



Incontri di ballo con Maurizio

Ogni VENERDÌ a partire dal 15 GENNAIO 2016 fino al 27 MAGGIO 2016 dalle ore 15 alle ore 16.15 presso la sala teatro del Centro "E. Lovera", Piazza don Giuseppe Rauzi n. 3 - Bolzano.
Maestro di ballo: Maurizio Cristofolini, animatore.
Volontaria coordinatrice: Renata Lupi



Incontri di fotografia con Marina Coli

VENERDÌ: 8 e 22 gennaio, 5 e 19 febbraio, 4 e 18 marzo, 15 e 29 aprile, 20 e 27 maggio 2016, dalle ore 15.00 alle 17.00 presso la sede de "I funamboli" via Vittorio Veneto 68/A - Bolzano.
Il venerdì il gruppo riflette sull'esperienza del fotografare, per confrontarsi e parlare delle emozioni che suscita lo scatto fotografico.
SABATO: 9 e 23 gennaio, 6 e 20 febbraio, 5 e 19 marzo, 16 e 30 aprile, 21 e 28 maggio 2016, dalle ore 10.00 alle 12.00 si va alla ricerca soggetti, angoli, prospettive per nuovi scatti e nuove avventure fotografiche.
Guida e conduce il gruppo Marina Coli, esperta dell'arte della fotografia.
Volontario coordinatore: Lucio Fossati.



Incontri di scrittura creativa con Silvana Nobili

20 MARZO, 17 APRILE, 22 MAGGIO 2016, 14.30-17.00 presso la sede de "I funamboli" via Vittorio Veneto 68/A - Bolzano.
Silvana Nobili, laureata in Pedagogia, insegnante in pensione, è Operatrice di Educazione Ambientale, di Teatro-Natura, insegnante di Scrittura Creativa, esperta in Tecniche Autobiografiche. Collabora con Enti ed Istituzioni culturali.
Volontaria coordinatrice: Rita Marzari



E poi... le occasioni speciali

Mini settimana bianca a Dobbiaco: 15-19 febbraio 2016

Festa di Carnevale: giovedì 4 febbraio 2016

La ciaspolada e la passeggiata sulla neve

Soggiorno al mare

Iniziative culturali e tanto altro ancora...



Poiché il Centro Lovera riapre e mette a disposizione i locali solo a partire dal 11 gennaio 2016, non è stato possibile iniziare prima i nostri incontri del 2016. Contributo: chi partecipa a più di un'attività settimanale con i professionisti riduce la quota di tutte le attività al 50%

Per informazioni: Mariuccia Christille, "Il Nostro Spazio-Ein Platz für uns", tel. 0471/301416, dalle 9 alle 12. Nuovo indirizzo: Passaggio Antico Municipio n. 8 (via Portici n. 30), 39100 Bolzano. E-mail: segreteria@ilnostrospazio.it

Supplemento alla rivista „Spaziosissimo/T-Raumschiff“, n. 1-2, 2015, Dicembre 2015, a cura di Milena Cossetto e Emanuela Diodà. Disegni di Stefania Poli.



Il Nostro Spazio - Ein Platz für uns

Esperienze di accoglienza, incontro, solidarietà con la sofferenza psichica, per una nuova cultura della comunicazione interpersonale e di gruppo

Programma delle attività gennaio-maggio 2016



Incontri in piscina con Monica Fattor

Tutti i LUNEDÌ a partire dal 11 GENNAIO 2016, dalle ore 15.00 alle ore 16.00, fino a lunedì 30 MAGGIO 2016 alla piscina coperta del "Blindenzentrum" vicolo Bersaglio nr. 36 - Bolzano.

Contributo di partecipazione da gennaio a maggio: Euro 12,00.

Monica Fattor è istruttrice di nuoto. Collabora con l'Associazione "Il Nostro Spazio-Ein Platz für uns" da più di 10 anni.

