

MEMO **BENESSERE**8-11  
settembre**IL FESTIVAL DELLA  
COMUNICAZIONE**

Più di 100 appuntamenti tra incontri, laboratori, spettacoli, mostre ed escursioni e più di 120 ospiti (da Roberto Benigni a Piero Angela, da Mario Calabresi ad Aldo Grasso) si troveranno a Camogli (GE) dall'8 all'11 settembre per il Festival della Comunicazione. Tema: il "world wide web". Ricco anche il programma per i bambini. Info su: [festivalcomunicazione.it](http://festivalcomunicazione.it)

4-9  
settembre**IL SEMINARIO ANTISTRESS**

Hai bisogno di decomprimere la tensione? La Fattoria La Capitana a Magliano (GR), tra Maremma e mare, ti aspetta per un seminario condotto dallo psicologo Francesco Padriani. Apprenderai esercizi antistress e il massaggio bioenergetico che sintonizza corpo e mente. L'appuntamento è dal 4 al 9 settembre. Info su: [bioenergetica.eu](http://bioenergetica.eu) o al 333-6863888.

**VIVA IL FAGIOLINO CARNE** A Fabrica di Roma (VT) ci sarà la quarta edizione della festa del legume autoctono della zona, il fagiolo carne: un vero scrigno di importanti nutrienti. Se vuoi assaggiarlo, dal 16 al 17 settembre vai a Località Parco Le Vallette: potrai anche gustare un menù di ricette tradizionali. Info al 366-2356728 o su Facebook (sagra del fagiolo Fabrica).

16-17  
settembre

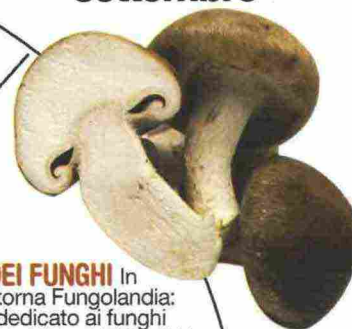
di Camilla Ghirardato

3  
settembre**LA  
CONFERENZA  
WELLNESS**

Al Palazzo della Gran Guardia di Verona il 3 settembre alle ore 17 si tiene la conferenza "La salute nelle tue mani". Protagonisti tre medici (Massimo Spattini, Filippo Ongaro e Pasquale D'Autilia) che guideranno un talk show di benessere a 360 gradi, parlando di alimentazione, sport e controllo dello stress. Ingresso libero. Per altre info chiama il 327-9052410.

dal 27 agosto  
al 3 settembre**LA  
VACANZA  
MAMMA FRIENDLY**

Sei single con bambini e cerchi una vacanza rilassante? A La Francesca Resort di Bonassola (SP) dal 27 agosto al 3 settembre c'è una settimana speciale dedicata ai "monogenitori", con attività assistite per i piccoli (come nuoto, vela, bike e visite al Parco delle Cinque Terre) e quindi tanta libertà per te. Info allo 02-6575639, [villaggiolafrancesca.it](http://villaggiolafrancesca.it)

3-11  
settembre**LA FESTA DEI FUNGHI**

In Val Brembana torna Fungolandia: l'appuntamento dedicato ai funghi e al loro mondo che si tiene dal 3 all'11 settembre. Undici paesi dell'Alto Brembo (BG) si mobiliteranno con iniziative per grandi e piccini: escursioni con micologi alla scoperta dei funghi, visite alle aziende agricole locali, concerti in quota, ma anche degustazioni, aperitivi e menu a tema nei ristoranti. Info su: [fungolandia.it](http://fungolandia.it), 348-1842781.

**A LEZIONE NELL'ORTO**

Lo chef stellato Massimo Spigaroli è pronto ad aprire il suo "giardino di verdure" al relais Antica Corte Pallavicina di Polesine Parmense (PR), dove spiegherà tutti i segreti per coltivare la terra. Alla fine della lezione (la prossima è il 16 settembre), ti porterai a casa anche una cassetta di primizie. Info scrivendo a: [relais@acpallavicina.com](mailto:relais@acpallavicina.com) (costo 60 €).

**UCCELLINI  
IN MOSTRA**

Viridea, con l'Associazione padovana ornitologi, organizza un'esposizione allegra e canterina al Garden Center di Torri di Quartesolo (VI) il 3 e il 4 settembre 2016, con oltre 100 uccellini, dai canarini ai pappagalli e a molte altre specie esotiche. Gli esperti saranno a disposizione per rispondere a domande e curiosità. E per tutti i bambini un regalo! Info su: [viridea.it](http://viridea.it)

16  
settembre3-4  
settembre[www.starbene.it](http://www.starbene.it) 13