

## A settembre la dieta si riprende

**Pubblicato:** Venerdì 18 Settembre 2009

Se esistono momenti in cui staccare la spina è davvero una necessità, ecco, questo è uno di quelli. Poco importa se siamo solo a settembre e il **sole**, quando c'è, ancora abbronzia: perché **alle ferie ci si abitua, al lavoro no**. E così, mai un fine settimana è stato tanto atteso come quello in arrivo: la scuola è iniziata, il lavoro è ripreso a pieno ritmo, con la bilancia non facciamo che litigare e di insalata e bresaola non ne possiamo già più. Urgono due giorni di decompressione. Per illudersi che le vacanze debbano ancora arrivare. E far finta che i jeans ancora si allaccino!

### Cosa bolle in pentola

Se dunque alla dieta avete (già) detto stop e siete tra quelli per cui tavola fa rima con buonumore,



benvenuti nel club dei sapori. Che proprio estivi non saranno perché a Somma Lombardo si va a lezione di **risotto** e sulle tavole di Brinzio brilla il **porcino**. Per una **cena bavarese** andate a Busto: la Colonia Elioterapica ospita la festa della birra più famosa dell'altomilanese. Come si cucina il maiale? I modi sono tanti: li scoprirete tutti al Ristoro Lago Delio di Maccagno dove dalle 12 di domenica c'è la...**maialada** (per informazioni: 0332-561232). Se invece volete scoprire i segreti dell'**alta cucina**, sabato mattina a Villa Recalcati saranno lo chef Ilario Vinciguerra e il grande Aimò Moroni a raccontare storie e aneddoti su tavola e dintorni. Per veri intenditori!

### Tutti sulle due ruote

Placati senza parsimonia i languorini, forse qualche senso di colpa vi assalirà. E allora cosa c'è di meglio di una bella passeggiata in **bicicletta**? Vi sgranchirete le gambe e, se scegliete Varese, unirete l'utile e il dilettevole. Ciclocittà organizza **visite a pedali attraverso le ville e i parchi della città**. La prima parte sabato alle 15 da piazza Monte Grappa e attraverserà parco e villa Ponti, parco e Villa Mylius, castello e parco Mantegazza, parco e villa Mirabello. La seconda, sempre da piazza Monte Grappa, partirà alle 9.30 di domenica: tappa a parco e villa Recalcati, parco Baragiola, parco e villa Toepliz, Palazzo e Giardini Estensi. La partecipazione è libera. Per informazioni e iscrizioni: Fiab-Ciclocittà, 0332 812059, e-mail [ciclocitta.varese@tiscali.it](mailto:ciclocitta.varese@tiscali.it)

### Musica

A questo punto, sistemata la pancia e sgranchite le gambe, potrebbe essere il momento di coltivare lo  spirito. Con un concerto per esempio. Quello di sabato sera in Salone Estense è davvero da non perdere: la serata è infatti una tappa di **MITO Settembre Musica**, una delle manifestazioni culturali italiane più note a livello internazionale. Se alle atmosfere scaligere preferite giochi barocchi tra frulli d'ancia e squilli d'ottoni andate a **Bedero Valcuvia**: sabato alle 21 nella Chiesa di S. Ilario il programma non vi deluderà. Gli ottoni, e in particolar modo la tromba, squillano anche a Azzio: domenica alle 16 nella Chiesa di Sant'Antonio è previsto un percorso di suggestioni sacre che abbina musica e arte: Camerata dei Laghi accompagnerà Alessio Molinaro alla tromba. Il concerto sarà preceduto (mezz'ora prima

dell'orario d'inizio) e seguito (subito dopo la fine) dalla possibilità di fare una visita guidata alla chiesa. Per informazioni: Associazione incontrArti, telefono 0331/770259.

### **Al cinema il ritorno di Woody Allen**

Un ex professore universitario incontra una giovane fuggita di casa. Sarà subito amore: ma un amore strampalato, allegro e inedito come solo Woody Allen saprebbe inventare. Ed è infatti diretto e sceneggiato dal regista newyorkese *Basta che funzioni*, da questo fine settimana nelle sale italiane. Per chi preferisce i brividi metropolitani c'è *Pelham 1 2 3: Ostaggi in metropolitana*: il criminale John Travolta, a capo di un gruppo armato, sequestra un intero treno e minaccia di uccidere tutti i passeggeri se non verrà loro consegnato un ingente riscatto. Denzel Washington, manovratore della metropolitana newyorchese, si trasformerà in eroe per caso. Fantasia al potere infine per *Il mio vicino Totoro*, cartoon del genio Hayao Miyazaki. Per saperne di più sulla programmazione delle sale in Provincia consultate la nostra pagina di [cinema](#).

### **Come eravamo**

✘ Avamposto prima romano e poi longobardo, successivamente fu trasformato in un convento di monache benedettine e diventò infine una cascina: tanti sono dunque i personaggi che dal tardo Impero romano all'alto Medioevo abitarono il [Monastero di Torba](#). E tutti rivivranno domenica pomeriggio in occasione di "Un giorno della storia": un evento che, tra realtà e fantasia, accontenterà grandi e piccini. Nostalgia dei tempi che furono anche in [Valganna](#): alle 17 di domenica alla Badia di Ganna saranno proiettate foto e filmati di quando in Valganna passava il tramvetto bianco! Infine, sempre domenica pomeriggio, nel corso della festa di San Grato a Bobbiate, l'imperdibile **corsa degli asini!** La gara inizia alle 17.30.



### **Bambini, giocando si impara. E si salva il pianeta**

L'importanza dell'acqua e il gusto della sana alimentazione. Il coinvolgimento di un gioco ecologico e lo stupore della pianta che cresce. Le qualità del miele nostrano e il valore dell'attività fisica. Continua fino a domenica sera alla [Fiera di Varese "Expo Kids"](#), la sezione tutta dedicata ai bambini che vuole preparare le giovani generazioni all'evento mondiale del 2015. Anche all'[Oasi Lipu della Palude Brabbia](#) il pomeriggio di domenica sarà all'insegna del rispetto della natura: in questo caso di rane, rospi e raganelle, non proprio silenziosi abitanti della palude (Prenotazione obbligatoria allo 0332/964028).

### **Sport**

In fatto di sport non tutto è ripartito. Nel frattempo a Laveno Mombello arriva la [Volvo Cup](#), e a Gallarate il trofeo ciclistico "Città di Gallarate". A Varese si gioca il [Calciciballilla umano](#) per beneficenza.

Naturalmente, in Provincia c'è molto di più: date un'occhiata per questo alla nostra [agenda](#) degli appuntamenti.

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)

