



La Voce di Elisa ODV
presenta la
IV EDIZIONE del Festival del Rumore

PROGRAMMA

CAVALLERMAGGIORE

Venerdì 3 ottobre
Dalle 20 alle 22

Teatro San Giorgio
Via Turcotto 1

LA FAMIGLIA COME SISTEMA **comunicazione e relazione nella famiglia** **introduzione alla genitorialità**

Con **Dott.ssa Susanna CIELO**, psichiatra e psicoterapeuta

Con il termine "genitorialità" non si intende solo l'essere genitori reali, ma possedere al proprio interno uno spazio psicodinamico autonomo, che fa parte dello sviluppo adulto della persona. La teoria sistemica propone un modo di guardare e pensare alla famiglia come un sistema: non semplicemente la somma degli individui che la compongono, ma un "sistema interattivo aperto" costituito dai componenti della famiglia, dalle loro caratteristiche personali e relazionali. In questo sistema, il comportamento di ogni singolo individuo influenza quello di tutti gli altri membri, e qualsiasi mutamento che si verifichi in uno dei componenti retroagisce sull'intero sistema.

L'evento rientra nel progetto "Progetto Polis" finanziato da **Fondazione CRC**, all'interno del bando "Spazio Giovani"

In collaborazione con Spazio Polis e il Comune di Cavallermaggiore

INGRESSO LIBERO fino a esaurimento posti
Su richiesta sarà rilasciato attestato di partecipazione
Info: info@lavocedi Elisa.com

SAVIGLIANO

Sabato 4 ottobre

Dalle 10 alle 17

Parco Graneris

Viale del Sole

PRISMA DI BENESSERE

un viaggio nel verde tra mente, corpo e natura: la forza della collaborazione e la condivisione che generano energia

Una giornata speciale immersa nel verde del parco, dedicata al benessere della mente e del corpo. Un ricco programma di attività, laboratori, incontri e presentazioni per esplorare come natura e salute mentale possano intrecciarsi in modo armonioso. Come un prisma che scompone la luce nei suoi colori, l'evento celebra la varietà e la ricchezza del benessere: un viaggio multisensoriale che unisce corpo, mente e natura alla ricerca di equilibrio e serenità.

Sarà anche l'occasione per far conoscere il progetto di Montagna Terapia, promuovendo una cultura sociale più solidale e meno stigmatizzante. Un invito all'incontro e alla riflessione sul valore della diversità.

La forza del lavoro di rete è l'energia positiva che alimenta il benessere della comunità. Un'opportunità per tracciare nuove strade, creare connessioni e costruire percorsi condivisi, superando le differenze in un'ottica di inclusione e apertura, offrendo agli utenti la possibilità di sviluppare relazioni autentiche nel contesto sociale.

Ore 10 apertura con la presentazione delle attività e dei protagonisti, nel parco insieme a:

- ❖ **Il gruppo di Montagnaterapia "I Barbabuc"** del DSM ASLCN1: l'attività fisica in natura come strumento per stimolare il problem-solving, accrescere la consapevolezza di sé e valorizzare le proprie risorse. L'attività di montagnaterapia coinvolge le sezioni CAI di Saluzzo, Savigliano, Fossano e utilizza la camminata in montagna come strumento terapeutico, riabilitativo, educativo e preventivo, con uscite guidate da operatori qualificati e accompagnatori CAI. Il termine "Barbabuc", che indica persona "stravagante" ma determinata, è anche nome di un'erba alpina spontanea. Durante le escursioni di Montagnaterapia, da anni, raggiunta la meta viene sempre lasciato un acchiappasogni.
- ❖ **Ore 10 Premiazione del concorso "Acchiappa... l'acchiappasogni dei Barbabuc"** Il concorso è stato ideato dal gruppo di Montagnaterapia dell'ASL CN1 in collaborazione con Di.A.Psi Savigliano Fossano Saluzzo e le sezioni locali del CAI di Saluzzo Savigliano e Fossano, consiste nel trovare e fotografare

quanti più acchiappasogni che i Barbabuc, durante le loro escursioni, hanno disseminato sui sentieri delle vallate cuneesi. Vengono premiati coloro che hanno collezionato ed inviato più fotografie di acchiappasogni nel corso dell'estate. I premi sono gentilmente offerti da Giuggia Sport Savigliano, Montagne di Lana Lagnasco, Patty Sport Savigliano, Tecnicamente Perfetto Manta e Vicentini Sport Saluzzo. **Premiazione ore 10**

- ❖ **Laboratorio di creazione di acchiappasogni** che rappresentano simbolicamente l'attività di Montagnaterapia promossa dal DSM ASLCN1 con i Barbabuc. Durante la giornata sarà possibile creare gli acchiappasogni insieme alle professioniste del gruppo di Montagnaterapia e con la partecipazione di **Chiara Tuninetti con Montagne di Lana: laboratori ore 11 12 14 e 15 (necessaria iscrizione)** con 10/15 persone per ciascun gruppo; il materiale necessario verrà fornito gratuitamente ai partecipanti che porteranno poi a casa il loro bellissimo acchiappasogni.

