



Respira la cultura

Festival delle proposte culturali

Domenica 26 settembre dalle 10 alle 18 - Busto Arsizio, Colonia elioterapica

www.respiralacultura.it

Un festival per tutti...

Qualunque siano la tua età e i tuoi interessi, troverai ciò che fa per te a **Respira la cultura – Festival delle proposte culturali**, in programma **domenica 26 settembre 2010** presso la *Colonia Elioterapica* di via Ferrini 14 a Busto Arsizio: l'evento, patrocinato dalla Provincia di Varese e dal Comune di Busto Arsizio, vedrà la partecipazione di oltre 50 tra le migliori realtà culturali di Busto e dintorni, che presenteranno dal vivo **più di 100 attività** per la prossima stagione 2010/11, dando vita a una giornata di festa dove potrai divertirti e informarti al tempo stesso.

Dalle ore 10 alle 18 potrai godere gratuitamente di esibizioni sportive, spettacoli di musica, danza e teatro. Potrai inoltre partecipare a lezioni prova gratuite, conferenze e dimostrazioni pratiche. Quattro le aree tematiche previste:

Volontariato

Se sei intenzionato a donare un po' del tuo tempo agli altri, al festival troverai alcune delle più importanti associazioni di volontariato, a tua disposizione per fornirti tutte le informazioni che desideri.

Corsi

Corsi di musica, lingue, pittura, fotografia, giardinaggio, teatro, cucina e così via... l'offerta è ricca e in grado di soddisfare le esigenze di adulti e bambini. Di molti dei corsi proposti sono previste dimostrazioni e prove gratuite.

Sport

Danza classica e moderna, twirling, ballo latino-americano, nordic walking, arti marziali, escursionismo, tennis tavolo: sono solo alcuni dei tanti sport che potrai conoscere meglio durante il festival, anche grazie a esibizioni dal vivo e lezioni prova gratuite. Nella scelta degli sport da presentare, abbiamo preferito puntare l'attenzione su quelli che sono un po' meno diffusi nella nostra città.

Alimentazione

Seminari di spiegazione e approfondimento, degustazioni guidate, corsi e stand per saperne di più sull'alimentazione e sul panorama enogastronomico del nostro territorio. Sarà inoltre presente un'area di vendita di prodotti alimentari locali, curato dalla [cooperativa sociale Bontà EQUAlità](#) con la partecipazione dei produttori.

Cibo per la mente

Chi oltre al cibo per il corpo volesse fare scorta di cibo per la mente, troverà ad aspettarlo **tre stand di libri** di argomenti selezionati:

- Libri di manualistica, gastronomia, sport e hobbistica (proposti da *Cartolibreria Centrale Boragno*);
- Libri per bambini e ragazzi fino ai 13 anni (proposti da *Il Dondolibro*);
- Libri su gravidanza e nascita, genitorialità consapevole, pedagogia e psicologia, massaggio al bambino, svezzamento naturale... (proposti da *MIPA Diffusion*).

La presenza del Comune di Busto Arsizio

Durante il festival è previsto un intervento di saluto da parte dell'**Assessore alla Cultura ed Educazione Claudio Fantinati**, che inaugurerà simbolicamente la stagione culturale cittadina.

Inoltre presso il *Punto Informazioni* potrai ritirare una copia gratuita dell'**opuscolo dei corsi 2010/11**, edito annualmente dal Comune di Busto Arsizio e contenente una selezione di centinaia di corsi e proposte culturali cittadine.

La stagione cinematografica e teatrale cittadina

Le sale cinematografiche e teatrali di Busto Arsizio *Manzoni*, *Fratello Sole*, *Lux* e *San Giovanni Bosco*, appartenenti al circuito *Sguardi d'essai*, presenteranno i programmi della prossima stagione cinematografica e teatrale.

In caso di maltempo

La presenza di aree al coperto e di una tensostruttura allestita sopra l'area ristoro e l'area esibizioni consentirà il regolare svolgimento del festival anche in caso di pioggia. Qualora le condizioni meteorologiche lo rendessero opportuno, alcune esibizioni sportive avranno luogo presso il *PalaFerrini*, la struttura sportiva situata sull'altro lato della strada rispetto alla *Colonia elioterapica*.

