

# SALUTUS IN CAMMINO



COMUNE DI SALUDECIO  
ASSESSORATO CULTURA E TURISMO

## SALUDECIO 21 e 25 aprile 2013

Incontri, workshops, spettacoli,  
mercato di primavera,  
cibi e delizie verdi.

CON IL PATROCINIO E IL CONTRIBUTO DI



INGRESSO  
LIBERO

## Workshops

**DOMENICA 21 E GIOVEDÌ 25 APRILE**

**ORE 10.00-13.00 14.30-19.00**

Biblioteca Com. le "Modesti"  
Sala Polivalente Multimediale

### IL BUON CAMMINO

A cura del Comitato di Volontariato "VITA NUOVA"

Anche il viaggio più lungo inizia con un singolo passo e poiché esistono tanti cammini quanti sono coloro che li intraprendono. Il comitato di volontariato "VITA NUOVA", nelle persone fisiche di Paolo, Cristina, Rita, Erica, Ombretta, Graziella, proporrà un ricco programma di iniziative culturali. Piccoli passi verso se stessi e l'anima del mondo. I tradizionali trattamenti energetici dimostrativi (Reiki, Pranic Healing, Riflessologia, Mandala) costituiranno i petali che ruoteranno attorno al centro di un fiore simbolico, chiamato "LOTO DEL CUORE". Quest'anno il centro del fiore sarà costituito da seminari introduttivi e da meditazioni guidate il cui profumo nutrirà lo spirito di coloro che si lasceranno coinvolgere.



**DOMENICA 21 E GIOVEDÌ 25 APRILE**

**ORE 10.00-13.00 14.30-19.00**

Biblioteca Com. le "Modesti"  
Sala Polivalente Multimediale

### IL MANDALA DELLA COMPASSIONE

A cura di Ashira del Cielo

(Darya Tsaptsyna)

Scoprire la pratica meditativa del Mandala con le sabbie colorate per sperimentare il cambiamento interiore. Imparare a disegnare i Mandala con pastelli su carta nera. Seminario di introduzione alla Geometria Sacra.



**GIOVEDÌ 25 APRILE ORE 10.00 -12.00**

**[RITROVO ORE 9.30]**

Porta Montanara, Giardino dei profumi

### WALK AROUND SALUDECIO: GIRO PANORAMICO CON LA TECNICA DEL NORDIC WALKING

Una camminata con i bastoncini (e non) di 8 Km (circa 2 ore). Adatta a tutti percorrendo il territorio saludecense attraverso il verde di Campi e boschi. I bastoncini verranno messi a disposizione (fino ad esaurimento) dall'Associazione.

**DOMENICA 21 E GIOVEDÌ 25 APRILE**

**DALLE ORE 17.00**

Palazzo Municipale - Sala Consiliare

### IL VIAGGIO DI GUARIGIONE: RITORNARE A SE STESSI

A cura di Associazione OM Saludecio

Dott.ssa Loretta Illuminati - psicologa transpersonale

Dott. Fabrizio d'Altilla - socio-antropologo e counselor

Il workshop sarà introdotto da una presentazione del lavoro di Associazione OM. La metafora del viaggio come processo evolutivo dell'essere umano perché ognuno possa intraprendere il proprio cammino, unico e irripetibile. La psicologia transpersonale ci parla della dinamica archetipica del processo di individuazione del Sé, che è il viaggio dell'eroe, e delle soglie che vanno varcate per ricontattare la propria vera natura e ritornare a se stessi.

**GIOVEDÌ 25 APRILE - ORE 16.00-18.00**

Porta Montanara, Giardino dei profumi

### CONSAPEVOLEZZA NEL CAMMINO E VOLARE CON IL NORDIC WALKING

A cura dell'A.S.D. Nordic Walking Riviera delle Palme e dell'Ente di Promozione Sportiva C.N.S. Libertas Settore Nordic Walking.

