



con il patrocinio
del Comune di Monale

INGRESSO
LIBERO



ASTI en Essere

TREDICESIMA EDIZIONE

sabato 26 settembre 2026

dalle 9.00 alle 19.00

Chapitombolo Academy
Via Baldichieri, 18
Monale (AT)



IL GIARDINO DEI SEMPLICI

Passeggiata di scoperta naturalistica e di connessione a cura delle guide escursionistiche ambientali *Linda Frei* di MedinForest ed *Elena Giardina* di Bike Therapy.

Offerta libera per il progetto “Radici nel futuro”.

Ritrovo ore 9.30 con partenza ore 10.00.

SEDUTE DI OPERATORI DEL BENESSERE

dalle ore 9.30 alle ore 18.00



Simone Nosenzo: riflessologia plantare. **GRATUITO**

Viviana Odetti, Maria Grazia Cavallino e Fabiana Lanfranco: “Dall’io al noi: il counseling ed il coaching trasformano relazioni e risorse personali in benessere collettivo”. Spazio informativo. **GRATUITO**

Silvia Genevro: mindfulness individuale. **GRATUITO**

Giuliana Sessarego: musicoterapia e cromoterapia. **GRATUITO**

Dalle ore 15.00 alle ore 18.00 *Andrea Romagnolo*: sedute di Brain gym di gruppo o individuale. **GRATUITO**



EDUCAZIONE OLISTICA

Mondobosco: Progetto di educazione in natura 3 - 6 anni.

16.00 Laboratorio di falegnameria per bambini. **10 €**



PILLOLE DI...

10.30 *Progetto Ceste di Rapa*: “Il benessere passa dalla Terra, Ortofrutta Bio locale”.

11.00 *Dottorressa Giuliana Sessarego*: “Il mondo dei Colori a suon di Musica”.

11.30 *Dottor Fabrizio Manca*: “Medicina quantistica, luci e colori”.

12.00 *Cristiano Bordino*: presentazione del progetto “Nuove Cascine cura, territorio e cuore”.

12.30 *Mondobosco, un bosco per crescere*: presentazione del progetto.

15.00 *Fondazione Corte delle madri Bereguardo (PV)*: presentazione del progetto a cura di Sara Lucchi.

15.30 *Franco Correggia, naturalista*: “Specie , ecosistemi, biosfera: cooperazione ed interconnessione”.

16.00 *Farmacista Dott.ssa Eleonora Cassina*: “Omeopatia: una medicina per tutti”.

16.30 *Centro olistico Airone Bio*: presentazione del progetto “Biodanza nel sociale”.

17.00 *Fausto Jori, AD Ecornaturasi*: “L’agricoltura non è una fabbrica: le Nuove Tecniche Genomiche ed il NO del mondo del biologico”.



facebook/astibenessere



instagram.com/astibenessere

Il senso del NOI Dall’IO al NOI

Giornata di proposte di cura per la persona.

Per conoscere le discipline olistiche e naturali, per sperimentare le tecniche di cura naturali, per provare un’alimentazione sana e biologica!

Organizzazione a cura della Cooperativa della Rava e della Fava:

Piazza Porta Torino, 14 - Asti

Via Cavour, 83 - Asti

Per contatti ed info: 0141/321869 - www.ravafava.it



[coop.rava.fava.naturasi](https://www.facebook.com/coop.rava.fava.naturasi)

[coop.rava.fava.bottegaltromercatoasti](https://www.facebook.com/coop.rava.fava.bottegaltromercatoasti)

[astibenessere](https://www.facebook.com/astibenessere)



[cooperativa-della-rava-e-della-fava-naturasi](https://www.instagram.com/cooperativa-della-rava-e-della-fava-naturasi)

[coopravaefava_altromercatoasti](https://www.instagram.com/coopravaefava_altromercatoasti)

[astibenessere](https://www.instagram.com/astibenessere)

INAUGURAZIONE

9.00 taglio del nastro ed inaugurazione della 13° edizione a cura della socia Perotto Elena.