Le realtà culturali che partecipano al festival

[A.D.S.D. Club Tierra Latina](#) (sport)

[A.S.D. Aretè Oltre la danza](#) (sport)

[A.S.D. e Culturale L'equilibrio](#) (sport - corsi - alimentazione)

[A.S.D. Polisportiva Bu Do Kan Centro arti marziali e ginniche](#) (sport)

[A.S.D. Twirling Sacconago](#) (sport)

[A.S.D. Virtus Solbiate](#) (sport)

[Accademia Bustese di Pattinaggio](#) (sport)

[Accademia Italiana della Costina - Coarezza](#) (alimentazione)

[Accademia Italiana Shiatsu Do](#) (sport)

[AIDO Gruppo di Busto Arsizio "Don Gnocchi"](#) (volontariato)

[Amici della Cascina Burattana](#) (volontariato - alimentazione)

[ANA Alpini di Busto Arsizio Gruppo M.A.V.M. Magg. A. De Simoni](#) (corsi)

[Animal Behavioural Center](#) (volontariato - corsi)

[Associazione 13Viole](#) (corsi)

[Associazione Giocandosimpara](#) (corsi - alimentazione)

[Associazione sportiva Cime bianche Alpini di Busto](#) (sport)

[AUSER Busto Arsizio](#) (volontariato)

[AVIS Busto Arsizio e Valle Olona](#) (volontariato)

[CAB Centro Artecultura Bustese](#) (corsi)

[Cartolibreria Centrale Boragno](#) (corsi - stand libri)

[Centro Socio-Culturale Solbiatese](#) (corsi)

[Cinema Teatro Fratello Sole](#) (corsi - stagione cineforum)

[Cinema Teatro Lux](#) (stagione cineforum)

[Cinema Teatro Manzoni](#) (corsi - stagione cineforum)

[Cinema Teatro San Giovanni Bosco](#) (stagione cineforum)

[Comunità del cibo del frumagitt di capra di Curiglia con Monteviasco](#) (alimentazione)

[Comunità del cibo del fagiolo nero con l'occhio di Brebbia](#) *(alimentazione)*

[Comunità Giovanile](#) *(corsi)*

[Cooperativa Bontà EQUAlità](#) *(volontariato - alimentazione - stand gastronomico)*

[Cooperativa Il villaggio in città](#) *(volontariato)*

[Coro ANA Monterosa](#) *(corsi)*

[Croce Rossa Italiana Comitato di Busto Arsizio e Gorla Minore](#) *(volontariato - corsi)*

[Fanfara "La baldoria" Alpini di Busto Arsizio](#) *(corsi)*

[Fashion Dance School Ballet](#) *(sport)*

[Gelateria Incontro Bar Renato](#) *(alimentazione)*

[Il Dondolibro](#) *(stand di libri)*

[La banda dei matti](#) *(corsi)*

[Lalter Studio atelier fotografico](#) *(corsi)*

[Marchini Piante](#) *(corsi)*

[Movimento Per la Vita Giovani di Busto Arsizio](#) *(volontariato)*

[Nuova Busto Musica](#) *(corsi)*

[People](#) *(corsi)*

[Physioplacè Massofisioterapia – Ginnastica posturale](#) *(sport)*

[Piccoli frutti Magir](#) *(alimentazione)*

[Pro Patria et Libertate Judo Club e Arti marziali](#) *(sport)*

[Salumificio Bustese](#) *(alimentazione)*

[Slow Food Condotta della Provincia di Varese](#) *(alimentazione)*

[Telefono Amico sede di Busto Arsizio](#) *(volontariato)*

[W.S. Educational Center](#) *(corsi)*

Le esibizioni

La tensostruttura e il parco della colonia ospiteranno per tutto il corso della giornata numerose esibizioni artistiche e sportive. Per il programma aggiornato, consulta il sito www.respiralacultura.it

AREA PALCO

Esibizione canora e musicale (Ore 11.30)

Proposta da: [Coro ANA Monterosa](#) e [Fanfara "La baldoria" Alpini di Busto Arsizio](#)

Discorso di saluto dell'Assessore alla cultura (Ore 12.00)

L'Assessore alla Cultura ed Educazione Claudio Fantinati saluterà i visitatori e le realtà culturali intervenute, inaugurando simbolicamente la stagione culturale cittadina.

Musica dal vivo (Ore 12.15)

Proposta da: [Nuova Busto Musica](#)

Esibizione di twirling (Ore 13.00)

Proposta da: [A.S.D. Twirling Sacconago](#)

Esibizione di balli latino-americani (Ore 13.30)

Proposta da: [A.D.S.D. Club Tierra Latina](#)

I maestri Massimo e Cinzia si esibiranno in una bachata e una salsa; successivamente tutti i visitatori potranno ballare con loro seguendo i ritmi latino-americani.

