



laboratori centro cure di sostegno  
**PROGRAMMA** luglio 2026



**SANT'ANNA**  
*Centro di Cure di Sostegno*

MEMBRO DI RETE SANT'ANNA

# Programma dei laboratori di cure di sostegno

Il nuovo **Centro di cure di sostegno della Clinica Sant'Anna** propone laboratori pensati per tutti i pazienti affetti da una malattia grave o cronica, offrendo loro così la possibilità di contribuire attivamente al miglioramento della propria qualità di vita, sia dal punto di vista fisico che psicologico e sociale. Questi laboratori sono aperti a tutti e sono offerti gratuitamente da Genolier Foundation.

## LUGLIO 2026

### Agopuntura

Antichi aghi, moderna consapevolezza: riequilibra il flusso energetico del tuo corpo e ritorna in armonia.

- Martedì 07.07 | 15:00 - 16:30
- Martedì 21.07 | 15:00 - 16:30

### Arteterapia

Utilizza il processo creativo e l'espressione artistica come strumenti per favorire il benessere emotivo, la comunicazione e la crescita personale.

- Martedì 07.07 | 10:30 - 12:00
- Martedì 21.07 | 10:30 - 12:00

### Campane tibetane

Bagni armonici che rigenerano corpo e mente attraverso vibrazioni terapeutiche.

- Martedì 14.07 | 15:00 - 16:30
- Martedì 28.07 | 15:00 - 16:30

### Musicoterapia

Le vibrazioni dell'arpa e la musica al servizio della riabilitazione cognitiva e dell'equilibrio psicofisico.

- Martedì 14.07 | 13:30 - 15:00
- Martedì 28.07 | 13:30 - 15:00

### Programmazione neurolinguistica

Comunicazione autentica e dialogo come strumenti per trasformare le relazioni e il benessere personale.

- Martedì 14.07 | 10:30 - 12:00

### Yoga

Movimento consapevole e respiro uniti per ritrovare forza, flessibilità e pace interiore.

- Giovedì 09.07 | 15:00 - 16:30
- Giovedì 23.07 | 15:00 - 16:30

## Ergoterapia

Recuperare autonomia e significato nella propria quotidianità attraverso l'adattamento dell'ambiente e delle attività.

- Giovedì 16.07 | 15:00 - 16:30
- Giovedì 30.07 | 15:00 - 16:30

## FisioPilates

Esercizi mirati che combinano forza, elasticità e consapevolezza per un benessere completo del corpo.

- Martedì 07.07 | 13:30 - 15:00
- Martedì 21.07 | 13:30 - 15:00

## Ipnosi

Uno spazio sicuro per rallentare, alleggerire la mente e riconnettersi alle proprie risorse interne.

- Giovedì 02.07 | 13:30 - 15:00
- Giovedì 16.07 | 13:30 - 15:00
- Giovedì 30.07 | 13:30 - 15:00

**I laboratori si tengono presso lo spazio m'amie club, situato al 4° piano dello stabile Villa Anna 2, in via Sant'Anna 7 a Sorengo. I posti sono limitati.**

## Contatto

Se desiderate partecipare alle attività o se il vostro medico ve lo consiglia, fissate un appuntamento con i nostri **gestori sanitari** al numero **0800 225 225** oppure via e-mail [info@retesantanna.ch](mailto:info@retesantanna.ch) per un colloquio preliminare.

Per ulteriori informazioni sul centro e tutte le attività proposte cliccare o scansionare il QR-code oppure telefonare al numero seguente: **+41 79 309 83 35**.

## Nutrizione

Alimentazione consapevole come fondamento del benessere: scopri come nutrire corpo e mente.

- Venerdì 03.07 | 13:30 - 15:00
- Venerdì 10.07 | 13:30 - 15:00
- Venerdì 17.07 | 13:30 - 15:00
- Venerdì 24.07 | 13:30 - 15:00
- Venerdì 31.07 | 13:30 - 15:00

## Breathwork e life coaching

Respirazione consapevole e accompagnamento per ritrovare equilibrio e affrontare le sfide con maggiore chiarezza.

- Venerdì 03.07 | 15:00 - 16:30
- Venerdì 10.07 | 15:00 - 16:30
- Venerdì 17.07 | 15:00 - 16:30
- Venerdì 24.07 | 15:00 - 16:30
- Venerdì 31.07 | 15:00 - 16:30

## Riflessologia facciale

Stimolazione delle zone riflesse sul viso per regolarizzare il corpo, ridurre dolore, stress e ansia senza effetti collaterali

- Martedì 28.07 | 10:30 - 12:00



Clinica Sant'Anna · via Sant'Anna 1 · CH - 6924 Sorengo · Tel. +41 91 985 12 11 · [www.clinicasantanna.ch](http://www.clinicasantanna.ch)



Questi laboratori sono offerti da Genolier Foundation, consentendo così a chiunque di poterne beneficiare, indipendentemente dalle proprie disponibilità economiche. Volete contribuire a garantire la continuità di questo sostegno? Allora fate una donazione tramite Twint: ogni franco conta! Grazie di cuore!