

## PROGRAMMA DEI MOMENTI DI SVAGO E INFORMATIVI PER IL 2024

Sabato 20 gennaio 13.30 – 16.30	<b>Atelier di pittura</b>	Lasciatevi guidare dalla pittrice Carla nelle diverse tecniche di pittura e nel mondo dell'arte. E dopo averlo fatto ... create la vostra opera! L'atelier si terrà presso la nostra sede a Giubiasco.
Sabato 3 febbraio 13.30 – 16.00	<b>Corso di danza accessibile per tutti</b>	Un pomeriggio dedicato alla danza: insieme con Giada, ballerina e istruttrice da <a href="#">NewAbility</a> concertate una piccola coreografia che ballate in poi in gruppo. Il corso è accessibile anche a persone in sedia rotelle.
Domenica 3 marzo 13.00 – 17.00	<b>Un pomeriggio allo Splash</b>	Grazie alla disponibilità e su invito dello <a href="#">Splash&amp;Spa</a> ci divertiamo nelle diverse vasche con acqua di una bella temperatura, idromassaggi ecc. Verrà anche offerta una merenda.
Sabato 23 marzo 13.30 – 16.30	<b>Atelier Pasquale</b>	Grazie alla disponibilità di Enza, abbiamo la possibilità di invitarvi a fabbricare insieme delle decorazioni e regali per la Festa di Pasqua. L'atelier è aperto a bambini/e, ragazzi/e e adulti/e.
Sabato 4 maggio 13.00 – 17.00	<b>Mobilità e mobilitazione</b>	Formazione e atelier pratici (gruppi di lavoro) per pazienti e caregiver (familiari e aiutanti) con fisio- ed ergoterapeuti. Offerta insieme con il Centro Myosuisse Ticino. Presso della SSPSS a Giubiasco.
Sabato 18 maggio 13.00 – 17.00	<b>Giro in barca a vela</b>	Giro e mini-regata in barche a vela sul Lago di Lugano in collaborazione con gli istruttori dell' <a href="#">Associazione Velabili</a> . Evento adatto anche per persone in sedie rotelle.
Domenica 2 giugno 13.30 – 16.30	<b>In sella con la MGR</b>	Un pomeriggio dedicato a delle attività con animali e chi vuole si mette in sella. Le attività sono accompagnate da professionisti dell' <a href="#">Associazione Impronte</a> e sono accessibili. Merenda offerta.
Domenica 8 settembre 14.00 – 17.00	<b>Vendemmia</b>	In attesa della stagione e dei colori dell'autunno ... partecipate alla raccolta dell'uva presso la <a href="#">Tenuta Montalbano</a> in collaborazione con la <a href="#">Cantina Mendrisio</a> . L'evento è accessibile anche in sedia rotelle.
Domenica 29 settembre 13.45 – 15.00	<b>STRALugano</b>	Formiamo una grande squadra per la MGR a favore di Telethon Svizzera Italiana! Partecipate all'evento sportivo tanto atteso dell'anno "Run4Charity" del <a href="#">StraLugano2024</a> a Lugano. In collaborazione con Telethon SI.
Domenica 6 ottobre 14.30 – 17.00	<b>Visita alla Falconeria di Locarno</b>	Visita guidata alla <a href="#">Falconeria</a> di Locarno, partecipazione allo spettacolo e una merenda offerta.
Domenica 24 novembre Pomeriggio	<b>Spettacolo Circo Knie</b>	Con la MGR tutti insieme per assistere al nuovo spettacolo 2024 del <a href="#">Circo Knie</a> . Con il sostegno della Banca Raiffeisen Bellinzonese e Visagno.

... come anche i **gruppi di discussione per pazienti con delle malattie rare e per i loro parenti (date su richiesta)**.