Volontario coordinatore: Lucio Fossati



Incontri di canto popolare con Maria Paola Asson

LUNEDÌ 11 e 25 GENNAIO, 15 e 29 FEBBRAIO, 14 e 21 MARZO, 4 e 18 APRILE, 2 MAGGIO 2016 dalle ore 16.45 alle ore 18.15, presso la sede "I Funamboli" via Vittorio Veneto 68 A - Bolzano.

Contributo di partecipazione da gennaio a maggio: Euro 12,00.

Maria Paola Asson è docente di seconda lingua italiano nelle scuole tedesche, studiosa delle tradizioni popolari anche sudtirolesi, tiene stage di musica e canto popolare.

Volontaria coordinatrice: Ada Faes



Che novità ci sono? Lettura dei giornali, una tazza di caffè, una fetta di torta insieme a Mauro e Vera

Tutti i MARTEDÌ a partire dal 12 GENNAIO fino al 31 MAGGIO 2016, dalle ore 10.00 alle ore 12.00, presso la sede "I Funamboli" via Vittorio Veneto 68 A - Bolzano. La lettura dei giornali è gestita da Mauro, attento conoscitore della stampa e della pubblicistica locale e nazionale. Volontari coordinatori: Mauro e Vera Bocuzzi



Espressioni in movimento ritmo e ginnastica con Ilaria Neri

Tutti i MERCOLEDÌ dalle ore 15 alle ore 16 a partire dal 13 GENNAIO 2016 fino al 8 GIUGNO 2016, presso la Sala Teatro del Centro "Ermete Lovera", piazza don Giuseppe Rauzi (ex viale Europa) Nr. 3 - Bolzano. Contributo di partecipazione da gennaio a giugno 2016: Euro 12,00. Ilaria Neri, insegnante di Educazione Fisica, promuove la libera espressione corporea e l'autenticità della persona. Volontaria coordinatrice: Giannina Barbacetto



Incontri di accoglienza

Tutti i MARTEDÌ a partire dal 12 GENNAIO 2016, dalle ore 14.30 alle ore 17.00 presso la Sala "Tre Santi" via C. Battisti 35 - Bolzano. Una tazza di caffè insieme, una fetta di torta, una chiacchierata, un gioco di società e la noia lascia il posto all'amicizia. Per conoscere altre persone e progettare insieme qualche pomeriggio diverso. Volontaria coordinatrice: Rita Marzari



Incontri di accoglienza

Tutti i MERCOLEDÌ a partire dal 13 GENNAIO 2016, dalle ore 14.30 alle ore 17.00 presso la sede "I Funamboli" via Vittorio Veneto 68 A - Bolzano. Una tazza di caffè insieme, una fetta di torta, una chiacchierata, un gioco di società e la noia lascia il posto all'amicizia. Per conoscere altre persone e progettare insieme qualche pomeriggio diverso. **Piano-Bar con Cristina Micheletti: 20 gennaio, 27 febbraio, 13 marzo, 20 aprile, 25 maggio, 16.30-17.30.** Volontaria coordinatrice: Anna Pedenzini



Incontri di yoga con Renata De Chiusole

Tutti i MARTEDÌ a partire dal 12 GENNAIO 2016 fino al 31 MAGGIO 2016, dalle ore 15.45 alle ore 17.00 presso la palestra superiore del Liceo Scientifico "E. Torricelli" Via Rovigo 42 - Bolzano. Contributo di partecipazione da gennaio a maggio 2016: Euro 12,00. Renata de Chiusole è maestra di yoga; ha collaborato con enti ed istituzioni promuovendo un approccio "dolce" alla pratica e alla teoria dello yoga. Volontaria coordinatrice: Franca Millo



Incontri con l'acquerello con Mara Rauzi

Tutti i GIOVEDÌ, a partire dal 14 GENNAIO 2016 fino al 26 MAGGIO 2016, dalle ore 14.45 alle ore 17.30 presso la sala teatro del Centro "E. Lovera", Piazza don Giuseppe Rauzi n. 3 - Bolzano. Contributo di partecipazione da gennaio a maggio 2016: Euro 12,00. Mara Rauzi, pittrice, grafica, illustratrice, insegnante, collabora con l'associazione dalla sua fondazione. Volontaria coordinatrice: Rosanna Stoffie Fossati



