

## Sondrio

**La** Sezione Provinciale di Sondrio, valutati i benefici ottenuti dalle persone che hanno partecipato ai cicli di terapia in acqua presso la piscina di Sondrio, seguiti dallo Specialista in Fisioterapia Dott. Marco Gianoncelli, e agli incontri di gruppo sulle tecniche psicofisiche di rilassamento e sportello psicologico condotti dalla Psicologa Dott.ssa Federica Forni, ha organizzato nuovamente questi progetti con gli stessi Specialisti. ALOMAR finanzia agli utenti iscritti il 50% della spesa per i due cicli di terapia in acqua ed erogherà gratuitamente gli altri due servizi.

**Una** nuova esperienza associativa avrà inizio a gennaio con il corso terapeutico di movimento in musica tenuto dalla Specialista in Danzamovimentoterapia Dott.ssa Ilaria Negri.

Con questa iniziativa la Sezione di Sondrio intende offrire ai malati reumatici, oltre alle proposte tradizionali di movimento terapeutico, la possibilità di apprendere e di sperimentare come attraverso la musica e l'immaginazione i dolori e le tensioni possono sciogliersi favorendo quindi un miglio-

mento psico-fisico.

**La** Sezione inoltre, grazie ai contributi di Enti territoriali e donazioni dei cittadini Valtellinesi, ha recentemente acquistato un apparecchio per la riabilitazione passiva dell'arto superiore (polso, gomito, spalla), una poltrona basculante, una lente ottica e un software per l'aggiornamento del capillaroscopio che saranno donati al Presidio Ospedaliero di Sondrio.

**L'**appuntamento con il mercatino di Natale, in cui troverete tantissimi lavori realizzati a mano, sarà nei giorni 10 e 11 dicembre presso la portineria dell'Ospedale di Sondrio.

**Anche** il divertimento non manca: in programma per gli associati e i simpatizzanti ci sono due momenti aggregativi da trascorrere in allegria.

Il 30 novembre si è svolto il pranzo al Ristorante Salyut di Berbenno allietato da musica, balli e intrattenimenti vari.

Il 18 gennaio giornata di divertimento e cultura; tutti in pulman per la gita a Bergamo. Visiteremo il museo e la mostra dei presepi, pranzeremo in compagnia e poi "dondoleremo" sulla funicolare per una

discesa panoramica.

Per informazioni più dettagliate sulle nostre attività, i volontari invitano tutti i navigatori on-line a visionare il sito della nostra Sezione [www.alomarsondrio.it](http://www.alomarsondrio.it)