

Carissimo/a Socio/a e famigliari,

terminate le vacanze estive desideriamo informarTi sulle nuove iniziative promosse dall'Associazione alla ripresa delle attività del terzo quadrimestre 2021.

### **ATTIVITA' DI GRUPPO - Organizzate dalla Sede di TREVISO**

- **CODESS – fisioterapia**

Almeno fino a fine ottobre, CODESS ex AREP di Villorba non riprenderà l'attività fisica di gruppo. Per ora vengono svolte solo sedute individuali di Fisioterapia, con prescrizione di visita fisiatrica tramite impegnativa del proprio medico curante. L'Associazione al riguardo è attiva con il “servizio di accompagnamento” delle persone non autosufficienti, pur nelle limitazioni imposte dal COVID.

- **INCORPO con Francesca URBAN**

*Incorpo* è un insieme di attività di movimento, nato per diffondere la cultura del benessere attraverso pratiche motorie che mirano all'ascolto e alla consapevolezza del proprio corpo, al rinforzo muscolare e alla flessibilità.

Il Corso si tiene il *MARTEDI dalle ore 15.00 alle ore 16.00* presso Centro Anziani di Via Castello d'Amore vicino allo stadio di Treviso. Inizio del Corso Martedì 28 settembre p.v.

- **ATTIVITA' FISICA ADATTATA con Paolo TAMAI**

Sedute di riabilitazione motoria, respiratoria, posturale, individuali e di gruppo per migliorare le performance motorie e rimanere mentalmente attivi, con un effetto positivo sul benessere generale e sulla qualità di vita.

Il Corso si tiene il *VENERDI dalle ore 09.00 alle ore 10.00* presso Centro Anziani di Via Castello d'Amore vicino allo stadio di Treviso. Inizio del Corso VENERDI 8 ottobre p.v.

- **GIOCHIAMO A CARTE ?**

Il piacere di incontrarsi per conoscerci meglio e per fare “quattro ciacoe “ in compagnia.

- Gli incontri si tengono il *GIOVEDI dalle ore 15.00 alle ore 18.00* presso l'Ex Circostrizione C Nord, in via del Galletto, 16 a Santa Bona Nuova Treviso. Inizio 7 ottobre p. v.

- **ASCOLTIAMOCI con la Dott.ssa Valentina SOSERO**

IL Gruppo di Parola e di Ascolto diventa uno spazio di transitorietà, una dimensione all'interno della quale raccontare le proprie prospettive e i propri vissuti, trovando un ascolto gentile e non giudicante: un luogo ospitale in cui prendersi cura di se stessi.

Il Corso si tiene il *VENERDI dalle ore 17.00 alle ore 18.00* presso l'Ex Circostrizione C Nord, in via del Galletto, 16 a Santa Bona Nuova Treviso  
Inizio 8 ottobre p.v.

- **NORDIC WALKING con Ampelio PILLAN**

Il Nordic Walking trova una perfetta sintonia con la fisioterapia e come forma di ginnastica mirata a contrastare la Malattia di Parkinson.

I benefici della disciplina agiscono positivamente, andando ad agire sulle difficoltà motorie causate dalla malattia, quali mobilità articolare, andatura a piccoli passi, postura flessa con baricentro in avanti, pochissima escursione delle braccia, difficoltà di coordinazione .

L'utilizzo dei bastoncini aiuta la persona ad avere maggiore sicurezza nella camminata, migliorando l'equilibrio, la postura e fin da subito aiuta nell'aumentare l'ampiezza della falcata e la conseguente ampiezza di oscillazione delle braccia.

Il Corso si tiene il *MARTEDI dalle ore 09.00 alle ore 10.00*, con ritrovo davanti al campanile di Casier.  
Inizio del Corso MARTEDI 28 settembre p.v.

