



## COMUNICATO

**Dal 19 ottobre al 7 dicembre la rassegna “Bene è Essere”**

***Realizzata da Rete Biblioteche Venezia con il contributo dei fondi strutturali europei PON Metro, in collaborazione con l'Associazione Futuro delle idee di Mestre: 12 incontri con divulgatori, poeti, scrittori per riflettere sul “vivere bene” come individui e comunità e mettere in relazione lettori e scrittori***

Il “vivere bene” si apprende, giorno dopo giorno, cercando di porsi in armonia con quello che ci circonda, imparando a prendersi cura di sé, della propria salute fisica, psicologica e spirituale trovando nuovi strumenti nella conoscenza e nell'incontro.

Così, dall'invito a riflettere sul legame tra corpo e mente, ecco un **ciclo di 12 incontri gratuiti con artisti, divulgatori, scrittori, giornalisti ed esperti** che si terranno in Biblioteca Civica VEZ, in Biblioteca San Tomà e in quella di Marghera.

Un progetto pensato per rafforzare il legame tra la comunità e diverse sedi della Rete Biblioteche che diventano veri e propri luoghi sociali d'incontro, di relazione e approfondimento.

La Rassegna si trasforma così in una originale indagine in grado di spaziare attraverso più discipline che coltivano una porzione dello ‘stare bene’ divisa in due sezioni.

### **La sezione “Benessere”: stili di vita, buona cucina, ambiente e natura**

La sezione “Benessere” - Stili di vita, buona cucina, ambiente e natura” prevede 6 incontri presso **la Biblioteca Civica VEZ di Mestre alle ore 17.30**, con autori, esperti e divulgatori che rifletteranno su vari aspetti del benessere, intendendolo non solo come stato di equilibrio psicofisico personale, ma anche come trait d'union in un rapporto sostenibile con la società e l'ambiente.

Si comincia **mercoledì 19 ottobre** con l'architetto-paesaggista e musicista **Andrea Mati** che, in dialogo con Giulia Zennaro, racconterà quale benessere può nascere nei suoi “giardini terapeutici” destinati alla cura e alla riabilitazione delle persone fragili o affette da patologie cognitive. Una storia di rinascite, di riconessioni e di guarigioni narrate anche nel suo libro “Salvarsi con il verde. La rivoluzione del metro quadro vegetale” (Giunti).

**Giovedì 27 ottobre**, spazio allo sguardo irriverente dell'attrice **Arianna Porcelli Safonov**, pronta a ribaltare i luoghi comuni del “green” in tono ironico e sorprendente; **giovedì 3 novembre**, **Valeria Margherita Mosca**, appassionata trekker, chef e amante della natura, svelerà come ha trasformato in professione il suo andare per boschi a raccogliere fiori e piante selvatiche da usare poi in cucina (“foraging”): in una chiacchierata con Alessandra Mercanzin rivelerà nuovi punti di vista sul rapporto uomo e natura, affrontati anche nei suoi libri “Cucinare il giardino” e “Imparare l'arte del foraging” (entrambi editi da Giunti).

La celebre giornalista **Eliana Liotta** è l'ospite di **mercoledì 9 novembre**: intervistata da Marilisa Capuano, la saggista e divulgatrice scientifica, ambasciatrice di #BuonePratiche per il 2022 della campagna #SprecoZero, invita il pubblico a riflettere sul fatto «siamo sì quello che mangiamo, ma quello che mangiamo cambia anche il mondo».

**Mercoledì 16 novembre**, incontro con la biologa nutrizionista **Laura Coluccio**, che insieme ad Alessandra Mercanzin proporrà un punto di vista alternativo sulle “diete”, imperniato sul sapersi «ascoltare, accettare ed amare».

L'ultimo incontro del ciclo, **mercoledì 23 novembre**, è affidato alle “buone maniere” di **Elisa Motterle**, definita “il volto del galateo del nuovo millennio”: l'unica trainer italiana di Etiquette, autrice del saggio “Bon Ton Pop - Manuale di galateo contemporaneo per migliorare se stessi e vivere bene con gli altri” (Harper&Collins), discuterà con Giulia Zennaro dell'importanza della gentilezza ai tempi attuali, per imparare a rispettare gli altri e star meglio nel mondo.

### **La sezione Relazioni “Leggere per raccontarsi”**

La sezione è dedicata agli incontri con l'autore, intitolata “**Leggere per raccontarsi**”, si articola in **altri 6 appuntamenti, alle ore 17.30**, pensati per tutti gli appassionati lettori della città e per quelli che creano comunità negli undici gruppi di lettura che si incontrano nelle sedi della Rete Biblioteche di Venezia. Un modo per invitare i cittadini a farsi protagonisti attivi della relazione con gli artisti, in una sorta dialogo aperto capace di schiudere nuovi punti di vista sul tema al centro della rassegna, e valorizzare la funzione stimolante e rigenerativa della lettura, per un benessere personale e condiviso.

L'avvio, **venerdì 21 ottobre, alla Biblioteca Civica VEZ** di Mestre, è affidato allo scrittore **Michele Catozzi**, con il suo commissario veneziano Aldani, un viaggio fuori dagli schemi in una Venezia assediata da turisti e malaffare, svelata in una chiacchierata con Riccardo Petito.

Tempo di musica, invece, per l'appuntamento di **domenica 30 ottobre** alla VEZ con l'originale polistrumentista **N.A.I.P.** che, a tu per tu con Andrea Giovannetti, racconterà la sua avventura a X-Factor e il suo approccio personalissimo alla composizione.

La poesia è protagonista **martedì 8 novembre** alla **Biblioteca San Tomà di Venezia** nell'incontro con **Andrew Faber**: sollecitato da Marilisa Capuano, il poeta romano leggerà alcuni suoi componimenti tratti dalle sue raccolte, spaziando anche nell'ultimo lavoro, “Ti passo a perdere” (Mondadori), manuale di resistenza in versi alla scoperta di se stessi e dell'amore.

Si parlerà poi di giornalismo nelle aree di crisi **venerdì 11 novembre, alla Biblioteca di Marghera**, con la reporter di guerra **Laura Silvia Battaglia** che, insieme a Giulia Zennaro, spiegherà che significa raccontare i paesi tormentati dai conflitti, e in particolare il Medio Oriente. **Giovedì 2 dicembre**, sempre a Marghera, la parola che rigenera: ospite lo storyteller **Matteo Caccia**, instancabile osservatore dell'animo umano, che da anni raccoglie storie di vita delle persone dando voce al desiderio, del tutto umano, di essere ascoltati e compresi.

Si chiude **mercoledì 7 dicembre** con un evento finale a sorpresa in Biblioteca civica VEZ

**Tutti gli incontri saranno a ingresso gratuito con prenotazione obbligatoria fino a esaurimento posti.**