

# L'ISOLA CHE C'È 2014

11<sup>a</sup> Fiera provinciale delle relazioni e delle economie solidali



**Sabato 20 e domenica 21 settembre 2014**

Parco Comunale G. Garibaldi di Villa Guardia (CO)

Dalle 10.00 alle 23.00 - Stand fino alle ore 20.00

Ingresso 4 euro, bambini 5 centesimi! \*

**Servizio PARCHEGGI con NAVETTA GRATUITA - ore 10-22**

## **Chi lo fa**

L'associazione **L'isola che c'è** - Rete Comasca di Economia Solidale e l'**AVC-CSV** - Associazione del Volontariato Comasco e Centro Servizi per il Volontariato, con il patrocinio e il contributo di AIAB Lombardia, Banca Etica, BCC Cassa Rurale ed Artigiana di Cantù, CNA Como, Confcooperative, Coop Lombardia, Corto Circuito, Fondazione Provinciale della Comunità Comasca, Garabombo, LegaCoop, Comune di Villa Guardia, Provincia di Como.

## **Perché si fa**

Per mettere in relazione volontariato e territorio, produzione e consumo, attraverso una rete virtuosa costruita in dieci anni di attività dall'insieme dei soggetti che costituiscono la solidarietà comasca.

La Fiera è un laboratorio di ricerca di azioni, progetti, aspirazioni e idee, produzioni, consumi consapevoli e relazioni con un alto valore etico e solidale. La solidarietà e il volontariato, la sostenibilità ecologica, la valorizzazione del territorio, la centralità delle relazioni, la difesa e la promozione dei beni comuni, la partecipazione democratica sono i protagonisti a *L'isola che c'è*.

## **Cosa si fa**

**180** espositori ECO, BIO, EQUO, Volontariato, Cooperazione, Benessere

Dibattiti, Laboratori, Degustazioni, Animazione per bambini *spettacoli, giochi e laboratori creativi*

Spazio Voci di Donne, Spazio Benessere, Piazza del Baratto e (novità!) Piazza dei Mestieri

Musica, Equo-Bar, Bio-Ristoro *a km0*

*In caso di maltempo le attività culturali e di animazione si effettueranno presso la Palestra Comunale di via Tevere.*

\* Biglietto intero valido per entrambi i giorni della Fiera.

Tutte le Animazioni realizzate nella manifestazione (*Spettacoli, Concerti, Laboratori, etc.*) sono **GRATUITE**.

Dopo la Fiera il biglietto intero vale come Buono Sconto di 2 euro presso le Botteghe del Commercio Equosolidale della Coop. Garabombo e presso i punti vendita della Coop. Corto Circuito, per acquisti minimi di 15 euro.

Da quest'anno per ragioni amministrative abbiamo dovuto introdurre un biglietto d'ingresso.

Per sostenere le famiglie e offrire ai più piccoli un ingresso gratuito, proponiamo un biglietto simbolico di 5 centesimi per bambini fino a 14 anni.

Associazione **L'ISOLA CHE C'È** - Rete comasca di economia solidale - [www.lisolachece.org](http://www.lisolachece.org)

Via Pozzi 25, 22100 Como - CF: 95081950131 - P.Iva: 02901950135

Tel: 031.4451154 - Cel: 331.6336995 - Fax: 031.4451155 - Mail: [info@lisolachece.org](mailto:info@lisolachece.org)

# PROGRAMMA COMPLETO



## Sabato 20

### Dibattiti:

Spazio Dibattiti (*tendone area EQUO*)

◆ Ore 10.30-12.30: **Non aprite quella porta!** - *Come prevenire le truffe agli anziani*

Con: *Giuseppe Piccione* (Vice presidente Associazione Nazionale Carabinieri), *Vittorio Anghileri* (Presidente Sezione Penale Tribunale di Como), *Elisa Frigerio* (Psicologa, ANTEAS)

Saluti: *Massimo Rini* (Comune di Villa Guardia)

Introduce: *Roberto Cattaneo* (Presidente Associazione per i diritti degli Anziani)

◆ Ore 14.30-17.00: **Separati in casa? Una sussidiarietà ancora possibile** - *Cosa chiede il volontariato alle istituzioni, cosa chiedono le istituzioni al volontariato*

Con: *Maria Rita Livio* (Sindaco di Olgiate Comasco), *Silvia Magni* (Vice sindaco di Como con incarico di promozione della Partecipazione), *Francesco Pavesi* (Vice sindaco di Cantù con deleghe al Sociale, Cultura e Istruzione), *Gianfranco Garganigo* (Presidente AVC-CSV e Presidente provinciale di Auser), *Olivia Piro* (Responsabile Kibaré onlus)

