

NEL WEEK-END L'ASSOCIAZIONE "BRUCARE ONLUS" OSPITA L'INIZIATIVA "ESSERE IL CAMBIAMENTO - IL BENESSERE A 360°"

La due giorni, realizzata dalla rete di professionisti e associazioni "Positiva-Mente", proporrà degustazione di prodotti a "Km 0" e incontri, dibattiti e seminari sul benessere

Sabato 19 e domenica 20 settembre, presso la sede dell'Associazione "Brucare Onlus" sita in Contrada Piane Vomano, nella zona industriale di Roseto degli Abruzzi a Voltarrostro, si terrà l'iniziativa dal titolo **"Essere il Cambiamento - Il Benessere a 360°"**. La due giorni, realizzata in collegamento con "La settimana del cibo semplice", evento lanciato dalla piattaforma internazionale "Essere il Cambiamento", avrà come protagonisti diversi professionisti del territorio abruzzese che guideranno appassionati, curiosi e semplici cittadini alla scoperta di uno **"stile di vita più sano"**, a partire proprio dall'alimentazione.

L'evento organizzato dalla rete di professionisti teramani **"Positiva-Mente"**, con il patrocinio del **Comune di Roseto degli Abruzzi**, Assessorato all'Agricoltura, Coldiretti e Comunità Eritrea nell'Abruzzo, vedrà, nel corso del week-end, la sede dell'Associazione rosetana animarsi, dalla mattina alla sera tardi, grazie ad una serie di **appuntamenti, incontri, dibattiti, seminari e laboratori gratuiti**, per grandi e piccoli, con yoga, musicoterapia, bioenergetica, trattamenti osteopatici, ortoterapia, pet-therapy, onoterapia, avvicinamento al cavallo, yoga della risata, arteterapia, percorso fattoria, presentazione di libri, lettura animata per bambini, intrattenimento con i clown, degustazione di prodotti a "Km 0" e intrattenimento musicale serale. Oltre a questo ci saranno diversi appuntamenti come quello dedicato al Rito del caffè, a cura della **Comunità Eritrea nell'Abruzzo**, la Mostra del fotografo Cristian Palmieri, il "Battesimo della sella" a cura della Wild West Abruzzo, l'Aperitivo Zen della Lady Chef Giorgia Di Francesco e pranzi e cene a tema con prezzi speciali organizzati dall'**Associazione "Brucare Onlus"** in collaborazione con le altre associazioni presenti.

*"Sosteniamo da sempre con piacere e convinzione queste iniziative" sottolinea il Sindaco di Roseto degli Abruzzi, **Enio Pavone**. "La nostra Amministrazione punta alla valorizzazione del mondo agricolo in tutte le sue "sfaccettature" come dimostra la realizzazione, il mercoledì con la CIA ed il sabato con la Coldiretti, dei mercati contadini presso il Mercato Coperto di via Latini e l'adozione di un fondamentale strumento come il Regolamento di Polizia Rurale - prosegue il primo cittadino - a tal proposito abbiamo letto con piacere della volontà del Governo di abolire, dal 2016, l'IMU agricola. Noi, da parte nostra, avevamo già scelto di ridurla al 7,6 per mille, convinti dell'importanza di questo settore per il nostro territorio. Riteniamo sia essenziale avvicinare sempre più persone, ma soprattutto le nuove generazioni, a questo **mondo sano e produttivo** e, iniziative come questa, che si finanziano da sole e senza contributi pubblici, sono la dimostrazione delle grandi potenzialità di questo segmento. Invitiamo tutti i rosetani, ma non solo, a partecipare numerosi".*

Sabato pomeriggio, all'interno della manifestazione, ci sarà un **seminario dal titolo "Scegliere, Valorizzare, Guadagnare"** tra i cui relatori ci sarà il Vice-Sindaco ed Assessore all'Agricoltura, **Maristella Urbini**, che illustrerà l'esperienza dell'amministrazione rosetana e le iniziative portate avanti nel settore agricolo. *"Ringraziamo gli amici di "Brucare" e tutte le altre associazioni ed i professionisti teramani ed abruzzesi che hanno realizzato questo stupendo evento che porterà importanti relatori e testimonianze" dichiara la Urbini. "E' fondamentale tornare ad uno stile di vita più sano, attento, in linea con la natura ed i suoi dettami, che ci permetta di recuperare **benessere psico-fisico** ed un'alimentazione più sana".*

Ad organizzare l'iniziativa dal titolo "Essere il Cambiamento - Il Benessere a 360°" è "Positiva-Mente", una rete teramana di collaborazione tra professionisti di diversi ambiti che hanno un fine comune: **lavorare con le persone e per le persone nella ricerca di una migliore qualità della vita**, proponendo attività mirate ad incrementare il benessere psico-fisico e la consapevolezza di se stessi e delle proprie abitudini, con l'obiettivo di innescare un processo di cambiamento che permetta

a tutti, rispettando il tempo di ciascuno, di appropriarsi di uno stile di vita sano.