SPAZIO ESPOSITORI E ASSOCIAZIONI

Progetto Ceste di Rapa (Cambiano - Torino) - Ortofrutta Bio locale.

Durando Mariangela - Esposizione prodotti NAHRIN per la cura ed il benessere della persona completamente naturali, no vendita.

Radici nel futuro - Progetto di tutela degli ecosistemi forestali Astigiani.

Fondazione Corte delle madri Bereguardo (PV) ed Associazione Essere Pace - Libri e aggiornamenti sui ritiri dei monaci in Italia.

Associazione Magazzino Solidale San Domenico Savio (Asti) - Presentazione della propria attività sociale.

Ludi Bi (Ludovica Bordino) - Esposizione ceramiche fatte a mano.

L'orto naturale di Luciana - Banchetto espositivo e prova pratica di orto naturale.

Spazio BenEsserci, coop.Esserci (TO) - Spazio informativo.



“OLTRE LE MURA”

Gaetano Pedullà - Funima International: “Schiavi africani e nativi americani, un genocidio secolare”.



INSIEME PER....IL BENESSERE

Ass. Essere Pace: attività di gruppo scambio e confronto.

10.00 *Simone Deflorian, Studio Kappa*: “L’educazione come pratica della libertà” attività e sperimentazione del Metodo Freire. **GRATUITO**

10.30 *Ludi Bi (Ludovica Bordino): Laboratorio* “Espressione con l’argilla: creatività e riconnessione con la terra”. **10 €**

11.00 *Mariangela Durando*: yoga della risata. **GRATUITO**

11.30 *Ass. Magazzino Solidale di San Domenico Savio (Asti)*: Laboratorio di cucina etnica. **GRATUITO**
Su prenotazione: 0141-321869

14.30 *Airone Bio, centro olistico APS ASD (Asti)*: Biodanza per tutti. **GRATUITO**

15.30 *Ludi Bi (Ludovica Bordino): Laboratorio* “Espressione con l’argilla: creatività e riconnessione con la terra”. **10 €**

15.30 *Germana Chiusano*: Cerchio di donne: “Attività e pratica di gruppo all’aperto sul Femminino sacro”. **GRATUITO**

16.30 *Golosa di vita, Elena Fabris*: “Come ho cambiato mentalità su cibo, corpo e diete dimagranti verso salute e benessere”. Attività di gruppo all’aperto. **GRATUITO**

17.00 *Ludi Bi (Ludovica Bordino)*: Yoga per bambini, giochi di movimento, concentrazione e rilassamento. **10 €**

17.30 *Terra Mia*: workshop “La cucina degli scarti”. **GRATUITO**

18.00 *Chapitombolo Academy* : spettacolo finale. **GRATUITO**

ASSOCIAZIONE "GRUPPO PER L'AUTOGESTIONE"

COOPERATIVA **La Rava e La Fava** 1986-2026

altromercato

CHAPITOMBOLO ACADEMY

ARTE MAKIA

ASTI **Ben Essere**

TREDICESIMA EDIZIONE

sabato 26 settembre 2026

dalle 9.00 alle 19.00

Chapitombolo Academy
Via Baldichieri, 18
Monale (AT)