- ❖ **Il Cerchio Della Cura**, con le **Dott.sse Silvana Garelo e Silvia Re**, propone il *laboratorio esperienziale "La parole della cura"* alle **ore 11 e ore 15 - necessaria iscrizione** (aperto a 10 partecipanti per sessione). Durante la giornata le professioniste, insieme ad alcuni collaboratori, saranno presenti con materiale informativo, proposte e riflessioni. **Durante la giornata sarà possibile accedere ad una breve attività individuale dal titolo "Messaggi dal futuro".** La cura si esprime attraverso esperienze, relazioni, scambi. Il cerchio propone riflessioni e attività con al centro "La cura " di sé, dell'altro e di quanto ci circonda.

- ❖ **Fabio Balocco**, scrittore e blogger, autore di **"Verde clandestino" (Neos Edizioni)** ci introdurrà nel *mistero della natura che cresce spontanea in città senza l'intervento dell'uomo*: ciuffi di tarassaco che spuntano dalle crepe sul marciapiede, così come i boschi spontanei che si sviluppano nelle vecchie aree industriali abbandonate. Introduce e dialoga con l'autore **Giovanni Badino**, responsabile del "Centro di Turismo Escursionistico" e incaricato del servizio Tutela Ambiente e Agricoltura del Comune di Savigliano.

ORE 16: evento aperto a tutti senza iscrizione

- ❖ All'interno del parco sarà possibile ammirare la **Mostra fotografica "Verde clandestino"** di Fabio Balocco
- ❖ **Weco impresa sociale e l'Ente di Gestione delle Aree Protette Alpi Marittime** realizzano un'attività di **Forest Bathing**, per scoprire come il bosco può essere un alleato per il benessere psicofisico - **inizio attività ore 11, durata circa 2 ore - necessaria iscrizione** (sono previsti 15 partecipanti)
- ❖ **Rituale Yoga, con Alessia e Silvia Pronello**, realizza **sessioni di yoga** ispirate alla crescita interiore, dove corpo e mente si armonizzano attraverso respiro, movimento consapevole e contatto con la natura. Inizio attività **ore 11 - 12 e 15 - necessaria iscrizione, portare stuoia o tappeto** (10/15 partecipanti per ciascun gruppo)
- ❖ **Marysol Iannuzzi, specialista in Scienza della Nutrizione** *sarà presente durante tutta la giornata per offrire consigli e approfondimenti su un'alimentazione sana e consapevole, in armonia con la natura e orientata al benessere psicofisico, favorendo uno stile di vita equilibrato e sostenibile. Alle 12 e alle 15 incontri interattivi e coinvolgenti - aperti a tutti - per scoprire insieme curiosità, consigli e segreti su alimentazione e dieta*
- ❖ **Produzione Lenta - Scoprire il proprio impatto: gioco di consapevolezza Michele Donalisio**, fondatore di Produzione Lenta e divulgatore della sostenibilità, guiderà un'attività interattiva per prendere coscienza del peso che le nostre azioni quotidiane hanno sull'ambiente. Attraverso un gioco semplice e coinvolgente, i partecipanti saranno invitati a riflettere sui rifiuti che generiamo e sul nostro ruolo all'interno dell'ecosistema. Un'occasione per trasformare la consapevolezza in piccoli gesti di cambiamento. **Attività per tutti e senza iscrizione**
- ❖ **Espansione Ludica** associazione ludico-culturale dedicata alla diffusione della cultura del gioco da tavolo moderno, *animerà la giornata* con attività per tutti: dai giochi da tavolo di ogni genere fino alle coinvolgenti escape room in scatola. Il piacere di giocare insieme e condividere momenti di armonia si intreccia con il tema del benessere, offrendo un'esperienza divertente e aggregante. **Attività per tutti e senza iscrizione**
- ❖ **Prisma-SWAP in collaborazione con la Consulta giovani del Comune di Savigliano** durante tutta la giornata spazio dedicato allo scambio di vestiti e libri,

per dare nuova vita agli oggetti che amiamo e ridurre gli sprechi. Un'occasione per rigenerare il guardaroba e la libreria in modo sostenibile, promuovendo il benessere personale e quello del pianeta.