*“Siamo onorati di ospitare questo evento, che è ispirato da **“La settimana del cibo semplice”**, nella nostra sede e ringraziamo tutte le associazioni ed i professionisti amici che si sono messi a disposizione, con entusiasmo, per realizzare questo evento complesso e pieno di appuntamenti interessanti e coinvolgenti”* conferma il Presidente dell'Associazione “Brucare Onlus”, **Bruno Petrini**. *“Creare sinergie tra professionisti ed associazioni che lavorano in questi campi è fondamentale - aggiunge il Vice-Presidente, **Carlo De Lauretis** - lavoriamo a questo evento da prima dell'estate ed avremo con noi circa 30 associazioni da tutto l'Abruzzo, oltre 15 professionisti e 15 aziende che ci hanno sostenuto”*.

A presentare la manifestazione **tre professioniste rosetane** che, pur lavorando in diversi ambiti, hanno deciso di puntare, con forza, assieme ad altri colleghi sulla necessità di fare “gruppo”, creando una rete di professionisti a 360° che possa fornire servizi alla collettività in questo ampio settore. *“Siamo lieti poter mettere a disposizione la nostra professionalità con un evento di tale portata nella nostra città. Sabato 19 settembre protagonisti saranno il cibo e la nutrizione, domenica 20 settembre gli animali e la gestione dello stress, ma più in generale la due giorni offrirà tanti laboratori, spunti e opportunità formative”* conferma **Simona Prosperi**, Psicologa esperta in sport e performance coaching. *“Puntiamo a far conoscere alla gente nuove realtà nel campo della salute e del benessere, a partire dalla possibilità di curare corpo e mente prima dell'insorgere delle malattie stesse”* aggiunge **Alida Alvaro**, Psicologa e Musicoterapeuta. *“E' un piacere per tutti noi avere, come ospite d'onore dell'iniziativa, la Comunità Eritrea nell'Abruzzo che proporrà danza, folklore, ma anche cibo e rituali naturali lungo le due giornate”* conclude **Elisabetta Scognamiglio**, Fisioterapista e Osteopata.

Per **prenotare pranzi e cene a tema o i laboratori disciplinari** si possono contattare Bruno Petrini (338/9840153) o Alida Alvaro (329/3273699).

PROGRAMMA

SABATO 19 SETTEMBRE

“ALLA SCOPERTA DELLA NATURA E DELLA CULTURA”

9:00-12:30 - Attività rivolte ai ragazzi delle scuole medie e alle associazioni di persone diversamente abili:

- Animazione Clown- Pet-shop & Circus- Giulianova
- Musicoterapia- Dott.ssa Alida Alvaro, Dott. Valerio Fanelli e il musicista Daniele Spinelli- Circolo Culturale Chaikhana
- Yoga della risata- Dott.ssa Simona Prosperi
- Laboratorio interculturale - Comunità eritrea in Abruzzo
- Laboratorio del formaggio - Associazione Zoè - Sulmona
- Conosciamo il cane per la Pet-Therapy con Eliana Castellabate Educatore APCNC e Addestratore ENCI
- Attività complementare: onoterapia/ avvicinamento al cavallo/ visita alla fattoria e agli orti

- Colazione offerta da Brucare e i produttori “Km 0”
- Apertura stand “Km 0”
- Spazio aperto “Battesimo della sella” Associazione Wild West Abruzzo – Mosciano Sant’Angelo
- Mostra fotografica: “Paesaggi (in)naturali ” di Cristian Palmieri- Roseto degli Abruzzi

12:30 – Pranzo Brucare, Tuca-Tuca 2 e Lady Chef Abruzzo su prenotazione

“DALLA NATURA ALLA TAVOLA”

15:30

- Passeggiata alla scoperta delle erbe spontanee- Carlo De Lauretis e Roberta Tullii- Brucare onlus- Roseto degli Abruzzi

Spazio Seminari:

- Conferenza “DOULA: ASSISTENTE AL PUERPERIO”, presentazione progetto “Una doula nel parco”- Associazioni Movimento Zoè, Maternatura e Doule Abruzzo- Sulmona
- Metodo BATES- Dott.ssa Vanina Ambrosini- Educatrice visiva