Spettacolo comico (Ore 14.30)

Proposto da: [La banda dei matti](#)

Un divertente spettacolo composto da scenette e sketch di teatro comico.

Esibizione di danza moderna (Ore 15.00)

Proposta da: [Fashion Dance School Ballet](#)

Performance di Hip Hop (insegnante: Riccardo Bonardi) e modern Jazz (insegnante: Laura Bozzetti).
Direzione: Anna Mondini e François Jaune.

Esibizioni di danza classica e moderna (Ore 16.00)

Proposte da: [A.S.D. Aretè Oltre la danza](#)

Breve esempio di lezione di danza classica (livello 2°-3° accademico); esibizione di musical – kids (bambine di scuola elementare) tratta da *La bella e la bestia*; esibizione di musical – teen (adolescenti) tratta da *Mamma mia*.

Esibizioni di Belly Dance e Magic Show (Ore 16.30)

Proposte da: [Associazione 13Viole](#)

Esibizione di danza del ventre e a seguire uno spettacolo di magia.

AREA CROCE ROSSA

Torneo di burraco (Orario da confermare)

Proposto da [Sezione Femminile Croce Rossa di Busto Arsizio](#)

Torneo del gioco di carte Burraco.

Misurazione della pressione arteriosa (Ore 10-18)

Proposta da: [Infermiere Volontarie Croce Rossa di Busto Arsizio](#)

Misurazione gratuita della pressione arteriosa.

Piccole medicazioni (Ore 10-12)

Proposte da: [Infermiere Volontarie Croce Rossa di Busto Arsizio](#)

Dimostrazioni su come effettuare piccole medicazioni.

B.L.S. (tecniche base di rianimazione) (Ore 10-12)

Proposta da: [Volontari del Soccorso Croce Rossa di Busto Arsizio](#)

Dimostrazioni di B.L.S. e manovre per la disostruzione delle vie aeree nel bambino.

Gestione del malato a letto (ore 14-18)

Proposta da: [Infermiere Volontarie Croce Rossa di Busto Arsizio](#)

Dimostrazione sulla gestione del malato a letto: cura, posizioni, spostamenti e prevenzione piaghe da decubito.

Primo soccorso (Ore 14-17.30)

Proposto da: [Volontari del Soccorso Croce Rossa di Busto Arsizio](#)

Dimostrazioni pratiche in contesti domestici e stradali (con la partecipazione della squadra locale di primo soccorso, vincitrice delle ultime gare regionali).

ABC: Sensibilizzazione all'educazione sessuale (Orario da definire)

Proposto da: [Pionieri della Croce Rossa di Busto Arsizio](#)

Sensibilizzazione all'educazione sessuale e alle malattie sessualmente trasmissibili (rivolta agli adolescenti).

Campagna IDEA (Orario da definire)

Proposto da: [Pionieri della Croce Rossa di Busto Arsizio](#)

Campagna IDEA: Igiene, Dieta ed Educazione Alimentare (rivolta agli adolescenti)

AREA PARCO

Anche presso i vari stand disposti all'interno del parco sono previste attività ed esibizioni. Per conoscerle in dettaglio, consulta il sito www.respiralacultura.it.

Le conferenze

Durante la giornata sono in programma conferenze e incontri su argomenti vari. Quelle che seguono si terranno nella sala al coperto della colonia elioterapica. Salvo dove diversamente indicato, l'ingresso è libero e gratuito.

Naturopatia

Ore 10.00 – Ingresso libero

Incontro proposto dall'Associazione *L'equilibrio* sul tema "Naturopatia: come utilizzare i rimedi naturali per la nostra salute".

Anti-aggressione femminile

Ore 11.00 – Ingresso libero

Incontro proposto dall'Avv. Davide Mantovan sul tema "Anti-aggressione femminile: comportamenti preventivi, approccio psicologico e tecniche di autodifesa". Segue dimostrazione sulle principali tecniche di autodifesa.

L'alimentazione naturale – Le intolleranze alimentari

Ore 14.00 e ore 14.30 – Ingresso libero

Due incontri proposti dall'Associazione *L'equilibrio*:

Alle ore 14.00: L'alimentazione naturale biologica e macrobiotica.

Alle ore 14.30: Metodi di indagine per evidenziare le intolleranze alimentari: *Vega Test* e *Genius Check*.

Il fagiolo con l'occhio di Brebbia

Ore 15.30 – Ingresso Euro 5,00 – Posti disponibili: 30

“Salotto del Gusto” proposto da *Slow Food Condotta della provincia di Varese*: incontro con la Comunità del Cibo del fagiolo nero con l'occhio di Brebbia. Segue degustazione.

