

Castello Cabiaglio e Orino unite in nome dell'Energia Lenta e della Gentilezza

Pubblicato: Giovedì 19 Giugno 2025



 Castello Cabiaglio

 Castello Cabiaglio, Castelli/Roma

 Castello Cabiaglio

 <http://festivaldellalentezza.eventbrite.it/>

Castello Cabiaglio e Orino unite in nome dell'Energia Lenta e della Gentilezza, sebbene non appartengano alla stessa cabina primaria : **il 4 e il 5 luglio i due borghi prealpini si attiveranno in sinergia per dare spazio e ospitalità al Festival della Lentezza**, manifestazione che vede la luce all'interno di una progettualità più allargata che ha dato vita a **Energia Solidale ETS, una comunità energetica solidale e rinnovabile nel comune di Castello Cabiaglio**. Grazie anche al sostegno di Fondazione Cariplo, il progetto SREC presentato al bando Alternative nel 2024 e avente come capofila l'associazione CoEnergia – Progetti collettivi di Economia Solidale è ora in piena concretizzazione.

L'obiettivo del **Festival della Lentezza** è di declinare il tema dell'Energia in una chiave essenzialmente

relazionale, creando l'opportunità di entrare in contatto con le nostre energie profonde attraverso pratiche che hanno la peculiarità di creare benessere per se stessi, nella relazione con gli altri e con tutto quello che ci circonda. **Meditazione, canto poliritmico, attivazioni bioenergetiche, camminate esperienziali e filosofiche, Khala Yoga, pratica del perdono, Eiritmia, movimento consapevole, pittura in natura, permacultura**, sono alcune delle proposte che si concateneranno dal pomeriggio di venerdì 4 fino alla sera del 5 luglio, momento in cui avrà inizio il **Mercato del Giusto iNperfetto per le vie di Castello Cabiaglio** e le performance musicali serali in piazza Sant' Appiano.

La rete di realtà territoriali che si è creata vede coinvolte associazioni culturali locali, ma anche realtà diffuse a livello nazionale, come l'ass. La Lumera ODV fondata da Daniel Lumera che ha contribuito a creare il ponte con il **Movimento Italia Gentile che nella giornata del 5 luglio proclamerà Orino e Castello Cabiaglio "Comuni Gentili"**.

L'associazione culturale orinese Matrioska fa da coordinatrice dell'evento con il patrocinio dei due comuni e dell'accademia Dhyana, gestendo lo stand gastronomico vegetariano e la Stoviglioteca Zero Waste per ridurre al minimo l'impatto ambientale della due giorni, nella speranza di poter replicare questa manifestazione ogni anno, rendendola sempre più radicata nella comunità locale di appartenenza.

Per informazioni sul programma della giornata consultare la pagina fb e instagram Mercato del Giusto iNperfetto. Tutte le pratiche sono soggette a iscrizione al link <https://festivaldellalentezza.eventbrite.it/>

CON IL PATROCINIO DI



Comune di
Castello Cabiaglio



Comune di
Orino

Festival della LENTEZZA

ENERGIE AD ALTO IMPATTO DI COMUNITÀ

La partecipazione alle pratiche necessita di iscrizione. Per il sostegno all'evento e alla sua replicabilità è gradita un'offerta libera e consapevole al termine di ogni pratica.

Contatti per informazioni legate alle singole pratiche:
LAURA - 340.2571852
info.matrioska@gmail.com

VENERDÌ 4 LUGLIO

CASTELLO CABIAGLIO
Ore 16.30 Musicantis - laboratorio musicale immersivo per genitori e bambini 0-6 anni con Aurora Tomasoni presso la biblioteca comunale
Ore 18 Passeggiata filosofica "Stare con i piedi per terra. Camminare è reinventare?" con prof. Giuseppe Lombardo, Scuola popolare di filosofia, ritrovo in piazza VI novembre
Ore 18.30 Cerchio di Canto Afropean - voci in movimento tra Africa e Europa con Silvia D'Andrea presso corte Skandalis vicolo Prada
Ore 20.30 Restituzione pubblica del seminario di canto Afropean in piazza VI novembre