16:30

- Laboratorio di cucina e nutrizione sana -Brucare onlus, la Lady Chef Abruzzo del Tuca-Tuca 2 Silvi Marina, Il Bruco, Dott.ssa Martina Montecchia, Associazione Zoe- Sulmona

- **18:00 Seminario: SCEGLIERE, VALORIZZARE, GUADAGNARE**

Interverranno:

Dott.ssa Maristella Urbini – Assessore all’agricoltura del Comune di Roseto degli Abruzzi

Dott.ssa Martina Montecchia – Dietista specializzata in alimentazione e nutrizione umana

Produttori COLDIRETTI

Carlo Di Lauretis – Brucare onlus

19:00

- Aperitivo Zen- Brucare onlus e la Lady Chef Abruzzo del Tuca-Tuca 2

20:00

- Cena su prenotazione- Comunità eritrea, Brucare onlus, la Lady Chef Abruzzo del Tuca-Tuca 2 Silvi Marina
- Rito del caffè- C.E.N.A- Comunità Eritrea Nell'Abruzzo
- Intrattenimento serale con musica dell'Eritrea

DOMENICA 20 SETTEMBRE

"ALLA SCOPERTA DEGLI ANIMALI"

9:00- 12:30

- Avvicinamento al cavallo- Associazione Wild West Abruzzo
- Onoterapia - Associazione Zoè- Sulmona
- Pet Therapy - Progetto "zampAmica" Dimensione Volontario onlus
- Addestramento cani - Centro cinofilo Doggy dog - Roseto degli Abruzzi e Associazione Chimaera - San Benedetto del Tronto
- Visita guidata nella fattoria Brucare
- Colazione offerta da Brucare Onlus e i produttori "Km 0"
- Apertura stand "Km 0"
- Spazio aperto "Battesimo della sella" Associazione Wild West Abruzzo - Mosciano Sant'Angelo
- Mostra fotografica: "Paesaggi (in)naturali " di Cristian Palmieri
- Animazione Clown- Pet-shop & Circus- Giulianova

11:30

- Lettura animata a cura di Alì Babook Libreria per bambini e ragazzi

12:30

- Pranzo Brucare e Lady Chef Abruzzo Tuca-Tuca 2 su prenotazione

“ALLA SCOPERTA DEL BENESSERE”

15:00 - SEMINARIO INTERDISCIPLINARE:

Lo Stress - Gestione e Prevenzione - Il Trattamento dei Disturbi dell’Alimentazione e dell’Ansia con i Fiori di Bach, l’Ipnosi e la Mindfulness.

Interverranno:

Dott.ssa Alida Alvaro - Psicologa e Musicoterapeuta

Dott.ssa Martina Montecchia - Dietista specializzata in alimentazione e nutrizione umana

Dott.ssa Elisabetta Scognamiglio - Fisioterapista e Osteopata

Dott.ssa Simona Prospero - Psicologa esperta in sport e performance coaching

Dott. Matteo Del Principio - Dott. In Scienze motorie e preparatore fisico

Dott.ssa Oriana Broccolini - Psicologa Psicoterapeuta

Dott. Giuseppe Ceccarelli - Counsellor Dott. Scienze Psicologiche applicate

15.30

- Laboratorio per bambini: “Laboratori-amo” i colori come terapia, a cura di Albero Vitae a.s.d. di Pomponi Rosella Pedagogista - Bussi sul Tirino (PE)

17.00

- Presentazione del Libro “Guarire con la Neurobiologia, Tecniche Nuove” della Dott.ssa Annarita Ianetti - Responsabile Medico della Prevenzione Asl di Pescara e Dott.ssa Roberta Medoro - Naturopata
- Laboratorio di Musicoterapia per adulti- Dott.ssa Alida Alvaro

17.30

- Laboratorio “Corpo-Mente” - Dott.ssa Simona Prospero- Dott. Matteo Del Principio- Dott.ssa Martina Montecchia
- Pratica di Yoga - Insegnante Cristina Novello- Studio Psikè Teramo

18.15

- Laboratorio di Bioenergetica - Dott.ssa Mariangela Piotti Psicologa e Psicoterapeuta

19:00

- Aperitivo Zen - Brucare onlus e Lady Chef Abruzzo del Tuca-Tuca 2 di Silvi Marina

20.00

- Cena su prenotazione- Comunità eritrea, Brucare onlus e Lady Chef Abruzzo del Tuca-Tuca 2 di Silvi Marina
- Intrattenimento serale con musica dell'Eritrea

Roseto 16/09/2015