

Le serate di approfondimento di @-lato Laboratorio Culturale



16 febbraio 2017 – ore 21:00

Proiezione del film-documentario “L’economia della felicità”

Assisteremo insieme alla proiezione del film che analizza il mercato e la società dei nostri giorni, smontando con 8 semplici quesiti alcuni idiomi tipici legati alla globalizzazione. Al termine del filmato seguirà un dibattito tra i partecipanti.

Moderatore della serata *Cristiano Corghi* - Responsabile per il Nepal di Fondazione Senza Frontiere Onlus

16 marzo 2017 – ore 21:00

Sotto i nostri piedi: Terra

La relatrice ci illustrerà come riconoscere le diverse tipologie di terra dal colore e come “sentire” la terra e capire quale è più adatta per i nostri giardini e le nostre piante. Alla serata seguirà un pomeriggio in cui “ci sporcheremo le mani”...

A cura di *Marcellina Bertolinelli* - Laureata in scienze agrarie, professoressa universitaria e agronoma di professione



13 aprile 2017 – ore 21:00

Mangia con la testa e con il cuore: mindful eating

Impareremo a trasformare il pasto, spesso veloce e superficiale, in esperienza consapevole. Mindful eating vuol dire prestare attenzione all'alimentazione, esplorando il cibo attraverso i nostri sensi, osservando emozioni, pensieri e sensazioni fisiche legate al comportamento alimentare.

A cura di *Elena Piccoli* - Psicologa, psicoterapeuta e insegnante di “Mindfulness”

11 maggio 2017 – ore 21:00

L'immigrazione straniera: problema o risorsa?

L'evento è l'occasione per affrontare alcuni temi centrali come le problematiche e le prospettive in tema di immigrazione, valutando il ruolo potenziale degli operatori del settore nell'equilibrio internazionale.

A cura di operatori del settore moderati da *Cristiano Corghi*



15 giugno 2017 – ore 21:00

Viaggiatori o turisti? Vivere il viaggio in modo attivo e responsabile

Costruire il viaggio con le proprie mani, senza cadere nel turismo di massa e commerciale apre le porte a un modo di viaggiare che arricchisce interiormente il viaggiatore consentendogli di scoprire giorno per giorno un paese, la sua gente e se stesso.

A cura di *Matteo Sarzi Amadè* – Coordinatore di Avventure nel Mondo

@-lato - Fondazione Senza Frontiere Onlus

0376/775130 - 389/9027112 - alato.info@gmail.com - alessandra.cinquetti@gruppocastelli.com



segui su Facebook - pagina A-Lato Laboratorio Culturale



Come partecipare

La partecipazione è libera e aperta a tutti. Dato il numero limitato di posti è necessaria la prenotazione allo 0376.775130 - 389-9027112 oppure via e-mail a alato.info@gmail.com alessandra.cinquetti@gruppocastelli.com



Costi

La partecipazione è completamente gratuita.



Sede

Le serate avranno luogo presso la sede di Fondazione Senza Frontiere - ONLUS via S. Apollonio, 6 46042 Castel Goffredo (MN) all'interno del Parco Giardino Tenuta S. Apollonio



Indica nel calendario di seguito le serate di tuo interesse:

- 16/02/2017 - Proiezione del film-documentario "L'economia della felicità"
- 16/03/2017 - Sotto i nostri piedi: Terra
- 13/04/2017 - Mangia con la testa e con il cuore: mindful eating
- 11/05/2017 - L'immigrazione straniera: problema o risorsa?
- 15/06/2017 - Viaggiatori o turisti? Vivere il viaggio in modo attivo e responsabile

Nome	
Cognome	
Telefono	
E-mail	
Via/n.	
Comune	
Provincia	