Saluti: *Valerio Perroni* (Sindaco di Villa Guardia)

Moderata: *Francesca Painsi* (Portavoce del Forum comasco del Terzo settore)

◆ Ore 17.30-19.00: **Cohousing Camnago Volta** - *Il primo progetto di vicinato solidale a Como*

Con: *Ilaria Marelli* (Architetto e responsabile del progetto), *Marta Corubolo* (Esperta di cohousing e Designer di servizi e prodotti), *Leonora Chiavari* (Presidente Associazione Magiudò, Cohousing Milano Bovisa)

Spazio "Bar Casa dei Popoli" (*area EQUO*)

◆ Ore 10.30-12.30: **Buon Fine: da spreco a risorsa** - *A cura di Soci Coop Lombardia*

Con *Valter Molinaro* (Resp. innovazione e servizi Coop Lombardia), *Andrea Taborelli* (Ass. Incroci)

◆ Ore 16.00-17.30: **Un'altra EXPO è possibile** - *L'esperienza di Expo Dei Popoli e Cascina Triulza all'interno di Expo 2015 - A cura di Arci Provinciale Como e Arci Regionale Lombardia*

◆ Ore 17.45-19.00: **Lidia Menapace presenta il libro "Io, Partigiana. La mia Resistenza"** - *A cura di Arci Provinciale Como*

Spazio "Corto Circuito" (*area BIO*)

◆ Ore 10.30-12.30: **Nuovi adolescenti: disagio psicologico e alimentazione**

Con: *Rossella Ridolfi* (Psicologa e Psicoterapeuta)

◆ Ore 14.30-16.00: **Dalle zucchine agli elettroni: un GAS sulla fornitura elettrica?** - *La proposta CO-energia e come "fare sistema" in progetti collettivi di Economia Solidale*

◆ Ore 16.30-17.30: **L'agricoltura che vogliamo** - *A cura di AIAB Lombardia*

### Spettacoli per bambini:

Ore 15.00-16.00: **"Alia racconta" storie di bambine coraggiose** - *Fata Morgana (Spazio Voci di Donne)*

Ore 16.00-17.00: **"Circo in valigia" equilibrismi, fuoco e giocoleria** - *Axel (pista da ballo)*

Ore 17.00-18.00: **"Ma certo che no!" narrazione per bambini** - *Luminanda (sotto al cedro)*

### Concerti:

Ore 21.00: **No lies** - *Soul band tutta al femminile*

Ore 22.00: **Shame & Skandal** - *Awa & Valentina backed by The Family Band (Reggae)*



## Domenica 21

### Dibattiti:

Sala Consigliare (Via Varesina 72)

- ◆ Ore 14.30-17.00: **Con le mani nella pattumiera!** - *Trasparenza, partecipazione e prevenzione nella gestione dei rifiuti*

Con: *Raphael Rossi* (Esperto nella gestione dei rifiuti e testimone di giustizia), *Roberto Cavallo* (Comunicatore ambientale e esperto di buone pratiche ambientali), *Giuseppe Riggi* (Assessore Urbanistica e Ecologia Comune di Malnate)

Parteciperanno, inoltre, numerosi Amministratori del territorio (Sindaci e Assessori della Provincia)

Moderata: *Giacomo Magatti* (Rete Clima)

Spazio Dibattiti (*tendone area EQUO*)

- ◆ Ore 11.00-13.00: **La Cittadella della salute a Como** - *A cura del Comitato Cittadella della salute*

Tavola rotonda con: *Paolo Furgoni* (Sindaco di Cernobbio), *Luca Gaffuri* (Consigliere regionale PD), *Antonio Muscolino* (Medicina Democratica), *Gianfranco Garganigo* (Auser), *Gianluca Giovinazzo* (Resp. sanità PRC), *Giuseppe Callisto* (FP Cgil), *Lucia Cassina* (Segreteria CGIL Como), *Luisa Seveso* (Presidente ACLI), *Antonella Pinto* (Architetto del Comitato Quale futuro per Rebbio), *Marco Lorenzini* (Coord. Provinciale SEL)

Introduce: *Manuela Serrentino* (Medico del Forum salute regionale SEL)

Moderata: *Sergio Baccilieri* (Giornalista del quotidiano La Provincia)

- ◆ Ore 17.30-19.00: **La cultura che cura** - *Può la cultura far bene come una medicina?*