Incontri in piscina al femminile

Tutti i MARTEDÌ a partire dal 12 GENNAIO 2016 fino al 14 GIUGNO 2016, dalle ore 19.00 alle 21.00, alla piscina coperta del Centro Riabilitativo di via Fago 14 a Bolzano. Quattro passi in acqua, qualche nuotata, un po' di movimento e libere conversazioni nell'acqua calda. Per sole donne. Contributo di partecipazione da gennaio a maggio: Euro 12,00. Volontarie coordinatrici: Rosanna Stoffie e Renata Lupi.



Computer, caffè, conversazioni e...

Tutti i GIOVEDÌ a partire dal 7 GENNAIO 2016 fino al 26 MAGGIO 2016, dalle ore 15.00 alle ore 17.00 presso la sede "I Funamboli", via Vittorio Veneto 68 A - Bolzano. Contributo di partecipazione da gennaio a maggio 2016: Euro 12,00. Grazia Andrich, esperta nell'uso "leggero" del computer, insegnerà a navigare in Internet e a utilizzare i Social Network, tra una tazza di the o di caffè, qualche biscottino, dialoghi, chiacchierate, conversazioni e tanto altro... Volontario coordinatore: Lucio Fossati



Tanznachmittage mit Maurizio

Jeden FREITAG, ab 15. JANUAR 2016, bis zum 27. MAI 2016, von 15.00 Uhr bis 16.15 Uhr, im Theatersaal „E. Lovera“, Giuseppe Rauzi Platz Nr. 3 - Bozen. Tanzlehrer: Maurizio Cristofolini, Animateur.
Ehrenamtliche Koordinatorin: Renata Lupi



Fotografieren mit Marina Coli

FREITAG: am 8. und 22. Januar, 5. und 19. Februar, 4. und 18 März, 15. und 29. April, 20. und 27. Mai 2016, von 15.00 bis 17.00 Uhr, am Sitz der „Seiltänzer“, in der Vittorio Venetostr.68/A, in Bozen. Am Freitag wird in der Gruppe über die Erfahrung im Fotografieren nachgedacht und es wird über gemeinsame oder individuelle Gefühle gesprochen, die durch das Objektiv der Fotokamera erweckt und gewonnen wurden.

SAMSTAG: am 9. und 23. Januar, 6. und 20. Februar, 5. und 19. März, 16. und 30. April, 21. und 28. Mai 2016 von 10.00 bis 12.00 Uhr, geht es los auf Entdeckung von Motiven, Eindrücken, Perspektiven für neue Aufnahmen und neue Fotoabenteuer.

Leitung und Begleitung der Gruppe: Marina Coli, Fotokünstlerin.
Ehrenamtlicher Koordinator: Lucio Fossati.



Kreatives Schreiben mit Silvana Nobili

Den 20. MÄRZ, 17. APRIL, 22. MAI 2016 von 14.30 bis 17.00 Uhr.
Im Sitz „Die Seiltänzer“, Vittorio Venetostraße Nr. 68 A - Bozen.
Silvana Nobili, Pädagogin und pensionierte Lehrerin für literarische Fächer befasst sich auch mit Umwelterziehung und Natur-Theater, weiterhin lehrt sie Kreatives Schreiben und ist Dozentin für Kreative Bewegung, sowie Expertin Autobiographischer Techniken. Sie übt ihre Tätigkeiten in Zusammenarbeit mit lokalen und nationalen Ämtern und Organisationen aus.
Ehrenamtliche Koordinatorin: Rita Marzari



Und dann... die besonderen Gelegenheiten

„Kurze Weiße Woche“ in Toblach: 15-19 Februar 2016

Faschingsfest: Donnerstag, den 4. Februar 2016

Winterausflug

Meeresaufenthalt

Kulturelle Führungen und Vieles mehr...