Alle ore 13 per i partecipanti agli eventi della giornata, **Nova Coop** propone ed offre un **sacchetto-pranzo** con prodotti a marchio COOP.

Punto ristoro con bevande organizzato in collaborazione con Consulta Giovani di Savigliano

In collaborazione con I **BARBABUC** (gruppo di Montagnaterapia DSM ASLCN1 – Psichiatria Area Nord), **Di.A.Psi Savigliano-Fossano-Saluzzo**, **Consulta Giovani del Comune di Savigliano**, **Espansione Ludica**

L'evento rientra nel progetto "Spazio ai diritti" finanziato da **Fondazione CRC**, all'interno del bando "Impegnati nei diritti"

Con il sostegno di **Nova Coop**

ISCRIZIONI

Gradita prenotazione Inviare un **messaggio WhatsApp** al numero **391 7641103** indicando per ciascun partecipante: **nome e cognome, attività scelta e orario dell'attività** (*sarà possibile iscriversi anche la giornata stessa dell'evento fino a disponibilità posti*)

L'evento in caso di **PIOGGIA** verrà effettuato presso **Centro Culturale Saviglianese, Piazza Nizza 11**

Info: info@lavocedielisa.com

RACCONIGI

Venerdì 10 ottobre
Ore 20.45

SOMS

Via Carlo Costa 23

CENTO GIORNI CHE NON TORNO

Storie di pazzia, di ribellione e di libertà (Laterza)

Con **Valentina FURLANETTO**, autrice del libro, scrittrice e giornalista Radio24 e Dott. **Giovanni ROAGNA**, responsabile CSM Psichiatria ASL CN1

Modera **Anna CAVALLERA**, giornalista

Un percorso sulla storia dell'assistenza psichiatrica in Italia dagli anni sessanta ad oggi, tra saggio, indagine giornalistica ed amarcord. Il romanzo si sviluppa su diversi piani, partendo dalla narrazione di due vite parallele: da un lato Rosa, che affronta anche l'internamento in manicomio; dall'altro Franco Basaglia e

la nascita della sua riforma. Due esistenze che si intrecciano sullo sfondo degli avvenimenti storici dell'Italia di quegli anni: la guerra, la sofferenza, la malattia mentale e la speranza.

«Cento giorni che non torno», ripete Rosa a una delle figlie che la va a trovare in manicomio di nascosto, perché una madre internata è una vergogna. È un grido di dolore, ma anche di resistenza, simbolo di una dignità da difendere.

In collaborazione con SOMS e Cantoregi

INGRESSO LIBERO fino a esaurimento posti

Su richiesta sarà rilasciato attestato di partecipazione

Info: info@lavocedielsa.com

SAVIGLIANO

Sabato 11 ottobre

Dalle 20.30 in poi

Palazzo Longis

Via Torre de Cavalli 5

RUMORS – MUSICA E STREET FOOD

Street Food

Band, cantante solista e DJ

Dimensione Arcana e Espansione Ludica

Progetto ABS - Cooperativa Sociale Alice Onlus

*Una serata di musica live - con il cantante **Videda** ed il solista rap **Fatey** - e DJ set con **Sky Thunderz**, accompagnata anche da street food. Evento pensato per i giovani e dedicato a valorizzare il legame tra musica e benessere mentale. Un momento di condivisione e divertimento, ma anche di sensibilizzazione sull'importanza del benessere emotivo e del supporto reciproco. La musica diventa uno strumento per raccontare e promuovere la salute mentale, offrendo uno spazio in cui esprimersi, ascoltare e sentirsi parte di una comunità.*

Dimensione Arcana e Espansione Ludica - associazioni ludico-culturale dedicate alla diffusione della cultura del gioco da tavolo moderno - animeranno la serata con attività che coinvolgeranno tutti: dai giochi da tavolo di ogni genere fino alle escape room in scatola. Il piacere di giocare insieme e condividere momenti di armonia si intreccia con il tema del benessere, offrendo un'esperienza divertente e aggregante

Progetto ABS è un progetto del **Servizio per le Dipendenze Patologiche ASL CN2 e Cooperativa Sociale Alice ONLUS**: occasione di incontro per confrontarsi su dipendenze e nuove generazioni. Gli operatori interagiranno in una riflessione su segnali, rischi e strategie di riduzione del danno/limitazione dei

rischi e prevenzione, con l'obiettivo di promuovere consapevolezza e benessere.

