

PROGRAMMA

18.19 ottobre 2025
“RESPIRA”
VITA
AL
MAMAOR
> arte | cultura | salute

VALEGGIO
SUL MINCIO
MONTE MAMAOR
9.00 - 18.00
ingresso
da località **Venturelli**

*
AREA EVENTI
PERCORSO ESPERIENZIALE
AREA LABORATORI
AREA ARTE
AREA BUON CIBO



VALEGGIO
SUL MINCIO
Capitale italiana
della cultura
Città candidata 2028

KOS
VITA AL CENTRO

PROGRAMMA

*Area Eventi

SABATO 18 OTTOBRE

ORE 9:00

YOGA_ **Amadio Bianchi**

Noto anche come Swami Suryananda Saraswati — propone uno yoga che è fortemente radicato nella tradizione classica / tradizionale.

ORE 10:00

CAMMINATA CONSAPEVOLE_ **Alessia Barbieri**

Passo dopo passo, respira, ascolta, senti.
Un momento di calma e Presenza tra gli alberi.

ORE 11:00

TALK_ **Guido Grossi**

IL NUOVO MONDO È GIÀ QUI

Guido ci accompagna nel Nuovo Mondo già presente: un organismo sociale senza vertici, che diventa sfera, dove coscienza e responsabilità si intrecciano in un futuro condiviso.

ORE 14:00

CONCERTO_ **Isaia Mori e Valentina Pescara**

Isaia e Valentina intrecciano note e parole per raccontare la PACE. Un viaggio tra i versi dei poeti e i canti dei cantautori che hanno sognato un mondo diverso. Un'ora di arte condivisa, come ponte di unione e speranza tra le persone.

ORE 15:00

TALK_ **Amadio Bianchi**

RESPIRARE LA VITA

Un viaggio nel respiro, ponte invisibile tra corpo, mente e spirito. Scopriremo come l'aria, consapevole e viva, possa restituirci equilibrio e armonia.

ORE 16:00

DRUM CIRCLE_ **Barbara Dolci**

Un cerchio che accoglie, dove il ritmo ci unisce attraverso le percussioni, mani diverse trovano la stessa voce, senza confini, solo condivisione.

ORE 17:00

CONCERTO_ **Andrea Marano Trio**

Tre voci intrecciate, nate nel 2024, già amate e riconosciute, un racconto sonoro che vibra tra armonie e silenzi colti, emozioni scolpite in storie intime e quotidiane, un flusso senza vuoti, dove ogni strumento respira insieme.

PROGRAMMA

*Area Eventi

DOMENICA 19 OTTOBRE

- ORE **09:00**
YOGA_Amadio Bianchi
Noto anche come Swami Suryananda Saraswati — propone uno yoga che è fortemente radicato nella tradizione classica / tradizionale.
- ORE **10:00**
CAMPANE TIBETANE_Giancarlo Visinoni
Con Giancarlo e Luciana, lasciati avvolgere dalle vibrazioni e vivi un'esperienza sonora che calma la mente e rilassa il corpo.
- ORE **11:00**
TALK_Rossana Becarelli
LA FORZA DELL'ISPIRAZIONE
Medico e, con Davide Gaeta e Guido Grossi, economisti, portano i semi di cambiamento: una società di pace, un'economia al servizio dell'umanità rigenerata.
- ORE **14:00**
CONCERTO_Outside
Luca e Francesca sono un duo acustico voce & chitarra. Portano la loro musica che spazia tra pop, rock e soul a testimoniare il valore dell'amicizia e della condivisione.
- ORE **15:00**
TALK_Cesare Avesani
Biologo e direttore scientifico del Parco Natura Viva, ci guiderà in una riflessione sul rapporto tra uomo e natura.
- ORE **16:00**
DRUM CIRCLE_Barbara Dolci
Un cerchio che accoglie, dove il ritmo ci unisce attraverso le percussioni, mani diverse trovano la stessa voce, senza confini, solo condivisione.
- ORE **17.00**
CONCERTO_Corimè e Stefano Zeni
Maurizio e Roberto Giannone, cantautori e polistrumentisti, il loro stile unisce folk, world music, influenze rock e suggestioni etniche, con attenzione poetica alla parola. Con "Disarmo" invitano a un viaggio di pace, convivenza e disarmo interiore.

* Percorsi Esperienziali

18-19 OTTOBRE

ORE 10:00 / 17:00

IL SENTIERO DELLA VITA

Un chilometro e duecento metri per camminare e respirare: non distanza, ma racconto che si svela attraverso le tappe della vita.

INFANZIA: seme di luce, promessa custodita.

ADOLESCENZA: fiamma inquieta, domande che bruciano.

GIOVINEZZA: passo libero, scelta che apre strade partendo da dentro verso il mondo.