COME RAGGIUNGERCI

IN PULMAN

Per gli orari consultare il sito www.autolineeggiachino.it

IN AUTO

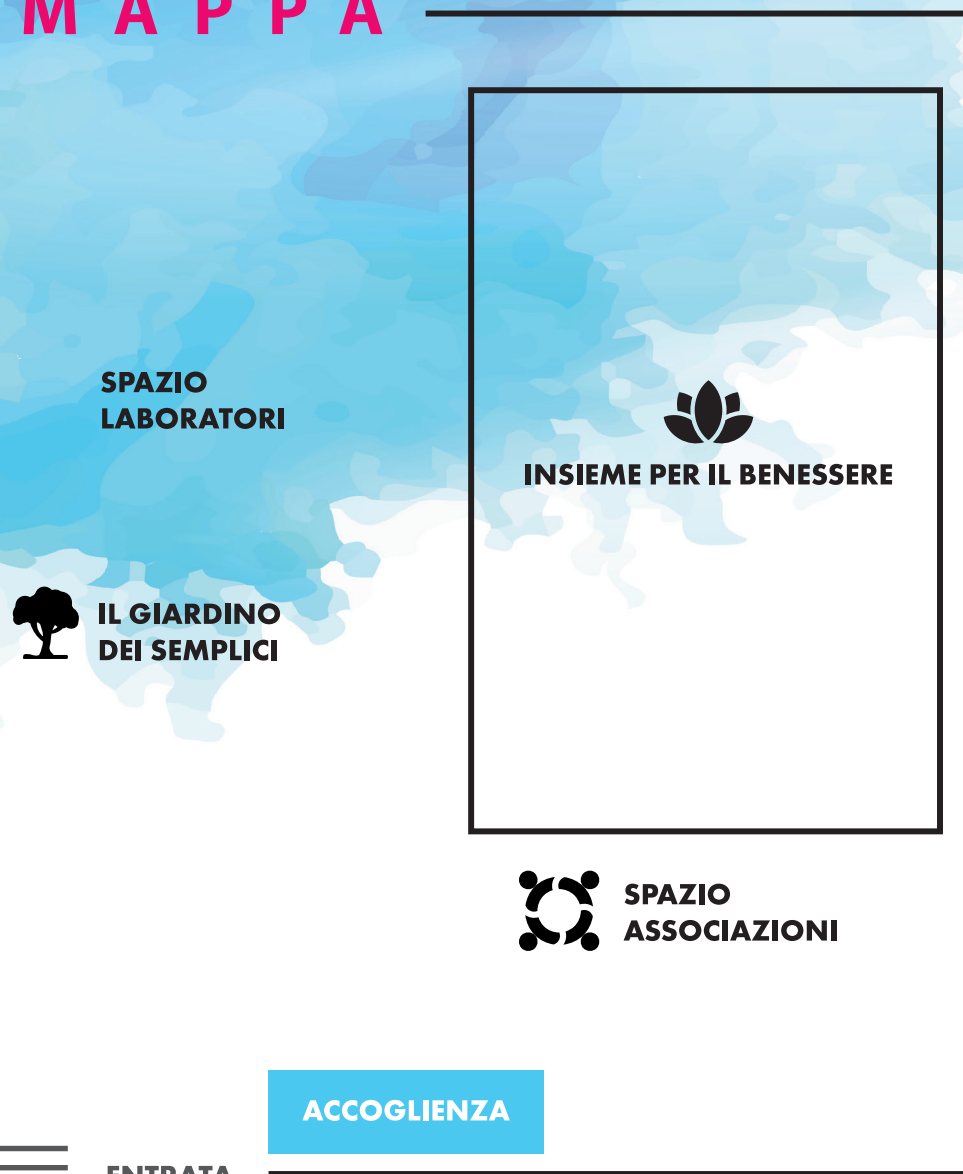
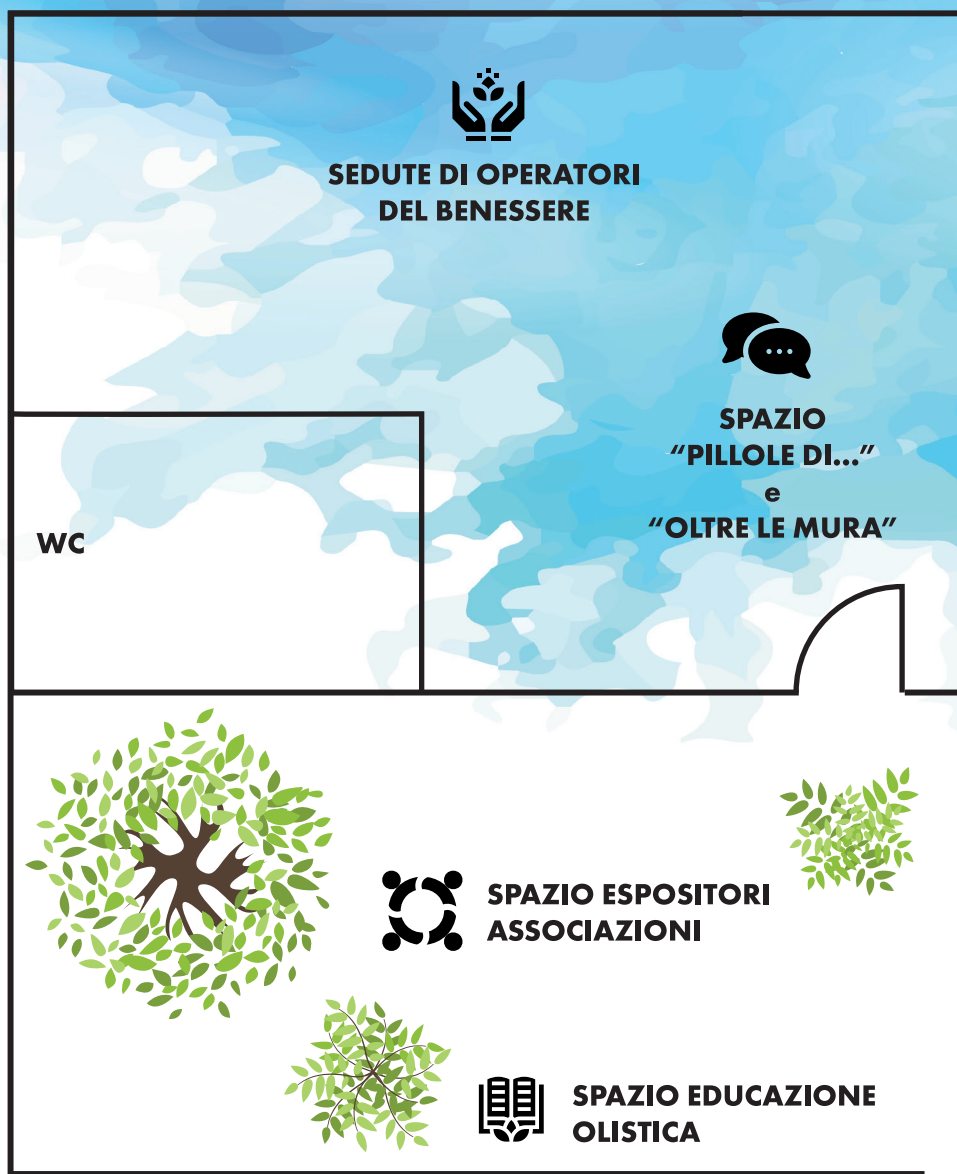
Autostrada Torino Piacenza > uscita Asti Ovest > direzione Villafranca d'Asti.



La cooperativa di consumo "Della Rava e Della Fava" in quanto organizzatrice di Asti Benessere declina ogni responsabilità per danni a persone o cose prima, durante e dopo la manifestazione.

UN RINGRAZIAMENTO PARTICOLARE A CHAPITOMBOLO ACADEMY PER LA DISPONIBILITÀ ACCORDATA

M A P P A



Sponsorizzato da



Media partner



Evento organizzato in collaborazione con



PRANZO CONDIVISO

Porta con te qualcosa da condividere.
Pane, posate, piatti, bicchieri e tovaglioli li mettiamo noi!

Ti aspettiamo dalle ore 13:00.

PRENOTA LA TUA SEDUTA O L'ATTIVITÀ CHE PREFERISCI
0141-321869
altromercato@ravafava.it

In evidenza

LA T-SHIRT UFFICIALE DI ASTI BENESSERE
La trovi presso la Bottega di Via Cavour, 83 ad Asti

