Hanno collaborato con noi :

Associazione Arkis, ASD OliTango , Ing. Daniela Carboni, Scuola Olistica Albero della Vita, Solveig Toffolo, Bologna Dentro Porta in Transizione, Associazione Amici di Tamara e Davide, Paola Palmi, Gianluca Bersaglia, Satyaom - Longeva S.S.D., Open Group Coop.Sociale, Associazione I Castellacci di Danu, Associazione Damanhur Bologna e Coop.Onlus, "Pegaso", "C'era una volta il cane" e "Canile Intercomunale Savena - Coop.Sociale Lo Scoiattolo", Nordik Walking Bologna ASD, Polisportiva Sport 2000, Dott.ssa Cristina Badea, Predieri Marilena, Roberta Borghesi, "Passi di Salute", Ass. Ting Spazzavento, Ass. E Bene Venga Maggio, Mario Andreoli.

RISTORANTI E BAR DI LOIANO

Proporranno menu , aperitivi e merende a tema

BAR POSTA aperitivo ,BAR NALDI aperitivo, ROSTICCERIA PASTA FRESCA CON CUCINA merenda e pranzo , PIZZERIA RISTORANTE ANTICA CORONA pranzo e cena , BAR BENVENUTI aperitivi e pranzo , RISTORANTE BENVENUTI pranzo e cena , BAR DELL'ANGOLO aperitivi e merenda , RISTORANTE PIZZERIA ANTICO STRADELLO aperitivi e pranzo , LA BARACCHINA aperitivi e pranzo, PUB SOILER TRIS aperitivo serale , BAR GELATERIA DOLCE NEVE merenda

Questo progetto è stato ideato per stimolare, diffondere e "Coltivare Benessere" nelle Valli del Savena e dell'Idice per condividere insieme un percorso creativo, divertente ed esperienziale, per nuovi stili di vita in grado di restituire valore alle persone e al territorio, in questo momento di transizione economica e sociale.

"Coltivare benessere" comprende un <u>evento principale</u> di una giornata e diverse iniziative "satellite" dislocati in diverse località delle valli del Savena e dell'Idice, per realizzare un "circuito" in continua evoluzione.
Tutto in sintonia con i principi ispiratori legati al Benessere nelle sue diverse forme e contraddistinti da un nome e un logo comune, che fa riferimento all'intero progetto.

Considerando tutto questo come un "investimento" sul benessere futuro: nostro, della comunità e del territorio in cui viviamo, le persone e i gruppi aderiscono al progetto in modo completamente gratuito, con la volontà e l'entusiasmo di mettere a disposizione di tutti le proprie risorse e conoscenze culturali, tecniche, esperienziali…

Informazioni

A. Ventura: 392 800 6871- **E. Dallavalle:** 347 482 5062

S. Calzoni: 339 7185920

coltivarebenessere@outlook.it

Coltivare Benessere nelle Valli Savena e Idice

Patrocinio e Collaborazione di

DOMENICA 17 MAGGO 2015

LOIANO

DALLE ORE 10.00

Lungo via Roma

L'Associazione

"Le Valli di Lila",

organizza la 1° giornata evento di

COLTIVARE BENESSERE

In caso di maltempo il programma potrà subire variazioni di orari e luoghi delle attività

PROGRAMMA DELLA GIORNATA

CONFERENZE

Biblioteca Comunale

Ore 10.00 "Muoversi contro la sedentarietà"

Ore 11.00 "Tocco Buono, l'importanza del contatto per i bambini"

Ore 12.00 "La Casa come fonte di Benessere"

Ore 15.00 "Conversazione con Angela Mina di Auroville India: Vivere il Benessere tra Oriente e Occidente"

Ore 16.00 "Le Essenze Floreali: Fiori di Bach, Californiani e Australiani"

Sala del Consiglio Comunale

Ore 10.00 "L'Haloterapia: un rimedio naturale per le vie respiratorie e la pelle"

Ore 11.00 "Il mal di schiena causa e rimedi"

Ore 15.00 "I test posturali nel bambino"

Sala Ovale Piano Terra –Ingresso Piazza D.Alighieri

Ore 14.00 "Approccio olistico nella disabilità"

Sala Ovale 1° Piano –Ingresso Piazza D. Alighieri

Ore 16.00 "Numerologia: scienza antica per autoconoscersi"

Sala Emilbanca G.Baldassarri

Ore 11.00 "I nuovi agricoltori delle Valli Savena e Idice"

LABORATORI

Piazza D.Alighieri

Intera giornata: Canile Savena ed educatori cinofili al lavoro

Percorso di Mobility per il cane ed il suo padrone

Attività per bambini

Sala del Consiglio Comunale

Dalle ore 16.00 "Laboratorio di Teatro in Transizione"

Sala Ovale 1° Piano –Ingresso Piazza D. Alighieri

Ore 10.00 e Ore 15.00 "Il benessere della terza età"

Ore 11.00 "Da Storia nasce Storia" Benessere psicologico

Piazza del Comune

Ore 15.00 "I nostri movimenti e Saggio di Fitness"

Ore 16.00 "Giochi e assaggi di yoga per bambini e genitori "

Ore 16.00 "Benessere nelle mani" - introduzione allo Shatsu

Ore 17.00 "Camminando con lo Yoga"

Palestra scuole Elementari R. Mazzetti

Ore 10.00 "Yoga dinamico per il corpo e la mente"

Ore 11.30 "Laboratorio di Tango olistico per adulti. Non serve saper ballare tango!"

Ore 14.00 "Non importa quante ripetizioni fai ma come le fai. Muoversi per stare meglio!"

Ore 15.00 "Il metodo mio equilibrio"

Ore 17.30 "Il metodo Feldenkrais: le sue infinite possibilità per ritrovare la propria autonomia nella gestione del proprio corpo, emozioni e sensazioni"

Sala Emilanca G.Baldassarri

Ore 10.00 "La Biodanza: Musica, Emozione, Movimento"

Piazza dall'Olio

Ore 11.00 "Yoga e Capoeira. Incontro di culture, tradizioni e discipline"

Ore 14.00 "Being Energy: dagli antichi sciamani del Messico i movimenti, le respirazioni e meditazioni adatti ad ogni età per un maggiore equilibrio e vitalità"

Parco giochi ella Bocciofila - Via S. Margherita

Ore 9.30 e 11.30; Ore 15.30 e 17.00 "Prove pratiche di Nordik Walking"

BALLI E MUSICA

Piazza dall'Olio

Ore 15.00 "Concerto e Balli della Val di Savena"

Ore 17.00 "Esibizione di OliTango con musica dal vivo dei Suonatori della Valle del Savena"

Ore 17.30 "Il benessere a passo di danza...musica e balli del popolo dei Keltoi"

PASSEGGIATA

Ritrovo Piazza D. Alighieri

Ore 15.00 "Passi di Salute- Passeggiata al Boscaracio" (difficoltà media)

MOSTRE

Sala Ovale Piano Terra –Ingresso Piazza D.Alighieri

"Arte irregolare degli artisti di Marakanda"

Sala Emilbanca G.Baldassarri:

"Balli e canti popolari" - Fotografie di Mario Andreoli-