

Scoprire sé stessi e riscoprire la comunità: a Besozzo due giorni dedicati alla gentilezza

Pubblicato: Mercoledì 8 Ottobre 2025



Due appuntamenti per coltivare l'ascolto di sé e degli altri, promuovere il benessere personale e rafforzare il legame con la comunità: **venerdì 10 e sabato 11 ottobre 2025 Besozzo ospita “semi di pratiche gentili”**, un fine settimana di eventi nati dal percorso partecipato del **progetto “Gentilezza in Azione”** promosso dal Comune.

Il primo incontro si terrà **venerdì 10 ottobre alle ore 20.45 presso la Sala letture della biblioteca comunale di Besozzo**, in via Mazzini 4. Si tratta della serata **“Conoscere sé stessi con lo scarabocchio”**, condotta dalla **dott.ssa Antonella Martino, psicologa, psicoterapeuta e direttrice dello Studio Psico-Logo di Besozzo**. Attraverso un test grafico, i partecipanti saranno guidati a scoprire aspetti della propria personalità a partire dai segni spontanei che spesso si tracciano inconsapevolmente durante momenti di distrazione.

La dott.ssa Martino spiegherà come questi “scarabocchi”, lungi dall'essere privi di significato, possano rivelare emozioni, tratti caratteriali e stati d'animo. Un'occasione per prendersi un tempo di ascolto personale e di condivisione, che si concluderà con un momento conviviale. **L'ingresso è gratuito e aperto a tutti, senza limiti di età.**

“Estranheza”: danza, poesia e corpi che raccontano

Il secondo appuntamento sarà **sabato 11 ottobre dalle ore 16.50, nel cortile interno del Palazzo Comunale di Besozzo**, in via Mazzini 2, con la performance di danza teatro “Estranheza. Danza e Poesia, quale legame?”, frutto di un laboratorio di danza espressiva aperto alla comunità.

A guidare la regia e le coreografie è **Ines Rita Domenichini, danzaterapeuta e ideatrice del progetto**, in collaborazione con l’**associazione Dikuntu ODV**. Sul palco non danzatrici professioniste, ma donne di età e vissuti diversi, che portano in scena il loro percorso personale attraverso il corpo, il ritmo e le parole.

«Estranheza è la stranezza che diventa poesia – spiega la coreografa – Un lavoro corale nato nei laboratori, dove il corpo diventa strumento di espressione profonda, tra sussurri e grida, domande e silenzi».

L’assessore allo sport e benessere Francesca Pianese sottolinea come questo evento rappresenti «un momento di grande intensità, reso possibile dalla collaborazione tra amministrazione, realtà associative e cittadinanza attiva. Una danza che unisce e dà voce alla comunità».

La performance coinvolgerà dodici danzatrici: Nicoletta Ascoli, Paola Buzio, Roberta Codarin, Daniela Facchin, Mariateresa Garghetti, Elena Gervasini, Gigliola Gigli, Lucia Giroletti, Daniela Lobão, Veronica Mirto, Erika Nerboni, Caterina Santoro, con scenografie e allestimenti a cura di Paola Buzio, Roberta Codarin e Veronica Mirto.

Al termine, il pubblico sarà invitato a un momento conviviale e potrà visitare la mostra fotografica di Luca Autelli, che documenta il processo creativo e i laboratori preparatori.

Entrambi gli eventi sono a ingresso libero.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it