

Recapiti

Leга ticinese contro il cancro

Direzione e sede principale
Piazza Noretto 3
6500 Bellinzona

Sede del Sottoceneri
Via L. Ariosto 6
6900 Lugano

Antenna per il Locarnese
Via Balestra 17
6600 Locarno

☎ 091/ 820 64 40
📠 091/ 820 64 60 fax

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

CCP 65-126-6

Visitaci su Facebook!



lega ticinese contro il cancro

“Si unisca al gruppo!”

Settembre 2015 - Giugno 2016

Attività e corsi

Tante occasioni per ritrovarsi,
condividere e confrontarsi



Settembre 2015

I corsi prenderanno avvio durante il mese di settembre, non appena si raggiunge il numero minimo di 4 iscritti. Informazioni sulla data d'inizio e sul numero di incontri ai seguenti recapiti: telefono 091 820 64 20, e-mail info@legacancro-ti.ch

Attività fisica

L'attività fisica previene le recidive di tumore, ne riduce le conseguenze, combatte la stanchezza e migliora l'umore.

Acquagym

Savosa A-Club, via Centro Sportivo 5 venerdì 15.00-15.45
Locarno Lido di Locarno, via Respini 11 giovedì 09.00-09:45

Costo entrata: fr.11.- (fr.100.- per 10 lezioni)
Pagamento in loco

Movimento e sport

Tenero Centro Sportivo nazionale della Gioventù martedì 14.00-15.00

Nordic Walking

Bellinzona Ritrovo secondo calendario www.legacancro-ti.ch venerdì 10.00-10.30

La Lega ticinese contro il cancro propone attività e corsi destinati alle persone affette da cancro e alcuni di essi anche ai loro familiari.



lega ticinese contro il cancro



La tassa d'iscrizione per ogni corso è di fr.50.- a semestre.
Per coloro che sono soci oppure decidono di diventare soci della Lega ticinese contro il cancro i corsi sono gratuiti, ad eccezione di quelli con ingresso a pagamento (piscina).

Formulario d'iscrizione:

Dati personali:

Cognome, nome _____
Indirizzo _____
NAP, località: _____
Data di nascita: _____
Telefono: _____
Indirizzo e-mail: _____

Iscrizione:

Acquagym Luogo: _____
Ginnastica terapeutica Luogo: _____
Movimento e sport Luogo: _____
Nordic Walking Luogo: _____
Arte terapia Luogo: _____
Logoterapia Luogo: _____
Yoga Luogo: _____

L'iscrizione è da confermare per e-mail a info@legacancro-ti.ch oppure inviando il tagliando alla Lega ticinese contro il cancro, Piazza Nosetto 3, 6500 Bellinzona.

I partecipanti sono tenuti ad essere assicurati individualmente.

La Lega ticinese contro il cancro declina ogni responsabilità in caso di infortunio o danni alle cose.

Luogo, data:..... Firma:.....

I corsi prenderanno avvio durante il mese di settembre, non appena si raggiunge il numero minimo di 4 iscritti. Informazioni sulla data d'inizio e sul numero di incontri ai seguenti recapiti: telefono 091 820 64 20, e-mail info@legacancro-ti.ch

Gruppo di auto mutuo aiuto (TI) per persone in lutto

per persone che stanno affrontando la perdita di una persona cara

Lugano	Annunciarsi allo 077 470 48 13
Chiasso	Annunciarsi allo 077 470 47 86
Bellinzona	Annunciarsi allo 077 470 48 11

Gruppo parola

per ammalati e familiari, con frequenza ogni 15 giorni

Bellinzona	Sede LTC Piazza Nosetto 3	giovedì 16.00-17.00
Locarno	Sede Croce Rossa Via Balestra 17	mercoledì 16.00.17.00

Seminario sulle Isole di Brissago

Seminario previsto nel mese di agosto 2016

Yoga e rilassamento

Lugano	Centro Yoga, via Canonica 4	giovedì 17.00-18.30
Muralto	Centro Pro Senectute Viale Giuseppe Cattori	lunedì 16.00-17.00

Ginnastica terapeutica

Luganese	Centro scolastico SUPSI Trevano	martedì 17.30-19.00
Locarnese	Istituto Sant'Eugenio via al Sasso1, Muralto	mercoledì 17.30-19.00
Mendrisiotto	Casa per anziani Giardino via S. Franscini 9, Chiasso	martedì 17.30-19.00
Bellinzonese	Fondazione Vita Serena Viale 1814 3, Giubiasco	giovedì 17.30-19.00



lega ticinese contro il cancro



lega ticinese contro il cancro



I corsi prenderanno avvio durante il mese di settembre, non appena si raggiunge il numero minimo di 4 iscritti. Informazioni sulla data d'inizio e sul numero di incontri ai seguenti recapiti: telefono 091 820 64 20, e-mail info@legacancro-ti.ch

Arteterapia

“Un’esperienza creativa per farti del bene”: un’occasione per mettersi all’ascolto delle proprie emozioni attraverso l’arte e la pittura. Non sono necessarie conoscenze o esperienze artistiche.

Bellinzona	Sede LTC	lunedì 09.30-12.00
Lugano	Sede LTC	mercoledì 09.30-12.00

Logoterapia

Incontri di narrazione con scambio di idee sulle scelte di ognuno... per progettare un futuro pieno di significato.

Bellinzona	Sede LTC	venerdì 15.00-17.00
Lugano	Sede LTC	venerdì 09.00-11.00

Gli incontri sono accompagnati da professionisti diplomati e si svolgono in ambienti conviviali e confortevoli.

Cibo e salute

Un viaggio alla scoperta del gusto attraverso una sana alimentazione.

Lugano	Sede LTC	<i>date e temi su</i> www.legacancro-ti.ch “Corsi e gruppi”
---------------	----------	---

Pausa pranzo

Incontri di condivisione conviviali, informativi, ricreativi e attivi

Lugano	Sede LTC	<i>date e temi su</i> www.legacancro-ti.ch “Corsi e gruppi”
---------------	----------	---

Tea Time

Incontri di sostegno e condivisione

Mendrisio	<i>Luogo e date da definire</i>	<i>date e temi su</i> www.legacancro-ti.ch “Corsi e gruppi”
Lugano	Sede LTC	