Con: *Jacopo Boschini* (Coop. AttivaMente), *Barbara Minghetti* (Teatro Sociale Aslico), *Silvia Ostini* (Ass. Studio via dell'Orto)

Spazio "Corto Circuito" (*area BIO*)

- ◆ Ore 10.00-12.00: **Nuovi adolescenti: disagio psicologico e alimentazione**

Con: *Rossella Ridolfi* (Psicologa e Psicoterapeuta)

### Spettacoli per bambini:

Ore 16.00-16.30: **"Miss. Jenny Pavone" clownerie e trapezio fisso** - *Cristina Geninazzi (palco)*

Ore 17.00-17.30: **Lo scioppato** – *Mr. Lucky (prato accanto al palco)*

### Concerti:

Ore 19.00: Concerto Gospel **"Sogni & Segni d'Africa"** a cura del "Sankofa Gospel Ensemble" e del "Coro GAP Gospel Always Positive" - diretti da Carlo Rinaldi

Ore 21.00: **Wapyrat de Dieuppeul et Cacada** - *Spettacolo di danza, canti e percussioni senegalesi*

Ore 22.00: **Kuku Fighters** - *Musiche e percussioni italo-malinkè*

Itinerante durante la giornata: **Orkestrina Katerinke** - *Folk*

### Incontri collaterali:

Sala Consigliare

Ore 10.30-13.00: **Coordinamento provinciale di Libera a Como** - *Assemblea dei soci dell'associazione, aperta al pubblico*

## TUTTI I GIORNI

### Esposizione di prodotti, servizi, saperi e progetti con 180 soggetti del territorio

Commercio equo e solidale, finanza etica, gruppi d'acquisto solidale, cooperazione sociale, prodotti eco-compatibili, riciclo e riuso, energie rinnovabili e bioedilizia, agricoltura locale e biologica, artigianato, turismo responsabile, solidarietà internazionale, ambiente, pace, informazione, volontariato, associazionismo.

**Novità 2014: Piazza Dei Mestieri** con artigiani, produttori eco-compatibili, tessile naturale

**Spazi consulenze** gratuiti su **Energia** (area ECO) e **Gruppi d'Acquisto Solidale** (spazio Corto Circuito)

**Piazza del Baratto** dove barattare giochi, libri, abiti, accessori e tanto altro

**Museo Etnografico** a cura del Comune di Villa Guardia (Palazzina ex ASL)

**Laboratori & Incontri**, a cura della Cooperativa Corto Circuito

#### Sabato 20

Ore 10.30-12.30: Nuovi adolescenti: disagio psicologico e alimentazione

Ore 14.30-16.00: Dalle zucchine agli elettroni: un GAS sulla fornitura elettrica?

Ore 16.30-17.30: L'agricoltura che vogliamo

Ore 18.00-18.30: "La Cucina del CortoBio" - Presentazione del libro di ricette e incontro con gli autori

#### Domenica 21

Ore 10.00-12.00: Nuovi adolescenti: disagio psicologico e alimentazione

Ore 14.00-15.00: Laboratorio Facciamo il gelato!, *L'albero dei gelati*

Ore 16.00-17.00: Laboratorio Impariamo a fare il pane con la pasta madre, *Frank Metzger*

Ore 12.00-15.00: *Il BioSide... In Fiera stuzzicherie da camminar mangiando* (sia sabato sia domenica)

### Animazione per bambini

Giochi e laboratori creativi, di riciclo, di autoproduzione, di conoscenza:

#### Sabato 20

Area Ristoro (*tendone fronte cucine*)

Ore 14.00-15.00: Wool Tree (foglie e fiori di feltro colorato) - *I Manufeltri di Gealach*

Ore 15.00-16.00: Coloriamo il cielo con gli aquiloni - *Comitato per il Parco Regionale della Brughiera*

Ore 15.00-17.00: Colori ed emozioni, acquarelli su foglio bagnato - *Scuola Waldorf Como*

Ore 17.00-18.00: GAIA CHE GIOIA: laboratorio di ceramica per bambini - *Como Raku*

Pista da ballo

Ore 14.00-16.00: Legno in musica (mini-falegnameria) - *L'Atelier nel Bosco*

Ore 15.00-16.00: Vieni a cantare e recitare con noi - *Teatro Sociale di Como/Opera Education* (sul palco)

Ore 16.00-17.00: La leggenda della Baba Dochia e Martisor, giochi e storia dalla Romania - *Acuma Onlus* (sotto al cedro)

