



Comune di Mozzecane

SECONDA EDIZIONE

GIORNATA DEL BEN-ESSERE

PRENDERSI CURA DI SÉ

Salute • Movimento • Relazioni • Cultura • Natura

Una giornata di attività, incontri e laboratori per stare bene insieme



DOMENICA
20 SETTEMBRE 2026
dalle 9.00 alle 18.00



IN DIVERSI PUNTI DEL TERRITORIO COMUNALE
Area Baden Powell • Biblioteca Comunale
Villa Ciresola • Parco del Serraglio
Cortile e Palestra della Scuola Primaria

PROGRAMMA DELLA GIORNATA

N.	ORARIO	ATTIVITÀ / TITOLO	ASSOCIAZIONE / PROFESSIONISTA	LUOGO
1	09.00	Musica in Attesa	Marta Cordioli	Biblioteca Comunale
2	09.00	Lettura libera nel parco / bookcrossing	-	Biblioteca Comunale
3	09.00 – 11.00	Esposizione  libraria	Libreria Tangram	Biblioteca Comunale
4	09.00 – 11.00	Conosciamo il calcio	ASD Mozzecane 1970	Piazza B. Powell e dintorni
5	09.00 – 12.00	Conosciamo il tennis	ASD Tennis Mozzecane	Piazza B. Powell e dintorni
6	09.30	A spasso a 6 zampe	Squadra Cinofili Protezione Civile	Piazza B. Powell
7	10.00	Il segno che nutre: un'esperienza tra arte, cibo e sensi	Giada Fraccaroli	Biblioteca Comunale
8	10.00	Shiatsu, pressioni per la salute: teoria e pratica	Damiano Modena	Biblioteca Comunale
9	10.00 – 12.00 e 15.00 – 17.00	Conosciamo il baseball	ASD Phoenix	Piazza B. Powell e dintorni
10	10.00 – 12.00	Conosciamo la pallavolo	ASD Quadri volley	Palestra Scuola Primaria
11	11.00	Fiabamusicando Special – per bimbi 3/6 anni	Marta Cordioli	Biblioteca Comunale
12	11.00	Il secondo cervello: viaggio nell'intestino	Gloria Gozzi	Biblioteca Comunale
13	15.00	Come ti parli: parole, emozioni, ascolto, strategia	Germana Ciampalini	Biblioteca Comunale
14	15.00	Conosciamo il basket	ASD Fortitudo Basket	Piazza B. Powell e dintorni
15	15.00	Laboratorio intergenerazionale ragazzi e over 65	Esperti del progetto GIO - Giovani in Officina	Multi Officina di via Mediana 2
16	16.00	Biblioterapia umanistica o dello sviluppo	Maria Rosa Vicentini e Ana Gutierrez Garcia	Biblioteca Comunale
17	16.00 – 18.00	LEILA - Eventoteca	Associazione Il Giracose	Biblioteca Comunale
18	17.00	SoulCollage®	Ana Gutierrez Garcia	Biblioteca Comunale
19	17.00	Oi Gong & 5 tibetani: longevità e benessere	Damiano Modena	Biblioteca Comunale
20	/	Iscrizioni corsa rosa	Sei x correre	Piazza B. Powell e dintorni



**SALUTE
e PREVENZIONE**



**SPORT
e MOVIMENTO**



**BENESSERE
PSICOLOGICO**



**SOCIALITÀ
e COMUNITÀ**



**CULTURA
e LETTURA**



**NATURA
e AMBIENTE**

Con la partecipazione di associazioni, professionisti e realtà del territorio. Si ricorda che tutte le attività sono aperte, libere e gratuite.

Programma completo, aggiornamenti e dettagli su luoghi e orari su:

 www.comunemozzecane.it
 Comune di Mozzecane
 @comunemozzecane



Per maggiori informazioni:
3924371306 - Servizio Educativo

Comune di Mozzecane
Settore Servizi Istituzionali e alla Persona

La cittadinanza è invitata a partecipare