



Gruppi regionali della Società svizzera SM

Volete conoscere persone che convivono con la vostra stessa malattia e che abitano vicino a voi? Nei Gruppi regionali della Società svizzera SM potrete incontrare altre persone con SM o i loro familiari e svolgere diverse attività insieme.

I punti più importanti in sintesi

- I Gruppi regionali offrono un programma per il tempo libero alle persone con SM e ai loro familiari.
- Il contatto umano, il confronto e la condivisione delle esperienze rivestono particolare importanza.
- Esistono anche gruppi tematici specifici dedicati a sport, arte e altre attività.
- I Gruppi regionali sono un servizio offerto dalla Società svizzera SM in tutto il Paese.

I Gruppi regionali costituiscono parte integrante dell'attività della Società SM in tutto il Paese. Presenti in tutta la Svizzera, accolgono persone di ogni età. Tali gruppi mirano a sostenere le



persone con SM proponendo loro un variegato programma di svago a livello regionale. A volte offrono anche un servizio di trasporto o di visita a domicilio. I Gruppi regionali costituiscono un punto di riferimento per varie questioni sulla sclerosi multipla e fungono da punto di contatto con altri servizi della Società SM.

Ogni Gruppo regionale è composto da persone con SM e volontari. Il programma annuale viene definito e svolto da un gruppo di lavoro. Le risorse finanziarie provengono da donazioni e dalla Società SM.

Attività

I Gruppi regionali propongono regolarmente una ricca offerta di incontri:

- Incontri sociali
- Gite e manifestazioni culturali
- Sport e attività per il tempo libero
- Incontri mensili
- Servizi di visita a domicilio e di trasporto

Come partecipare

- Le persone con SM e i volontari possono diventare membri di un Gruppo regionale.
- Chiamando l'Infoline SM si può capire qual è il Gruppo regionale che risponde alle vostre esigenze.

- Sul sito web della Società SM sono disponibili ulteriori informazioni sui Gruppi regionali: www.sclerosi-multipla.ch

Gruppi sportivi e attività fisica

Le persone con SM appassionate al movimento, si riuniscono regolarmente in varie località della Svizzera, nel rispetto dei limiti individuali di tutti e fedeli al motto «Ognuno come può». Le lezioni, svolte da professionisti, riservano particolare attenzione agli esercizi di sensomotricità, stabilità, coordinazione, forza (del tronco) e resistenza. Nella Svizzera italiana un'offerta di Atelier sul movimento è svolta dalla Società SM in collaborazione con la Scuola Club di Migros Ticino.

Altre attività

Negli ultimi anni la grande varietà di interessi all'interno dei Gruppi regionali ha portato alla nascita di ulteriori gruppi incentrati su temi specifici,

tra cui: nuoto/aqua-gym, corsa, danza su sedia a rotelle, yoga, pilates, arteterapia, ceramica, bricolage e meditazione.

Per ricevere informazioni sui servizi offerti dai rispettivi Gruppi regionali basta rivolgersi al Responsabile del gruppo o mettersi in contatto con la Società SM tramite la nostra Infoline SM.



Infoline SM

091 922 61 10

Lunedì – giovedì,
ore 10.00 - 12.00 e 13.00 - 17.00
(chiuso il mercoledì pomeriggio e venerdì)



Società svizzera sclerosi multipla

Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno

Informazioni: www.sclerosi-multipla.ch / 091 922 61 10

info@sclerosi-multipla.ch



La Società SM non accetta alcun sostegno finanziario dall'industria farmaceutica. Grazie per la Vostra donazione!