MATURITA`: albero in fiore, pianta che cura, dono che nutre il mondo.

MEZZA ETA`: bivio, soglia e specchio, ùtempo di scegliere e di rinascere.

ANZIANITA`: sguardo raccolto, sapienza che tace e illumina.

FINE VITA: respiro che scioglie il tempo nell'eterno.

Chi percorre questo tratto di terra non compie solo un viaggio nello spazio, ma un pellegrinaggio dentro la dignità dell'uomo, riflesso di ciascuno, eco di tutti.

ORE 12:00 / 16:00

BUON CIBO

Alla nostra festa i sapori della tradizione valeggiana incontrano la maestria dei lievitati di **Pietro Freddi**. Un percorso di gusto che valorizza ingredienti genuini e ricette del territorio. Un'unione perfetta tra radici locali e arte artigianale contemporanea.

PROGRAMMA

*Area Laboratori

18 / 19 OTTOBRE

ORE 10:00 / 12:00
14:30 / 17:00

EQUITERAPIA_**Paola Battaglia**

Paola e la cavalla Sheila insieme, tra equiterapia e sguardi interiori: il corpo e l'anima si incontrano in respiri e movimenti antichi. Bambini e adulti esplorano emozioni e consapevolezza: il Sé si risveglia.

ORE 11:00

LA TAVOLOZZA DEL SE'_**Sarah Maistrello**

Un'occasione per esplorare la propria interiorità con pennelli e colori, ogni forma e segno svela un sentiero nascosto. In uno spazio sicuro si trova voce e cambiamento, e il fare creativo accende luce sul nostro io più profondo.

ORE 14:00 / 17:00

GIOCOLERIA_**Danilo Gili**

Tra palline, bolas e foulard in volo, si danza con equilibrio e sorriso in dono. Ogni lancio è gioco, concentrazione e fantasia, e ogni piccolo traguardo accende pura allegria.

ORE 14:00 / 17:00

LABORATORIO D'INTRECCIO_**Camilla Nardelli**

Immagina di sederti all'ombra degli alberi, con le mani che imparano a trasformare rami, erbe e fibre naturali in piccoli intrecci, cestini e decorazioni. Un'occasione per rallentare, sperimentare e portare a casa un oggetto unico fatto con le proprie mani.

ORE 14:00 / 17:00 [solo domenica 19]

LAND ART_**Valentina Fraiello**

Un laboratorio dove mani diverse intrecciano natura e immaginazione, rami, pietre e foglie diventano segni gentili sul paesaggio.

La Land Art è l'arte che nasce all'aperto, dialogando con la terra stessa, piccole opere effimere che respirano con il vento e la luce, un invito per tutti a creare insieme, lasciando tracce poetiche nella natura.

SPAZIO_1.0

VIDEO INSTALLAZIONE

Gionata Xerra

Un'opera creata per "Leonardo 500" e presentata nella mostra "Peinture-écriture" ed ora proposta per la rinascita del Monte Mamaor.

INSTALLAZIONE FOTOGRAFICA

Giuliano Radici

"Simple Objects"

Cambiare il modo di vedere gli oggetti.

Cambiare lo sguardo per rinnovare il mondo.

SPAZIO_2.0

INSTALLAZIONE FOTOGRAFICA

Erminando Aliaj

Claudio Amadei

Michele Gusmeri

Vincenzo Parisi

Francesco Pennacchio

Giuliano Radici

Monica Silva

Sette fasi della vita, interpretate da sette autori del panorama fotografico italiano. Un percorso simbolico che diventa visione condivisa: le fasi della vita come pilastro della filosofia di KOS – Vita al Centro, al servizio delle persone.

VIDEO INSTALLAZIONE

Collettivo Macadame

Vedere, sentire, vivere è la loro filosofia, che ci propongono con il video realizzato per l'occasione.

SPAZIO_3.0

INSTALLAZIONE PITTORICA

Roberto Radici

Dal buio alla luce, dal limite alla rinascita.

Il cambiamento è possibile e Roberto lo propone con la sua arte.

PROGRAMMA * Partner

Solo le menti aperte
e lungimiranti sanno nutrire i grandi sogni,
trasformandoli in realtà.

main global partner



official partners



technical partner



creative partner



institutional partner



Questo progetto
vive grazie a chi ha
deciso di crederci.

Grazie
a chi ci aiuta a
scrivere questa
nuova storia di pace

Team KOS Vita la Centro

IL CERCHIO DI KOS - A.P.S

Via Colonnello Fincato,
Valeggio sul Mincio [Vr]
mail - info@ilcerchiodikos.org
sito - www.ilcerchiodikos.org

Per info progetto
emma.migliorati@ilcerchiodikos.org
tel - 3331643050