

**Per prenotazioni  
e maggiori informazioni:**

APT Valsugana Lagorai  
Uff. di Castello Tesino  
Tel. 0461 727730

mail: [castellotesino@visitvalsugana.it](mailto:castellotesino@visitvalsugana.it)



**ALTOPIANO DEL TESINO**  
VALSUGANA



### SABATO 19 OTTOBRE

**Ore 10 - 11.30** "Storie di Luce" Racconti animati per bambini Ass. Nonsoloyoga  
Cinte Tesino - giardino del Bar Centro Sportivo (in caso di pioggia saletta interna del bar) - Prenotazione consigliata ma non obbligatoria - Attività gratuita

**Ore 15.00 - 16.30** "Armonia e Luce" pratica di Hatha Yoga e a seguire Aperitivo della Salute a cura di Federica Bonato  
Cinte Tesino - giardino del Bar Centro Sportivo (in caso di pioggia saletta interna del bar) - Prenotazione obbligatoria - Quota di partecipazione € 10 (Comprensiva di tisana)

### DOMENICA 20 OTTOBRE

**Ore 10.00** "La Bellezza è luce" workshop di automassaggio per valorizzare la pelle a cura di Ass. Nonsoloyoga  
Cinte Tesino - giardino del Bar Centro Sportivo (in caso di pioggia saletta interna del bar) - Attività gratuita. Necessari tappetino e abbigliamento adatto alla pratica

## Weekend Emozioni e Salute

### VENERDÌ 25 OTTOBRE

**Ore 20.30** "Emozioni dal Profondo"  
concerto meditativo a cura di Aldo Macno  
Castello Tesino - Palazzo Gallo - Evento libero e gratuito

### SABATO 26 OTTOBRE

**Ore 10 - 11.30** La consapevolezza attraverso le immagini: induzione al rilassamento e visualizzazione guidata con Stefania Venturini Psicologa  
Castello Tesino - Biblioteca comunale - Attività libera e gratuita - Portare tappetino e cuscino

**Ore 12.30** Pranzo "Il gusto delle emozioni"  
Pieve Tesino - Golf Club La Farfalla - Quota di partecipazione € 30 (bevande alcoliche escluse) - Prenotazione obbligatoria presso il ristorante (nr di tel. 347/2791511)

### DOMENICA 27 OTTOBRE

**Ore 15** Emoziolandia: laboratorio esperienziale per adulti alla scoperta delle emozioni che condizionano la nostra vita con Stefania Venturini Psicologa  
Castello Tesino - Biblioteca comunale - Attività libera e gratuita

**Ore 17.30** Brindisi di chiusura di Vivi Tesino  
Autunno 2024  
Castello Tesino - Bar Area 51

# Vivi TESINO

## autunno 2024

WEEKEND SAPORI E PROFUMI DI CASTAGNE  
WEEKEND PAROLE E CARTA  
WEEKEND LUCE E BELLEZZA  
WEEKEND EMOZIONI E SALUTE



**ALTOPIANO DEL TESINO**  
VALSUGANA

## Weekend Sapori e Profumi di castagne

### VENERDÌ 4 OTTOBRE

**Ore 17.00 - 19.00** "Racconti del bosco: la castagna tra storia e aneddoti". Approfondimento storico-naturalistico sul mondo della castagna con Martina Loss - dottore forestale, Gianni Festini Brosa - Salus Comes e Fulvio Viesi - Presidente dell'Associazione Tutela Marroni di Castione Brentonico a seguire degustazione a tema castagna  
Castello Tesino - Palazzo Gallo - Evento libero e gratuito

### SABATO 5 OTTOBRE

**Ore 10.00 - 12.00** Percorso sul territorio. Riconoscimento dell'habitat della castagna a cura del Comitato Pro Feste comunitarie del Tesino e APS Stella Verde  
Pieve Tesino - Frazione Pradellano - Località Paregin (In caso di pioggia l'evento si svolgerà al chiuso nella struttura del Maso Paregin) - Ritrovo presso il Bar pizzeria Ristorante B&B Betty's Hill - Prenotazione obbligatoria -  
Quota di partecipazione € 5

**Ore 14.00 - 15.00** Percorso sensoriale nel bosco a cura del Comitato Pro Feste comunitarie del Tesino e APS Stella Verde  
Pieve Tesino - Frazione Pradellano - Località Paregin (In caso di pioggia l'evento si svolgerà al chiuso nella struttura del Maso Paregin) - Ritrovo presso il Bar pizzeria Ristorante B&B Betty's Hill - Prenotazione obbligatoria - Attività gratuita

**Ore 15.30 - 18.00** Laboratorio con la castagna a cura del Comitato Pro Feste comunitarie del Tesino e APS Stella Verde (in collaborazione con le associazioni di castanicoltori) a seguire degustazione dei prodotti preparati  
Pieve Tesino - Frazione Pradellano - Località Paregin (In caso di pioggia l'evento si svolgerà al chiuso nella struttura del Maso Paregin) Ritrovo presso il Bar pizzeria Ristorante B&B Betty's Hill - Prenotazione obbligatoria -  
Quota di partecipazione € 10

### DOMENICA 6 OTTOBRE

**Ore 10.00** Meditazione di ringraziamento alla natura Pieve e Cinte Tesino- Arboreto (in caso di pioggia l'attività si svolgerà presso il centro Polifunzionale di Pieve Tesino) - Prenotazione consigliata ma non obbligatoria - Attività gratuita

**Ore 12.30** Pranzo autunnale "I sapori della castagna"  
Castello Tesino - Albergo ristorante Bellavista - Quota di partecipazione € 30 (bevande alcoliche escluse) - Prenotazione obbligatoria presso il ristorante (nr di tel. 0461 594169)

## Weekend Parole e Carta

### VENERDÌ 11 OTTOBRE

**Ore 20.30** Come eravamo. 40 minuti per un viaggio multimediale sul filo della Memoria. Storia, costume, attualità e Alta Moda dell'Italia del '900 vista con gli occhi di "Eugenio Carbone. Un genio tra ago e pennello" (biografia romanzata scritta da Daniela Rossi). Conducono Daniela Rossi e Jenny Ravagnan  
Castello Tesino - Palazzo Gallo - Evento libero e gratuito

### SABATO 12 OTTOBRE

**Ore 10 - 12 e 14 - 17** Laboratorio di scrittura "Come imbastire una storia", con l'editor e scrittrice Prof.ssa Daniela Rossi  
Castello Tesino - Biblioteca Comunale -  
Quota di partecipazione € 10 -  
Prenotazione obbligatoria

### DOMENICA 13 OTTOBRE

**Ore 10 - 11.30** "Favole d'autunno" Racconti animati per bambini Ass. Nonsoloyoga  
Pieve Tesino - Bar del Polifunzionale di Pieve Tesino (in caso di pioggia all'interno del Bar del Polifunzionale) - Prenotazione consigliata ma non obbligatoria -  
Attività gratuita

## Weekend Luce e Bellezza

### VENERDÌ 18 OTTOBRE

**Ore 20.30** "A luci spente" viaggio nella storia della biancheria intima a cura di Annamaria Molin  
Ass. Nonsoloyoga  
Castello Tesino - Palazzo Gallo -  
Evento libero e gratuito