

CORPO IN GIOCO

Attraverso il gioco, il movimento e l'esperienza corporea, i bambini sviluppano competenze motorie, relazionali ed emotive, migliorando attenzione, concentrazione, autoregolazione e consapevolezza del proprio corpo in un ambiente accogliente.

Destinatari: bambini dai 3 ai 5 anni

Quando: giovedì con cadenza quindicinale dalle 16:00 alle 17:00

Con: Giuliana Vegini

STAGIONI CREATIVE: LABORATORI DI ARTE IN MOVIMENTO TRA NATURA, CULTURA E RELAZIONI

MANI CHE RACCONTANO

Laboratorio creativo intergenerazionale

Dove: Fondazione Martino Zanchi di Alzano Lombardo

Quando: giovedì dalle 16:30 alle 18:00

Destinatari: bambini e ragazzi dai 6 ai 13 anni

Con: Beatrice Crotti

DanzaMovimentoTerapia

Individuale o piccolo gruppo

Sviluppa l'integrazione tra la mente, il corpo e le emozioni.

Rivolto a:

- Bambini/e con bisogni speciali: ADHD, spettro autistico e BES
- Adolescenti: gestione di ansia e stress nei momenti di crescita.

Su appuntamento, prenotando al numero 375 1029353

Colloqui di core counseling con Roberta Rota

Consulenze per famiglie

Quando: una volta al mese il mercoledì

Con: Silvia Conti

“Le uniche cose che ti appartengono davvero sono i tuoi sogni e la libera volontà di vivere la vita nel modo in cui desideri farlo. Tutto il resto lo prendiamo soltanto in prestito.”

Sergio Bambarén

DOVE SIAMO E CONTATTI

Via Marconi 7, Alzano Lombardo (BG)

www.lapentoladoro.org

Per info e iscrizioni

Telefono: 375 1029353 (pomeriggio dal lunedì al venerdì)

Email: info@lapentoladoro.org



LA PENTOLA D'ORO

Associazione no profit
2026-2027

**LABORATORI PER IL BENESSERE
DI BAMBINE E BAMBINI,
RAGAZZE E RAGAZZI**



CHI SIAMO? A CHI CI RIVOLGIAMO?

Siamo un'associazione no-profit nata nel 2021 ad Alzano Lombardo e ci impegniamo a promuovere il benessere di bambini, ragazzi e delle loro famiglie. Attraverso percorsi, laboratori favoriamo l'autostima, il rispetto delle diversità e l'espressione di sé, creando un ambiente accogliente, stimolante e inclusivo.

Il nostro invito è rivolto a famiglie, associazioni, scuole ed enti che condividono la nostra visione di una comunità in cui ogni persona possa crescere, esprimersi e sentirsi valorizzata.

In questo volantino trovi i nostri percorsi annuali.

I laboratori inizieranno **lunedì 5 ottobre**.

Visita il nostro sito per scoprire tutti i laboratori, gli appuntamenti e gli eventi speciali.

MUSICA INSIEME

Attraverso la musica, esprimere emozioni e promuovere il benessere fisico, psichico e sociale, facendo musica insieme senza necessità di conoscere la notazione musicale.

Destinatari: ragazzi dagli 8 agli 11 anni

Quando: giovedì, dalle 16:30 alle 17:30 con cadenza quindicinale

Con: Alice Alborghetti

PSICOMOTRICITÀ CIRCENSE

Un percorso per scoprire capacità motorie, creative e comunicative.

Quando: lunedì con cadenza quindicinale dalle 16:00 alle 17:00

Con: Nicola Suman

DIVERTIRSI AD ARTE

Esprimere pensieri, sensazioni ed emozioni con gesti, segni, colori e forme.

Destinatari: dai 5 anni in su

Quando: sabato, dalle 10:00 alle 12:00

Con: Maria Rosa Nani

FOCUSING PER TUTTI

È un approccio esperienziale che aiuta bambini e adolescenti a sviluppare ascolto di sé, consapevolezza emotiva e fiducia nelle proprie risorse interiori. Le sue pratiche sono utili anche per adulti, educatori, insegnanti, genitori e per chiunque voglia approfondire l'ascolto del corpo e delle emozioni.

Quando: mercoledì dalle 18:00 alle 19:00

Con: Livia Rota

MINDFULNESS

Per cambiare il rapporto con pensieri ed emozioni, migliorando autostima, riducendo stress e favorendo la concentrazione.

Destinatari: età 8-15 anni

Quando: giovedì dalle 18:00 alle 19:00

Con: Roberta Rota

YOGA IN CRESCITA

Praticare yoga non è fare ginnastica, non è solo fare "posizioni" è un modo di Essere, è unire corpo, mente e cuore.

Percorsi pedagogici per l'età evolutiva dai 5 ai 14 anni

Dai 5 ai 10 anni: martedì dalle 17:00 alle 18:00

Dagli 11 ai 14 anni: martedì dalle 18:15 alle 19:15

Con: Angela Mora

ESPLORAZIONI CREATIVE

Ispirato all'arteterapia, il laboratorio propone attività per favorire libertà espressiva, sostenere lo sviluppo emotivo e promuovere il benessere personale.

Destinatari: età 6-10 anni

Quando: lunedì pomeriggio con cadenza quindicinale dalle 17:15 alle 18:45

Con: Antonia Gobbo

COMPITI INSIEME

Uno spazio dove svolgere i compiti e ricevere sostegno emotivo.

Destinatari: bambini della primaria (6-10 anni)

Quando: mercoledì dalle 16:00 alle 17:30

Con: Alice Galizzi

SUPPORTO ALLO STUDIO

Uno spazio accogliente per studiare e rielaborare i pensieri, con una persona pronta ad ascoltare e offrire supporto.

Destinatari: ragazzi della scuola secondaria di I e II grado

Quando: sabato dalle 14:30 alle 16:30

Con: Fabio Cortinovis

SUPPORTO ALLO STUDIO INFORMATICO

Un informatico sistemista (Leandro Pierguidi) supporterà i ragazzi nello studio dell'informatica.

Destinatari: ragazzi dai 13 ai 18 anni

Riceve su appuntamento e fornisce consulenze informatiche da remoto.

Per informazioni o per fissare un appuntamento, telefonare al numero

375 1029353

PRONTI, PARTENZA... SCUOLA! INCONTRI DI LOGOPEDIA

Destinatari: bambini dai 5 ai 7 anni

Venerdì:

- **Dalle 16:30 alle 17:30:** alleniamo i prerequisiti degli apprendimenti
- **A seguire dalle 17:30 alle 18:30:** potenziamo gli apprendimenti

Con: Lisa Gotti