Da das Zentrum Lovera erst ab 11. Jänner wiedereröffnet und für die Tätigkeiten zur Verfügung steht, können auch unsere Treffen im Jahr 2016 nicht vor diesem Datum beginnen. Sonstige Bedingungen: Bei der Teilnahme von mehreren wöchentlichen, von Fachleuten geleiteten Tätigkeiten, wird eine Reduzierung von 50% gewährt.

Für weitere Auskünfte: Mariuccia Christille „Il Nostro Spazio-Ein Platz für uns“
Tel. 0471/301416 von 9 Uhr bis 12 Uhr. Neue Adresse: Am Alten Rathaus Nr. 8,
(Unter den Lauben Nr. 30) 39100 Bozen. E-mail: segreteria@ilnostrospazio.it

Sonderausgabe der Zeitschrift „Spaziosissimo/T-Raumschiff“ Nr. 1-2, 2015
DEZEMBER 2015, Herausgeberinnen Milena Cossetto und Emanuela Diodà.
Zeichnungen von Stefania Poli.

Litotipografia Alcione - Lavis (TN), Dezember 2015.



Il Nostro Spazio - Ein Platz für uns

Menschliche Begegnungen, Erfahrungen, Annahme, Solidarität
mit dem psychischen Leiden für eine neue Kultur der Kommunikation
zwischen Einzelnen und in der Gruppe

Tätigkeitsprogramm Januar-Mai 2016



Treffen im Schwimmbad mit Monica Fattor

Jeden MONTAG, ab 11. JANUAR 2016 von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr, bis zum 30. MAI 2016 im „Blindenzentrum“, Schießstandweg Nr. 36 - Bozen
Kosten für den Zeitraum JANUAR-MAI: 12,00 Euro
Monica Fattor ist Schwimmlehrerin. Seit mehr als zehn Jahren arbeitet sie mit dem Verein „Il Nostro Spazio – Ein Platz für Uns“.
Ehrenamtlicher Koordinator: Lucio Fossati



Singkreis mit Maria Paola Asson

MONTAG, den 11. und 25. JANUAR, den 15. und 29. FEBRUAR, den 14. und 21. MÄRZ, den 4. und 18. APRIL, den 2. MAI 2016 von 16.45 Uhr bis 18.15 Uhr, im Sitz „Die Seiltänzer“, Vittorio Venetostraße Nr. 68 A - Bozen
Kosten für den Zeitraum JANUAR-MAI: 12,00 Euro
Maria Paola Asson unterrichtet Italienisch in den deutschen Schulen. Sie befasst sich mit Volkskulturen, speziell auch mit Südtiroler Volksmusik.
Ehrenamtliche Koordinatorin: Ada Faes



Was gibt es Neues?

Zeitungen lesen, Kaffee und Kuchen mit Mauro und Vera

Jeden DIENSTAG, ab 12. JANUAR 2016 bis zum 31. MAI 2016, von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr, im Sitz „Die Seiltänzer“, Vittorio Venetostraße Nr. 68 A – Bozen.

Mauro ist ein aufmerksamer Kenner der lokalen und nationalen Presse.
Ehrenamtliche Koordinatoren: Mauro und Vera Bocuzzi



Körperausdruck – Rhythmus und Bewegung mit Ilaria Neri

Jeden MITTWOCH, ab 13. JANUAR 2016, von 15 bis 16 Uhr, bis zum 8. JUNI 2016 im Theatersaal des Zentrums „Ermete Lovera“, am Don Giuseppe Rauzi Platz, Nr. 3 - Bozen

Die Sportlehrerin Ilaria Neri fördert in der Bewegung einen freien Körperausdruck und die Authentizität der Person.

