

VareseNews

Il “laboratorio Dakka” per ritrovare armonia tra mente e corpo

Pubblicato: Mercoledì 4 Novembre 2015



Al via a Gallarate i laboratori Dakka promossi dall'associazione Ali Rosse: **martedì 10 novembre** inizia l'attività dei Laboratori Dakka voluti da **Jacopo Laudi**, per favorire occasioni di incontro e scambio in una dimensione di solidarietà sociale.

Il primo laboratorio è finalizzato a insegnare ai partecipanti a **rilassarsi attraverso gli esercizi di training autogeno** per migliorare la propria autoconsapevolezza e ritrovare l'armonia tra mente e corpo. Gli incontri si terranno dalle 16 alle 17 nei locali messi a disposizione da **AUSER Insieme di Gallarate**. La prima edizione di training autogeno si svolgerà nei giorni 10, 17 e 24 novembre, 15 e 22 dicembre, 13 e 20 gennaio 2016. I gruppi saranno condotti dalle psicologhe e psicoterapeute Raffaella Berto e Simona Milani. La partecipazione agli incontri è a offerta libera. È necessaria l'iscrizione telefonando al numero 3409628382, o inviando una e mail ad alirrosse.jacopolaudi@gmail.com

Da gennaio inizieranno anche i laboratori dedicati alle attività espressive, dall'arteterapia alla scrittura autobiografica alla meditazione. Il progetto DAKKA, nasce da un'idea e da un racconto scritto da Jacopo Laudi, che, prima di morire, ha espresso il desiderio che ci occupassimo di attivare dei laboratori aperti a tutti, persone malate e non, ove svolgere attività espressive multidisciplinari finalizzate a prevenire l'isolamento sociale legato alla sofferenza e ad aiutare le persone a essere maggiormente consapevoli delle proprie emozioni, dare voce ai propri vissuti emotivi, riconoscere emozioni positive e riuscire a trasmutare quelle negative.

Il programma Dakka ha ottenuto il **riconoscimento da parte della Fondazione Comunitaria del Varesotto Onlus** con l'ammissione al contributo del progetto presentato da Ali Rosse. Importante anche la collaborazione di Organizzazioni no profit e di privati, Auser Insieme di Gallarate e l'Istituto Wolpe di Besozzo, per la messa a disposizione dei locali ove svolgere le attività Dakka.

L'Associazione Jacopo Laudi Ali Rosse onlus è nata per realizzare **il progetto socio sanitario indicato da Jacopo, ventiduenne scomparso nel 2010 a causa di una leucemia**: Ali Rosse è presente anche nell'Ospedale di Gallarate con un gruppo di volontari per le attività di accoglienza e supporto ai malati e ai loro famigliari nel reparto di Oncologia, diretto da Salvatore Artale e nel Centro di Senologia, la cui responsabile è Silvana Monetti, Centro che fa capo all'Unità operativa di Chirurgia diretta da Angelo Benevento.

Ali Rosse sostiene la ricerca per il miglioramento delle cure in campo oncologico attraverso la sovvenzione di borse di studio, grazie alla generosità di molti benefattori e a eventi che l'Associazione organizza per la raccolta fondi.

L'Associazione Ali Rosse, rispettosa dei principi, valori e insegnamenti che Jacopo ha testimoniato nel suo quotidiano impegno nelle attività di solidarietà sociale e di cooperazione, è iscritta al Registro regionale delle organizzazioni di volontariato. È inoltre convenzionata con l'Azienda ospedaliera Sant'Antonio Abate di Gallarate.

Presidente dell'Associazione è Teresa Brovelli, mamma di Jacopo.

Chi volesse prendere parte alle attività dell'Associazione può telefonare ai numeri 3409628382 338 9111083 – 3406439531, oppure inviare una mail a teresa.brov@libero.it

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it