo / riposo</i>
14.00-16.30	Arte-terapia <i>Riposo</i>
19.00 ca.	Cena

Mercoledì 25 agosto

10.00-11.30	Yoga dolce e rilassamento meditativo <i>Pranzo / riposo</i>
14.00-16.30	Arte-terapia <i>Riposo</i>
19.00 ca.	Cena

Giovedì 26 agosto

10.00-11.30	Yoga dolce e rilassamento meditativo <i>Pranzo / riposo</i>
14.00-16.30	Arte-terapia <i>Riposo</i>
19.00 ca.	Cena

Venerdì 27 agosto

09.50-11.50	Logoteoria e narrazione
12.00-13.00	Pranzo, saluti e partenze (partenza battello per Locarno alle ore 13.35)

Il programma può subire modifiche in funzione dello stato pandemico e/o secondo le esigenze del gruppo

ARTE-TERAPIA

Obiettivo dell'arte-terapia è il miglioramento del benessere della persona, facendo leva sulle sue risorse creative ed espressive che rimangono intatte anche in situazione di disagio fisico e/o psichico. Gli incontri proposti in gruppo permettono, oltre al lavoro individuale, di stabilire e/o riallacciare contatti affettivi e relazionali, di incontrarsi e di scambiare esperienze e vissuti.

YOGA DOLCE E RILASSAMENTO MEDITATIVO

Obiettivo degli incontri di yoga dolce e rilassamento meditativo è il risveglio muscolare attraverso esercizi di respirazione che preparano corpo e mente a un rilassamento finale profondo e meditativo. La pratica prevede posizioni particolarmente facili, adatte ai principianti o a chi è meno flessibile, eseguibili da sdraiati oppure anche da seduti.

LOGOTEORIA - ATELIER IMPRONTATO ALLA NARRAZIONE E ALLA RICERCA DI SENSO

Obiettivo della Logoteoria è la riscoperta del significato (*logos*) dell'esistenza dell'essere umano. Disciplina fondata da Viktor Emil Frankl (coetaneo di Sigmund Freud) medico, neurologo e psichiatra austriaco che, a seguito della sua deportazione in campi di concentramento, scrisse - tra gli altri - i volumi: "Alla ricerca di un significato della vita" e "I fondamenti spirituali della logoterapia".

DOCENTI

GAMPER EDELTRAUD

Consulente in logoteoria e analisi esistenziale (ILE Coira) / Consulente in psiconcologia (CAS-SUPSI 2015-2016)

LIU MONICA

Insegnante di yoga diplomata

STOCK BERNASCONI KATHARINA

Arte Terapeuta DF (diploma federale)

COSTO

Fr. 750.- per persona. Pensione completa (colazione, pranzo con 2 portate e cena con 3 portate, incl. acqua, pause con frutta e acqua), altre bibite non sono incluse e andranno pagate direttamente sul posto alla fine del seminario. Chi è in difficoltà finanziarie può rivolgersi per un aiuto alla Lega contro il cancro del proprio cantone.

OSSERVAZIONI

La Lega ticinese contro il cancro garantisce, assieme alla struttura di accoglienza e per il tramite dei docenti dei corsi e della collaboratrice presente sull'isola, l'osservanza delle norme anti-covid, e declina ogni responsabilità in caso di infortunio o danni alle cose.

L'iscrizione al programma deve essere accompagnata da un certificato medico di idoneità.