- **SPORTELLA ASCOLTO con la Dott.ssa Lorenza Di Ciommo**

Riprendono gli incontri individuali con la psicologa per coloro che necessitano di un supporto psicologico. La psicologa sarà disponibile nei giorni di lunedì e giovedì dalle ore 15.00 alle 18.00.  
Aspettiamo le Vostre richieste.

- **DI TUTTO UN PO'**

Incontri con date da definire saranno proposti il sabato mattina o il lunedì pomeriggio per condividere idee, riflessioni ed approfondire conoscenze e abilità grazie agli interventi di esperti presso Centro Anziani di Via Castello d'Amore vicino allo stadio di Treviso.

**ATTIVITA' DI GRUPPO - Organizzate dal Punto di Presenza di MOGLIANO VENETO**

- **PARKINSON CAFFE'**

Gli incontri si tengono il *SABATO dalle ore 10.00 alle ore 12.00* - "Centro Comunitario Don Giorgio" di via Ronzinella, 176 - dietro Polizia Locale - a Mogliano Veneto

- **INCORPO** con Francesca URBAN

Il Corso si tiene il *LUNEDI e il MERCOLEDI dalle ore 10.00 alle ore 11.00* presso il "Centro Comunitario Don Giorgio" di via Ronzinella, 176 - dietro Polizia Locale - a Mogliano Veneto  
Inizio del corso LUNEDI' 20 settembre.

**ATTIVITA' DI GRUPPO - Organizzate dal Punto di Presenza di MONTEBELLUNA**

- **TAI CHI** con Denis Piovesan

Il Tai Chi, nato in Cina come arte marziale, si è poi affermato anche in occidente come attività terapeutica volta a perseguire il benessere nel dialogo tra corpo e mente, ottenendo un equilibrio nell'insieme. Per le sue evoluzioni rallentate, è particolarmente adatta ai malati di Parkinson.  
Il Corso si tiene il *MERCOLEDI dalle ore 09.00 alle ore 10.00* presso il Parco Mario Rigoni Stern di Trevignano. Inizio del Corso Martedì 22 settembre p.v.

- **GINNASTICA POSTURALE** con Daniela Oliva

Il Corso si tiene il *MARTEDI e il VENERDI dalle ore 08.00 alle ore 08.50* presso il Parco Mario Rigoni Stern di Trevignano.

- **NORDIC WALKING** con Daniele

Il Corso si tiene il *MERCOLEDI 18.30 ALLE 20.00* presso Parco Manin di Montebelluna

**ATTIVITA' DI GRUPPO - Organizzate dal Punto di Presenza di S.FIOR**

- **YOGA** con Antonina Kozlova

*Il MERCOLEDI Dalle ORE 11.00 alle ore 12.00* a settimane alterne Palestra Centro Fiorot  
Inizio mercoledì 8 settembre, e poi ogni 15 gg.

- **ATTIVITA' MOTORIA**

*LUNEDI E VENERDI dalle ore 14.30 alle ore 15.30* presso palestra di Colle Umberto  
Inizio lunedì 27 settembre p.v.

**ATTIVITA' COMUNI A TUTTI I PUNTI DI PRESENZA**

**CONSULENZE PER PRATICHE ASSISTENZIALI**

Venerdì 17 Settembre ore 10,00-12,00 sono ripresi presso la nostra Sede gli appuntamenti con la sig.ra Mantesso per consulenze, pratiche di invalidità, pensionamenti, ausili, accompagnatorie, ecc... Gli appuntamenti successivi sono ogni 3° venerdì del mese.

E' necessario fissare l'appuntamento con la Segreteria di Treviso.

TERME - Vedere locandina allegata - Per prenotare telefonare alla Segreteria di Treviso per iscriversi occorre: Generalità, fotocopia documento d'identità e numero di telefono.

Vi ricordiamo che il 23 di ottobre ci sarà L'Assemblea dei Soci per il rinnovo delle cariche associative, vi spediremo presto una mail informativa al riguardo.

Cordiali saluti

Associazione Parkinsoniani di Treviso OdV  
La Presidente Grando Giovanna

