



Vivere e mangiare sano Herbaria insegna l'equilibrio

Laboratori, mercati, mostre e spettacoli nel Maceratese

Chiara Sentimenti

NEL TEATRO NATURALE dell'Abbadia di Chiaravalle di Fiastra, a pochi chilometri da Macerata si alza il sipario della primavera inoltrata: alberi, fiori, erbe, silenzio e intorno luminose colline. Il luogo ideale per incontrarsi, stare insieme, riflettere sui grandi temi del presente, imparare che benessere e bellezza sono facce di una stessa medaglia. E questi sono solo le premesse, perché nei quattro giorni di Herbaria, la manifestazione organizzata dalla Fondazione Casa di Risparmio della provincia di Macerata in collaborazione con la Fondazione Giustiniani Bandini e la Camera di Commercio, si potranno sperimentare esperienze e manualità attraverso lezioni magistrali e laboratori, corsi, spettacoli e mostre. Il filo conduttore della quinta edizione è l'equilibrio raccontato sotto diverse forme, a partire già dall'apertura domani pomeriggio, alle 17.30, con l'incontro con Michele Serra e l'inaugurazione delle mostre Mercato verde, Monastica e Im-perfetto Equilibrio. Alle 18.30 spettacolo sui trampoli 'Tetes en Pair' della compagnia Saupalin, cui seguirà, alle 21, un monologo di Lella Costa, per dipanare con leggerezza e ironia il filo sottile dell'equilibrio che attraversa le relazioni del vivere quotidiano. I temi dello spreco e del dialogo interreligioso, invece saranno al centro delle lezioni con Carlo Petrini ('Mangiare, consumare, sprecare', venerdì alle 18) e di

DOMANI ILVIA

All'Abbadia di Chiaravalle fra bellezza, cibo e benessere E c'è anche la floriterapia

Vito Mancuso ('Equilibrio fra religioni?', sabato alle 18), mentre con Luca Mercalli (sabato alle 12) si proverà a immaginare un mondo con meno risorse, meno energia, meno abbondanza.

UN'ATTENZIONE particolare verrà dedicata al mangiare sano con la presentazione del libro 'Equilibrio&Gusto' realizzato da Aboca, interverranno la giornalista Giovanna Zucconi e Antonella Auricchio product manager Aboca e con gli approfondimenti della nutrizionista Evelyn Flachi e dello chef Simone Rugiati (venerdì alle 16), mentre sabato, alle 14, Manuela e Lucilla Di Chiara insieme a Luca Montersino presenteranno il libro della collana 'Ricette, ricordi, racconti' dedicato a Marmellate, conserve e liquori tradizionali. Alle 16 Francesco Petretti, Enrica Bonaccorti, Maria Grazia Capulli e Andrea Spaterna, ci spiegheranno come 'Star bene con i nostri amici animali' e, naturalmente, a Herbaria non poteva mancare la floriterapia: ne parlerà Marilena Zanardi nell'incontro 'Curarsi con i fiori' (domenica alle 11). Her-

baria, però, è anche grande spettacolo gli Oblivion in 'Far finta di essere G' un omaggio a Giorgio Gaber, dalle prime canzonette ai brani più sferzanti e impegnati (venerdì alle 21), mentre sabato, alle 21, sarà la grande musica di Stefano Bollani in 'Piano Solo' ad incantare il pubblico. Ufficializzata in questi giorni anche la presenza di Renzo Arbore che sarà all'Abbadia di Fiastra sabato pomeriggio. A Herbaria non mancheranno anche occasioni per fare acquisti al Mercato verde, dove 90 espositori offriranno gli ingredienti del buon vivere quotidiano: alimentazione, benessere e bellezza, vivaismo e artigianato. Come tradizione uno spazio sarà riservato alla cultura dei monasteri con Monastica, la vetrina con una scelta di oltre 300 prodotti.

300

PRODOTTI

Sono cosmetici, cibi e bevande preparati nei monasteri



RELAX A destra la cerimonia del the; a sinistra, seduta di massaggi