Uno sport per tutti e per tutto l'anno che offre un modo facile, poco costoso e divertente per gustare uno stile di vita sano e attivo. Si pratica all'aria aperta, fa bene al cuore e alla circolazione, rafforza braccia e spalle, migliora la postura della schiena e tonifica glutei e addominali. Non è una cura miracolosa... è il Nordic Walking, un nuovo modo di praticare sport che si sta affermando in tutto il mondo. *Dimostrazioni gratuite sulle tecniche e sulla pratica del Nordic Walking.*

## Incontri

**DOMENICA 21 APRILE**

**ORE 15.30**

Palazzo Municipale - Sala Consiliare

### BENESSERE IN CAMMINO: IL NORDIC WALKING

Relatore: Pasquale Rosetti -

Responsabile Nazionale Settore Nordic Walking del C.N.S. Libertas

Che "la camminata" sia ormai riconosciuta come terapia è cosa nota! Già molti medici prescrivono "attività motoria aerobica" alla stregua dei farmaci o in alternativa agli stessi e un numero sempre maggiore di ricerche scientifiche confermano la validità della cosa. Il Nordic Walking è uno degli sport più "trendy" del nostro tempo, ha effetti positivi sulla salute ed è di ausilio nel combattere lo stress! Vieni a scoprirne di più sulla camminata a "trazione integrale"!



**DOMENICA 21 APRILE**

**ORE 16.30**

Palazzo Municipale - Sala Consiliare

### L'ATTIVITÀ FISICA PER LA PROMOZIONE DELLA SALUTE

Professor Walter Pasini

La sedentarietà rappresenta uno dei principali fattori di rischio per le malattie cardiovascolari, alcuni tipi di cancro e la depressione.

L'organismo umano è fatto per muoversi. L'epoca della tecnologia e dei computer ha eliminato o diminuito notevolmente l'attività fisica dell'uomo. Occorre rimettersi in cammino e ricollegarsi idealmente ai pellegrini medievali.

**GIOVEDÌ 25 APRILE**

**ORE 15.30**

Palazzo Municipale - Sala Consiliare

### ROBERTA BENVENUTI ESPERTA DI ARTE FLOREALE E GIARDINAGGIO

Nel 1991 spinta dalla passione per i fiori decide di farne la sua principale professione. Nel 2004 pubblica il libro "IL ROSA DEI MIEI GIORNI". Nello stesso anno vince il Premio "Leonardo da Vinci" sezione letteratura. Ha messo a punto un suo personale

metodo di "Cura di sé" attraverso il suo libro "FIORI ZEN" creando un manuale che guida le persone a trovare il loro personale "BENESSERE" attraverso la cura delle piante e dei fiori.



**DOMENICA 21**

**E GIOVEDÌ 25 APRILE**

**DALLE 16.00 ALLE 18.00**

Palazzo Municipale - Portici

### UN TÈ NEL SALOTTO LETTERARIO

Due parole in relax con gli autori dei libri che verranno presentati durante gli incontri presso la Sala Consiliare.



**GIOVEDÌ 25 APRILE**

**ORE 16.30**

Palazzo Municipale - Sala Consiliare

### IL VIAGGIO DI GUARIGIONE: RITORNARE A SE STESSI

A cura di Associazione OM Saludecio

Dott.ssa Loretta Illuminati - psicologa transpersonale

Dott. Fabrizio d'Altilla -

socio-antropologo e counselor

La metafora del viaggio come processo evolutivo dell'essere umano perché ognuno possa intraprendere il proprio cammino, unico e irripetibile. La psicologia transpersonale ci parla della dinamica archetipica del processo di individuazione del Sé, che è il viaggio dell'eroe, e delle soglie che vanno varcate per ricontattare la propria vera natura e ritornare a se stessi. Al termine della conferenza seguirà il workshop esperienziale GRATUITO.