Ore 16.00-18.00: FUORI DI TESTA con noi al Bassone (pupazzeria) - *Casa Circondariale Carcere Bassone*

Ore 17.00-18.00: Giochi Scout - *CNGEI sezione di Como*

Zona Equo (*Bar "Bar Casa dei Popoli"*)

Ore 15.00-17.00: I 5 sensi del consumo: dimmi cosa compri, ti dirò che consum-attore sei - *Fratelli dell'uomo*

Ore 14.30-17.30: Henné, bellissimi disegni (tatuaggi non permanenti) - *Erga Omnes (proprio stand)*

#### Domenica 21

Area Ristoro (*tendone fronte cucine*)

Ore 14.30-15.30: La cera una volta (candele in cera d'api) - *Apicoltura Mazzola*

Ore 15.30-16.30: La medusa che si riusa - *Coop. Nuova Umanità*

Ore 15.00-17.00: Tintura Naturale (seta e bozzoli del baco) - *Coop. Sociolario*

Ore 17.00-18.30: Stampa lineografica: un gioco infinito! - *Garudalegno*

Associazione **L'ISOLA CHE C'È** - Rete comasca di economia solidale - [www.lisolachece.org](http://www.lisolachece.org)

Via Pozzi 25, 22100 Como - CF: 95081950131 - P.Iva: 02901950135

Tel: 031.4451154 - Cel: 331.6336995 - Fax: 031.4451155 - Mail: [info@lisolachece.org](mailto:info@lisolachece.org)

Pista da ballo

Ore 11.00-12.00: Contatta il tuo animale totem (yoga bimbi) - *Studio via dell'Orto*

Ore 14.00-16.00: Danze moderna e Afro-swing, incontro di culture con la danza e l'energia vitale - *ASD US Adi Casa de Arte/Scuola danza Moving*

Ore 15.30-16.30: Disegniamo il nostro Mandala, un grazie alla vita - *Laura Bellù*

Ore 15.30-17.30: La pista della sostenibilità - *Battito d'Ali*

Ore 17.00-18.00: La danza del riuso e del riciclo - *Sinergie*

Zona Equo (*Bar "Bar Casa dei Popoli"*)

Ore 15.00-17.00: A scuola dai cani - *Animare Onlus*

### **Tutti i giorni, continuati**

Zona Equo (*Bar Casa dei Popoli*)

Portatori sani di storie - *Cooperativa AttivaMente*:

Ore 11.00-12.00: Il Linguaggio delle Emozioni (breve conferenza spettacolo interattiva) - *Jacopo Boschini*

Ore 14.00-16.00: Girostorie, attività per bambini (un gruppo ogni 15 minuti)

Ore 16.00-17.00: Famiglie in gioco, laboratori genitori-figli (un gruppo ogni 30 minuti)

Ore 17.00-18.00: "Assaggi di Feeria" il potere educativo del racconto (consigliato a chi "lavora" con l'infanzia) - *Stefano Dragone*

Ore 10.00-12.00 / 14.00-18.00: Animazione per bambini con giochi, bans, truccabimbi, twister del mondo, palloncini, bolle di sapone, ecc. - *Bambini in Romania* (sabato e domenica) e *Stringhe Colorate* (domenica)

Presso lo stand degli espositori

Lezioni di musica (chitarra, basso, batteria, pianoforte, canto), percorso di psicomotricità, fiabe animate, laboratori creativi, play-time, gioco danza® e tanto altro - *Associazione Musicale Trova il Tempo in collaborazione con ConTeSto (zona Palco)*

L'Africa dei bambini: il villaggio di..... - *Associazione Kibarè (area Equo)*

Sosta ludica: manualità creativa e artistica in un laboratorio giocoso - *Associazione Tintillà (area Bimbi)*

Ludobus: Ludoteca di giochi della tradizione popolare - *Associazione Il Tarlo (area Bimbi)*

Quante ne sai sugli animali? - *Cultura Animale (area Equo)*

La logica delle mani - *Cose d'argilla (area Bio)*

Il suono del ramo cavo: esperienze con il didgeridoo - *Stefano Ravotti (area Bimbi)*

Scivoli gonfiabili - *Coop. Coliseum (area Benessere)*

Angolo morbido, giochi e attività con le MariPoppins - *MariPoppins di Studio di via dell'Orto (area Benessere)*