Kosten für den Zeitraum Januar-Juni: 12,00 Euro

Ehrenamtliche Koordinatorin: Giannina Barbacetto



Treffpunkt

Jeden DIENSTAG, ab 12. JANUAR 2016 von 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr, im „Drei Heiligen-Saal“, C. Battististraße Nr. 35 - Bozen.

Gemeinsam eine Tasse Kaffee trinken, ein Stück Torte essen, ein Gesellschaftsspiel, eine kleine Plauderei lassen Eintönigkeit und Langeweile verschwinden und schaffen eine Atmosphäre der Freundschaft. Man lernt andere Menschen kennen und kann gemeinsam abwechslungsreiche Nachmittage planen.
Ehrenamtliche Koordinatorin: Rita Marzari



Treffpunkt

Jeden MITTWOCH, ab 13. JANUAR 2016, von 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr, im Sitz „Die Seiltänzer“, Vittorio Venetostraße Nr. 68 A – Bozen.

Gemeinsam eine Tasse Kaffee trinken, ein Stück Torte essen, ein Gesellschaftsspiel, eine kleine Plauderei lassen Eintönigkeit und Langeweile verschwinden und schaffen eine Atmosphäre der Freundschaft. Man lernt andere Menschen kennen und kann gemeinsam abwechslungsreiche Nachmittage planen.

Piano-Bar mit Cristina Micheletti: den 20. Januar, 27. Februar, 13. März, 20. April, 25. Mai, 16,30-17,30.

Ehrenamtliche Koordinatorin: Anna Pedenzini



Yoga mit Renata de Chiusole

Ab 12. JANUAR 2016 treffen wir uns jeden DIENSTAG, von 15.45 Uhr bis 17.00 Uhr, bis zum 31. MAI 2016 in der Turnhalle des Realgymnasiums „E. Torricelli“, Rovigostraße Nr. 42 - Bozen. Kosten für den Zeitraum JANUAR-MAI: 12,00 Euro. Renata de Chiusole ist Yogalehrerin; sie hat seit Jahren in vielen Organisationen einen „weichen“ Ansatz der Praxis und Theorie des Yoga eingeführt und gefördert.

Ehrenamtliche Koordinatorin: Franca Millo



Aquarelle mit Mara Rauzi

Ab 14. JANUAR 2016 treffen wir uns jeden DONNERSTAG, bis zum 26. MAI 2016, von 14.45 Uhr bis 17,30 Uhr, im Theatersaal „E. Lovera“, Giuseppe Rauzi Platz Nr. 3 - Bozen.

Kosten für den Zeitraum Januar-Mai: 12,00 Euro.

Mara Rauzi, Malerin, Graphikerin, Illustratorin, Lehrerin ist Mitarbeiterin des Vereins seit seiner Gründung.

Ehrenamtliche Koordinatorin: Rosanna Stoffie



Schwimmen für Frauen

Jeden DIENSTAG, ab 12. JANUAR 2016, bis zum 14. JUNI 2016, von 19.00 bis 21.00 Uhr, in der Schwimmhalle des Rehasentrums, in der Fagenstr. 14, in Bozen.

Ein paar Schritte im Wasser, ein bißchen Schwimmen, Bewegung und Unterhaltung in warmem Wasser. Nur für Frauen.

Kostenbeitrag von Januar bis Mai 2016: Euro 12.

Ehrenamtliche Koordinatorin: Rosanna Stoffie und Renata Lupi.



Computer, Kaffee, Gespräche und...

Jeden DONNERSTAG, ab 7. JANUAR 2016, bis zum 26. MAI 2016 von 15.00 bis 17.00 Uhr, am Sitz der „Seiltänzer“ in der Vittorio Venetostr- 68/A, in Bozen. Kostenbeitrag von Januar bis Mai 2016: Euro 12,00.

Grazia Andrich wird mit ihrer langjährigen Erfahrung in einem „leichten“ Zugang zum Computer Interessierte in die vielfältige Nutzung desselben einweisen.

Ehrenamtlicher Koordinator: Lucio Fossati.