**DOMENICA 21 E GIOVEDÌ 25 APRILE**

**10.30-12.30 15.00-19.00**

Palazzo Municipale - Portici  
Foyer Teatro Comunale "G. Verdi"

### IL CAMMINO DI SANTIAGO DE COMPOSTELA

Il "cammino" porta subito alla mente il pellegrinaggio e il pellegrinaggio, ci riporta alla figura più importante della nostra piccola comunità: IL BEATO AMATO RONCONI, che vogliamo ricordare come pellegrino di Santiago, come Terziario francescano, COME SANTO.

## Percorsi nel cielo, nella storia e nell'arte

### SALUDECIO, Territorio Comunale L'osservatorio astronomico

L'Osservatorio è visitabile tutto l'anno nella giornata di sabato. Organizza visite guidate su appuntamento per gruppi di visitatori.

Aperto al pubblico ogni sabato dalle 21.30 in poi.

Dal lunedì al venerdì visite guidate prenotando al 333 4055640.

Michele Ottaviani. Orari di apertura: 21 aprile e 25 aprile: 10,30-12,30, 15,00-19,30.

### SALUDECIO, Centro Storico I murales del borgo

Da non perdere la tradizione saludecense dei murales, opere pittoriche dipinte ogni estate in occasione di 800 Festival sui muri delle case del Borgo (circa 50 opere). Per questa preziosa

caratteristica, Saludecio oggi è uno degli elementi di spicco di AssIPaD (Associazione Italiana Paesi Dipinti) e di Res Tipica - Associazioni Nazionali delle Città d'Identità.

### SALUDECIO, Chiesa San Biagio e Chiesa dei Gerolomini Museo di Saludecio e del Beato Amato Ronconi

La Chiesa Parrocchiale di San Biagio comprende un notevole patrimonio di opere d'arte e la presenza nello stesso edificio delle spoglie del venerato Beato Amato Ronconi, presto santificato. Aggregato alla Chiesa si trova il Museo di eccezionale valore documentario e artistico.

### SALUDECIO, Palazzo Municipale - Sale Ex Carceri Garibaldi: un mito da riscoprire, la collezione Ottaviani

Una mostra iconografica e documentaria che raccoglie cimeli originali di ogni genere legati a Giuseppe Garibaldi collezionati dal saludecense



IL PELLEGRINO  
DELLE STELLE  
IL BEATO AMATO RONCONI  
DA SALUDECIO

A SALUDECIO, fine maggio





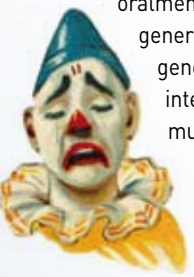
# Spettacoli e Animazioni

**DOMENICA 21 APRILE - DALLE 15.30**  
Viale dei Tigli - Centro Storico

## TRIO CLUSTER

Paola Bardarelli - Fabio Mengucci - Demetrio Vianelli

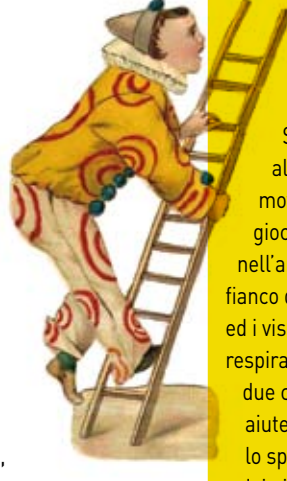
Il Trio propone canti della tradizione Marchignola e del Centro Italia, nonché brani vari di carattere popolare. Il Trio ripescava e reinterpreta brani della tradizione popolare romagnola e marchigiana tramandate oralmente di generazione in generazione, intervallandoli con musiche folkloristiche e poesie in dialetto messe in musica dal Trio stesso.



**DOMENICA 21 E GIOVEDÌ 25 APRILE**

## SPETTACOLO DI CIRCO STANZA

Nuovo circo da strada allegro e baldanzoso con Trampoli, uomo forzuto, presentatore, mago, ginnasta, giocoliere, suonatore di sega, cerchio al trapezio su struttura, scherzi, risate e comicità, una nuova produzione per 30 minuti di puro divertimento.