ORINO
Ore 17.30 Om Chanting in selva castanile
Ore 18.30 Lenta-Mente. A passo lento per Orino accompagnati da Vincenzo Costa, filosofo. Ritrovo in selva castanile dalle 17.30 in poi.
Ore 20 Arrivo in zona Gesiola e cena condivisa (ognuno porta qualcosa)
Ore 21.00 inaugurazione spazio gentile in Piazza XI Febbraio
Ore 21.30 Pratiche di comunità con Matrioska presso la sede dell'associazione

SABATO 5 LUGLIO

MERCATO bio & solidale del GIUSTO IN PERFETTO

ORINO
Ore 8 Camminata esperienziale lungo il sentiero 310B del Parco Regionale del Campo dei Fiori per raggiungere Castello Cabiaglio, ritrovo in piazza XI febbraio

CASTELLO CABIAGLIO
dalle 10 alle 12 "Dipingiamo fuori dai bordi" BAMBINI - laboratorio di pittura libera ed emozionale a cura di InBlue, presso scalinata d'ingresso paese
Ore 10 Attivazioni bioenergetiche 1 a cura di Sara Veloce presso Corte Skandalis in vicolo Prada
Ore 11 Meditazione a cura di Loredana Dana Bignoli presso Corte Skandalis in vicolo Prada
Ore 11 Corpo Selva - riscoprire il corpo come parte viva della natura - a cura di ass. Anima Mundi presso ex Cava, ritrovo in piazza Libertà
Ore 12 Pratica del perdono 1 a cura di Luigi Torri presso corte in vicolo del Borghetto
Ore 13 Apertura ristoro presso piazza Libertà a cura de La Lumera Odv
Ore 14.30 Euritmia & Arte della parola a cura di Giovanna Galimberti e Franco Casarin, presso chiesa di San Carlo
Ore 14.30 Pratica del Perdono 2 a cura di Luigi Torri presso corte in vicolo del Borghetto
dalle 15 "Dipingiamo fuori dai bordi" ADULTI - laboratorio di pittura libera ed emozionale a cura di InBlue, presso scalinata d'ingresso paese
Ore 15.30 Khala Yoga - Lotta, Danza e Meditazione a cura Diego Indio Prodi presso corte di Casa Betlem
Ore 15.30 Attivazioni bioenergetiche 2 a cura di Sara Veloce presso corte Skandalis
Ore 16 Meditazione a cura di Loredana Dana Bignoli presso Corte Skandalis in vicolo Prada
Ore 17 Proclamazione "Comuni Gentili" Castello Cabiaglio & Orino presso piazza Libertà

APERTURA MERCATO DEL GIUSTO IN PERFETTO E STAND GASTRONOMICO A CURA DI ASS. CULTURALE MATRIOSKA

Ore 17.30 Presentazione del libro "Il Clima Cambia... Anch'io" Permacultura personale, sociale, urbana per diventare più resilienti con Gloria Gelmi, in piazza Libertà
Ore 19 Meditazione guidata Ananda Marga a cura di Matteo Parentini e Dino Scandale alla Kora presso corte Skandalis
Dalle 19 "Body Painting Selvatica" con InBlue presso piazza della chiesa di Sant'Appiano
Ore 20.30 Performance danze e ritmi afro a cura di Perc Academy presso piazza Sant'Appiano
Ore 21 Dj set Mambo Fortissimo - The Swing Tropical Party

MENÙ
VEGETARIANO

BIRRA ARTIGIANALE
50&50

STOMGLIOTECA
MATRIOSKA
ZERO WASTE



PER ISCRIZIONI festivaldellalentezza.eventbrite.it

Con il patrocinio di



CON IL CONTRIBUTO DI







Con il contributo di



Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it