Con "Progetto ABS" e altri progetti di prossimità la Cooperativa Alice cerca di rispondere ai bisogni aprendo e percorrendo anche strade anticonvenzionali e apparentemente contro-intuitive, dando valore alla responsabilità individuale, e fornendo le risorse necessarie affinché le persone possano prendersi cura di se stesse e degli altri, nel rispetto della propria salute e del benessere della comunità.

L'evento RUMORS rientra nel progetto "Spazio ai diritti" finanziato da **Fondazione CRC**, all'interno del bando "Impegnati nei diritti"

In collaborazione con Consulta Giovani del Comune di Savigliano, Oasi Giovani, Dimensione Arcana (Moretta) e Espansione Ludica (Savigliano), Alice Cooperativa Sociale Onlus con SERD ASL CN2

Con il sostegno di BeneBanca Credito Cooperativo Italiano

INGRESSO LIBERO fino a esaurimento posti

Info: info@lavocedi Elisa.org

FOSSANO

Venerdì 17 ottobre

Ore 20.45

Aula Magna

IIS G. Vallauri

Via San Michele 68

I COLORI DELL'AUTISMO

Con **RED**, ballerina, insegnante, coreografa, e blogger, e **Dott. Maurizio ARDUINO** psicologo e psicoterapeuta, responsabile Centro Autismo e Sindrome di Asperger ASL CN1

Evento dedicato alla scoperta delle molteplici sfumature dello spettro autistico, per superare stereotipi e favorire una comprensione più autentica della neurodivergenza. Insieme al Dott. Maurizio Arduino, psicologo-psicoterapeuta e punto di riferimento nel campo dei disturbi del neurosviluppo, e a RED – ballerina, insegnante, coreografa, professionista e attivista autistica per i diritti delle persone autistiche, blogger - ci immergeremo in un dialogo tra scienza, esperienza personale ed espressione creativa. Un'occasione preziosa per riflettere su inclusione, identità e ricchezza delle differenze.

In collaborazione con associazione Revolution Fossano e IIS G.Vallauri

Con il sostegno di Fondazione Cassa di Risparmio Fossano

INGRESSO LIBERO fino a esaurimento posti
Su richiesta sarà rilasciato attestato di partecipazione
Info: info@lavocedielisa.org

SALUZZO

Martedì 21 ottobre
Ore 20.45

Cinema Teatro
Magda Olivero
Via Palazzo di Città 15

RABBIT HOLE

Film diretto da John Cameron Mitchell con Nicole Kidman

"Rabbit Hole" (2010), diretto da John Cameron Mitchell, è un intenso dramma che segue la storia di Becca e Howie, una coppia sposata che cerca di affrontare il dolore per la perdita del loro figlioletto in un incidente. Mentre ciascuno elabora il lutto in modo diverso, il loro matrimonio viene messo a dura prova. Interpretato da Nicole Kidman e Aaron Eckhart, il film esplora con sensibilità i temi del dolore, del perdono e della speranza. Mentre ciascuno elabora il lutto in modo diverso, il loro matrimonio viene messo a dura prova. Il film affronta con profondità e delicatezza i temi del dolore, del perdono e della rinascita emotiva. Un'opera toccante e sincera, che merita di essere vista per la sua autenticità e il suo potente impatto emotivo.

"NOI SCEGLIAMO DI"

Prima della proiezione del film Rabbit Hole, il gruppo "Survivors" presenta una breve drammatizzazione nata da un percorso esperienziale sul tema del lutto, condotto per La Voce di Elisa ODV dalle Dott.sse Silvana Garelo ed Elisa Palumbo. Attraverso gesti, parole e silenzi, i partecipanti mettono in scena frammenti autentici del loro vissuto, restituendo al pubblico uno sguardo intimo e sincero sul dolore della perdita e sulla ricerca di senso. Un momento toccante e condiviso, che apre alla visione del film con profondità e umanità.

In collaborazione con l'associazione Ratatoj APS

INGRESSO LIBERO fino a esaurimento posti
Info: info@lavocedielisa.org e info@ratatoj.it

SAVIGLIANO

Ottobre
Biblioteca Civica
"Luigi Baccolo"
Piazza A. Rimondi 15

BIBLIOTECA CIVICA: letture e benessere mentale con allievi della scuola infanzia e primaria

Info biblioteca civica

SAVIGLIANO

Lettura e approfondimento del libro *“Grande meraviglia”* di Viola Ardone, testo incentrato sul tema della salute mentale, con il **CIRCOLO DI LETTURA della Associazione “IL SALOTTO” di Savigliano**

Info: Il Salotto info.ilsalotto@gmail.com

Info: Marta Guerra 388 4890013

SAVIGLIANO Ludoteca

La Ludoteca “La casa sull'albero” sostiene il Festival del rumore