## TERZETTO ROSA

Un brioso terzetto vi terrà compagnia cantando in strada canzoni sul cibo, sulle erbe, sull'amore, sui colori, sui giovani, canzoni da tutto il mondo dal 1900 al 2013... per una simpatica carrellata... in compagnia di un simpatico terzetto.

**DOMENICA 21 APRILE - ORE 17.30**

## INAUGURAZIONE "PERCORSO BENESSERE"

Inauguriamo insieme, alla presenza del Sindaco, il nuovo "percorso benessere" allestito con attrezzature studiate per il movimento all'aria aperta, fra ginnastica, gioco e socialità. Il nuovo percorso è collocato nell'area verde lungo le mura malatestiane, a fianco del Viale dei Tigli, dove da sempre i cittadini ed i visitatori di Saludecio passeggiano, si rilassano, respirano l'aria che profuma di tiglio, fanno due chiacchiere. Queste nuove attrezzature ci aiuteranno a tenere in forma il corpo ma anche lo spirito, in un luogo bello, verde e aperto a tutti, dai più piccoli fino ai nonni. Un cammino comune verso il benessere!

## CONTROLLATE LA FOLLIA

Un manipolo di attori vi terrà allegri con un po' di racconti alla maniera della commedia dell'arte, del verbo in strada, del mimo... del cabaret... delle ricette teatrali.

# Il Mercatino di Primavera

**DOMENICA 21 E GIOVEDÌ 25 APRILE**  
**ORE 9.30 - 20.00**

## Centro Storico

È il settore commerciale della manifestazione che si rivolge agli amanti del naturale, di piante e fiori, a coloro che vanno alla ricerca di cibi coltivati secondo tecniche tradizionali, a chi desidera prendersi cura

del proprio corpo ricorrendo a rimedi antichi e sempre efficaci; si articola, secondo la tipologia dei prodotti, tra vie e piazzette del centro storico creando un percorso che diventa un punto d'attrazione anche visiva nel contesto della mappa del borgo.

**I PORTICI DELLE ERBE**  
I portici, che si affacciano sulla piazza principale del borgo, ospitano prodotti erboristici e fitoterapici e di cosmesi.

**LA VIA DELLA SALUTE**  
È una ricca vetrina di prodotti per la salute, per il benessere e per una sana alimentazione.

**LA VIA DELLE OFFICINE**  
Costituisce una significativa vetrina di artigianato naturale ed ecologico.

**LA VIA DELLE PIANTE**  
Nella parte più alta del borgo e nei pressi di Porta Montanara, sono dislocati i vivaisti, le piante aromatiche ed officinali, i fiori, le sementi, i vasi

artistici, utensili per il giardinaggio.

**LA PIAZZA DEI SAPORI**  
All'ingresso di Porta Nuova si apre la piazza che ospita alimenti da agricoltura biologica, prodotti della tradizione, le eccellenze e le tipicità del territorio.

**VICOLO DELLA SOLIDARIETÀ**  
Comprende tutte quelle Associazioni che operano in campo sociale ed ambientale nel settore del volontariato non a fini di lucro.

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA: PROMO D s.r.l. - San Giovanni in Marignano - Tel. 0541 827254 - Fax 0541 825161 - www.promo-d.com - e-mail: info@promo-d.com

# Cibi e Delizie Verdi

**LOCANDA DEL PETTIROSSO**  
Ristorante - Meleto Saludecio  
Via Bragaglia 183 - Tel. 0541 7855152

- Antipasti**
- Rotolo di piada alle ortiche, con mistica di campo e fiori
  - Fetta di pane, unta, con uova strapazzate
  - Cannolo di pasta fillo con robiola alle pratoline
  - Cialda di semolino grigliata, con orecchie di lepre e pendolini
  - Bocconcini di cerinte e topinambur croccanti
  - Petto d'oca affumicato con valeriana ed arancio
  - Guazzetto di barbe di becco con papate e uova di quaglia