Prenota il tuo posto scrivendo a eventi@respiralacultura.it

Il frumagitt di Curiglia con Monteviasco

Ore 16.30 – Ingresso Euro 5,00 – Posti disponibili: 30

“Salotto del Gusto” proposto da *Slow Food Condotta della provincia di Varese* per presentare la Comunità del Cibo delle Valli Veddasca e Dumentina. Incontro con Albino Gatta e i suoi formaggi di capra. Segue degustazione.

Prenota il tuo posto scrivendo a eventi@respiralacultura.it

Lo stato della fotografia

Ore 17.30 – Ingresso libero

Incontro con Efrem Raimondi proposto da *Lalter Studio Atelier fotografico*. Dal frastuono digitale al mutismo armato: dubbi e intemperanze di un fotografo. Incontro e confronto sullo stato attuale della fotografia e gli scenari futuri.

Il pranzo a Km 0

In una festa che si rispetti non può mancare un pranzo comunitario a prezzo fisso e contenuto. Quello che proponiamo noi, accompagnato da musica dal vivo e altri spettacoli, è ispirato alla tradizione gastronomica locale, tiene conto della stagionalità dei prodotti e privilegia i produttori della zona per la fornitura delle materie prime. Ecco di seguito il menu:

Antipasto

Carpaccio di lonza affumicata al faggio con aceto balsamico

Antipasto rustico Bustocco: il salame cotto, l'antica coppa, la muradela di fegato, il salsiccone gentile, il lardo contadino

Brusco sott'aceto

Formaggio primo sale

Primo Piatto

Risotto e luganega

(In alternativa, su prenotazione: mezze penne al ragù o al pomodoro)

Secondo Piatto

Costine di maiale alla griglia dell'Accademia della Costina

Verdure grigliate

Primizie di stagione in insalata

Dolce

Le crostate di Lorenzo con composte di frutti di bosco

accompagnate da gelato alla crema

Il servizio include pane, acqua e vino

Il costo del pranzo è di € 20,00 a persona (€ 10,00 per i bambini fino ai 10 anni). Poiché i posti sono limitati e per esigenze organizzative, la prenotazione è **obbligatoria** e deve pervenire entro il 23 settembre.

Per prenotare, invia un'e-mail all'indirizzo eventi@respiralacultura.it; un'e-mail di risposta da parte nostra confermerà la corretta registrazione della prenotazione. Se non ricevi una nostra risposta entro 24 ore, significa che il tuo messaggio non ci è arrivato. Nella richiesta di prenotazione ricorda di indicare nome e cognome, il numero di posti e un recapito telefonico.

Eventuali variazioni o esigenze particolari vanno comunicate all'atto della prenotazione. Sul sito www.respiralacultura.it sono disponibili ulteriori notizie sui produttori.

L'inizio del pranzo per tutti i partecipanti è fissato alle ore 12.30: si raccomanda la massima puntualità.

L'area bimbi

Un'area dedicata ai bambini, gestita dalla [Cooperativa Il villaggio in città](#) in collaborazione con altre associazioni, sarà disponibile per l'intera durata del festival.

L'elenco delle attività per i bambini sarà disponibile sul sito www.respiralacultura.it a partire dal 14 settembre. Di seguito è possibile consultare l'elenco provvisorio:

Lettura e patchwork (Orario da definire)

Proposte da: [Il dondolibro](#)

Lettura della storia *A rubare il sole* e, a seguire, realizzazione di un patchwork gigante con i disegni realizzati dai bambini.

Magico Oriente (Ore 14.00)

Proposto da: [Associazione 13Viole](#)

Lecture, giochi e animazione per trasportare ogni bambino in un clima da Mille e una Fiaba!

Baby dance e intrattenimento (Ore 15.30)

Proposto da: [La banda dei matti](#)

Divertenti danze, giochi di prestigio e spettacoli comici per bambini

Cani e Bambini: un'occasione per conoscersi, capirsi e divertirsi (Orario da definire)

Proposto da: [Animal Behavioural Center s.a.s. – Centro didattico, ludico e ricreativo per cani, gatti e proprietari](#)

Attività di gioco guidato tra cani e bambini, finalizzate a spiegare ai bambini come ci si avvicina ad un cane e come un cane comunica (“ci parla”).

Per altre informazioni e per conoscere il programma aggiornato, consulta www.respiralacultura.it