



Calendario delle attività proposte al CoLab per quanti sono interessati ai temi della salute mentale e del benessere

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Artisticamente Gruppo di incontro e confronto a partire da stimoli di arti visive e letterarie per un'occasione di scambio reciproco. <i>Artisticamente Letterario</i> Lunedì 7 dalle 9.30 Officina Serendippo OPEN Spazio aperto per contribuire con la propria inventiva e i propri suggerimenti alla costruzione della trasmissione radio "Serendippo - Tutto quanto fa salute mentale" che va in onda a giovedì alterni sulle frequenze di Radio Onda D'Urto. Lunedì 28 dalle 14 alle 16 Menteserena Young Uno spazio aperto a operatori, utenti, famigliari e a tutti quelli che hanno a cuore il tema della salute mentale... Purché tra i 18 e 36 anni. Ogni Lunedì dalle 16.30 alle 17.30 Speciale Collage De-collage Aperto a tutti quanti abbiano frequentato le precedenti edizioni Lunedì 14 dalle 15.30 alle 17.30	Prove aperte di Metamorfosi La Compagnia Laboratorio Metamorfosi offre uno spazio aperto a chi vuole partecipare al processo creativo di uno spettacolo teatrale, senza dover recitare, ma portando il proprio sguardo esterno. Ogni Martedì dalle 9 alle 11 Spazio accoglienza Spazio informale di incontro e di confronto, dove bere un the e fare due chiacchiere sui temi della salute mentale. Ogni Martedì dalle 14 alle 16 Infopoint Spazio ad accesso libero per chiedere informazioni sulle attività del CoLab e sulle varie iniziative che vengono proposte ed eventualmente ricevere aiuto nella scelta. Ogni Martedì dalle 14 alle 18 Sportello di ascolto e orientamento per famigliari A cura de Il Chiaro del Bosco ETS nell'ambito del progetto Centro per la famiglia. Ogni Martedì dalle 16 alle 18 (su appuntamento) Laboratorio di Comunicazione Digitale Spazio creativo, rivolto in particolare ai giovani, che ha l'obiettivo di utilizzare internet e gli strumenti social per promuovere il benessere personale e le attività di CoLab Torre Cimabue. Martedì 1 dalle 18 alle 20	Gruppo ESP e utenti attivi Gruppo di incontro e confronto per pazienti che hanno un ruolo attivo (docenti Recovery College, facilitatori nelle attività, ecc.) o sono utenti ESP (esperti in supporto fra pari) al CoLab. Mercoledì 2 e 23 dalle 10.30 alle 12 Co-progettazione delle attività Attività finalizzata ad organizzare le proposte del mese successivo. Mercoledì 9 dalle 10.30 alle 12 Armonicamente Spazio di incontro dedicato e gestito dai pazienti. Mercoledì 30 dalle 10.30 alle 12 Taciturni Spazio creativo e ricreativo di totale quiete rivolto a chiunque desideri spendere del tempo in solitudine, seppure in compagnia, dedicandosi a ciò che più si gradisce. Mercoledì 2, 16 e 30 dalle 14 alle 16 Fili, caffè e chiacchiere Spazio conviviale di scambio consigli di rammendo, cucito e uncinetto. Mercoledì 9 e 23 dalle 14 alle 16	Gruppo Mappatura Supporta le singole persone nella ricerca attiva delle risorse del territorio utili al proprio benessere personale. Ogni Giovedì dalle 10.30 alle 12 Laboratorio di Comunicazione Digitale Spazio creativo, rivolto in particolare ai giovani, che ha l'obiettivo di utilizzare internet e gli strumenti social per promuovere il benessere personale e le attività di CoLab Torre Cimabue. Giovedì 10, 17 e 24 dalle 14.30 alle 16.30 "Tutti dentro Tutti fuori" Gioco da tavolo per la Recovery. Giovedì 3 e 17 dalle 14 alle 16 Menteserena Luogo di libero scambio tra operatori, pazienti, familiari e tutti quanti hanno a cuore il tema della salute mentale, per condividere informazioni, esperienze, pezzi di vita. Giovedì 10 e 24 dalle 14 alle 16	Infopoint Spazio ad accesso libero per chiedere informazioni sulle attività del CoLab e sulle varie iniziative che vengono proposte ed eventualmente ricevere aiuto nella scelta. Ogni Venerdì dalle 10 alle 12 Teatro Laboratorio teatrale in cui le tecniche espressive diventano anche strumento di crescita personale e il gioco teatrale è opportunità di implementare le proprie competenze relazionali. Venerdì 18 e 25 dalle 14 alle 16

Non solo bolle!

Laboratorio di bolle di sapone per parlare di confini e spazi interiori.

Lunedì 14, 21 e 28 settembre, 5 e 12 ottobre dalle 10 alle 11.30.

Iscriviti qui



da lunedì 14 settembre