- Primi piatti**
- Vellutata alle ortiche con ricottina mantecata ai semi di papavero
  - Maltagliati di farina gialla ai topinambur e menta selvatica
  - Raviolo aperto con stridoli selvatici e salsiccia

- Secondo piatto**
- Petto d'anatra al dragoncello, con cialda di patate e melissa croccante

- Dolce**
- Semifreddo alla lavanda con sorbetto alle rose

**Prezzo 32,00 euro**  
(coperto e bevande escluse)  
È GRADITA LA PRENOTAZIONE

**SU NURAGHE**  
Azienda Agraria Agrituristica  
Pulzona Saludecio - Via Gorgaccia 482  
Tel. 328 8659848 - 0541 865080

- Antipasto**
- Degustazioni e antipasto "SU NURAGHE"
  - Piada allo squaquerone
  - Crostini al pecorino
  - Bruschette alle erbe

- Primo piatto**
- Sfogliata al forno

- Secondo piatto**
- Castrato aromatico
  - Patate stufate
  - Erbe di campo
  - Pane casereccio

- Dolce della casa
- Vini bianchi e rossi dell'Azienda

**Menu completo 20,00 euro**  
(bevande incluse)  
È GRADITA LA PRENOTAZIONE

**CIRCOLO ARCI "PIERINO ALBINI"**  
Saludecio - Centro storico  
Via XXIV Giugno 1859

- Antipasti**
- Frittatine con patate, cipolla, prezzemolo
  - Carciofi e mentuccia
  - Crostino ricotta, erba cipollina

- Primi piatti**
- Strozzapreti salsiccia spinaci e...
  - Oppure
  - Riso saltato erbe e pecorino

- Secondo piatto**
- Fesetta alle erbe con polenta

- Dolce**
- Ciambella della casa

**Menu completo 17.50 euro**  
(escluso bevande)

**LA BOTTEGA DEI SAPORI**  
Associazione Pro Loco Saludecio  
Saludecio - Centro Storico  
Via XXIV Giugno 1859

- Specialità**
- Zuppa di fagioli ai sapori dell'orto
  - Cascione alle erbe di campagna
  - Cascione pomodoro e mozzarella
  - Cascione cipolla e salsiccia
  - Bruschetta ai fiori di primavera
  - Bruschetta con zucchine al finocchietto
  - Bruschetta con zucchine e melanzane
  - Marinate al lauro
  - Piada rucola e stracchino
  - Piada con pecorino fresco
  - Piade farcite

**OSTERIA "GATTA E GAZZOIA"**  
Saludecio - Centro Storico  
Via Sebastiano Serico, 2  
Cell. 333 9473812

**Prodotti d'eccellenza del nostro territorio e menu a base di erbe.**

- Inoltre...
- ALBERGO PANORAMICO
  - FORNO BARTOLI
  - IL PICCOLO FORNO MARZIALI
  - OTTOCENTO CAFÈ
  - LA BAITA DEI TIGLI

CON IL CONTRIBUTO DI



Organizzazione: **COMUNE DI SALUDECIO**  
Programmazione, Coordinamento, Allestimenti e Direzione: **ASSESSORATO CULTURA E TURISMO**  
Coordinamento Tecnico: **Ufficio Tecnico**  
Settore Commerciale e Sicurezza: **Ufficio Amministrativo e Affari Generali**  
Ufficio Stampa: **Rita Celli**

Progetto Grafico: **Tito Intoppa**  
Organizzazione Mercato: **Promo D**  
Informazioni **UFFICIO CULTURA E TURISMO**  
0541 869721 - 366 6591707  
dalle 09.30 alle 12.30  
[www.saluserbe.ottocentofestivalisaludecio.it](http://www.saluserbe.ottocentofestivalisaludecio.it)  
[www.comunesaludecio.it](http://www.comunesaludecio.it)