Chiamata alle Arti - *performance itineranti a cura del progetto Artificio*

### **Spazio "Voci di Donne" (tendone area EQUO)**

#### **Sabato 20**

Ore 10.00-11.00: I pannolini lavabili - *Teppolini*

Ore 11.00-12.30: Racconti al femminile per scolaresche

Ore 15.00-16.00: Spettacolo Teatrale per bambini - *Fata Morgana*

Ore 17.00-18.30: Donne nei racconti: tra passato, presente e futuro - *con Pia Mazza, Simona Galla, Maria Rita Molteni e Donatella Romanelli*

#### **Domenica 21**

Ore 10.30-12.00: Racconti al femminile per la prima infanzia e i loro genitori

Ore 14.30-15.00: Racconti al femminile per la prima infanzia e i loro genitori

Ore 15.30-16.30: Letture a cura dell'Università popolare

Ore 17.00-18.30: Conversazione filosofica sul mondo femminile - *conduce Simona Galla*

Ore 18.30-20.00: Aperitivo tra teatro e musica *con I novellatori di Cernobbio* e il gruppo *Le Due nel Cappello*

*Tutti i giorni: Spazio Morbido per allattamento e cambio pannolini a cura dell'Ass. "Nascere bene Vivere meglio"*

### **Spazio benessere (area Benessere)**

*Ozio, assaggi di massaggi, dimostrazioni pratiche, riflessioni...*

#### **Sabato 20**

Pagoda laboratori esperienziali:

Associazione **L'ISOLA CHE C'È** - Rete comasca di economia solidale - [www.lisolachece.org](http://www.lisolachece.org)

Via Pozzi 25, 22100 Como - CF: 95081950131 - P.Iva: 02901950135

Tel: 031.4451154 - Cel: 331.6336995 - Fax: 031.4451155 - Mail: [info@lisolachece.org](mailto:info@lisolachece.org)



Ore 11.00-12.00: Risveglio dolce con lo yoga nel prato - *Susanna Morgutti*  
Ore 14.00-15.00: Shorinji Kempo: dimostrazione e lezione di prova - *ASD US Acli Bushido Club*  
Ore 15.00-16.00: Pilates: equilibrio corpo e mente - *Wet Life*  
Ore 16.00-17.00: Khaita - Danze della gioia - *Asia Onlus*  
Ore 17.00-17.30: Mindfulness per bambini: imparo a sentire il corpo - *Studio Kyron*  
Ore 17.30-18.00: Mindfulness per adolescenti: gioco con le emozioni - *Studio Kyron*  
Ore 18.00-19.00: Danze meditative - *Sinergie*

Spazio conferenze:

Ore 11.00-12.00: Le Frequenze Acquisite della Paura. Perché si manifestano e come influenzano la nostra salute - *Accademia Vibrazionale*  
Ore 12.00-13.00: L'importanza della salute intestinale: disintossicazione intestino - *Coop. Colisseum*  
Ore 14.00-15.00: Ipnosi neoeriksoniana, conoscerla e sperimentarla - *Ordine Psicologi Lombardia*  
Ore 15.00-16.00: Psicosomatica e ricerca del benessere: comunicare con l'inconscio attraverso un'attenzione psicosomatica - *Studio via dell'Orto*  
Ore 16.00-17.00: Siamo ciò che mostriamo? Atteggiamenti e convinzioni a confronto - *MIP*  
Ore 17.00-18.00: Stop allo stress emotivo: imparare a gestirlo e a trasformarlo in energia - *Studio Metodo Grinberg®*

## **Domenica 21**

Pagoda laboratori esperienziali:

Ore 10.00-11.00: KUNG FU: dimostrazione e lezione di prova - *ASD US Acli "La Fenice Bianca"*  
Ore 11.00-12.00: Movimento Creativo - *Sinergie*  
Ore 12.00-13.00: Arteterapia - *Studio via dell'Orto*  
Ore 14.00-15.00: Khaita - Danze della gioia - *Asia Onlus*  
Ore 15.00-16.00: drAMA: emozioni in relazione con il teatro - *Studio via dell'Orto*  
Ore 16.00-17.00: Taiji quan e Qi gong salute e arte marziale - *ASD Mani nelle Nuvole*  
Ore 17.00-18.00: Rilassarsi in movimento "Stopping movement": Musica, movimento, consapevolezza - *Studio Metodo Grinberg®*  
Ore 18.00-19.00: Il Suono Divino. Un viaggio sonoro e spirituale alla scoperta di ritmi e suoni ancestrali - *Accademia di Medicina Vibrazionale*

Spazio conferenze:

Ore 11.00-12.00: Laboratorio di scrittura creativa - *MIP*  
Ore 12.00-13.00: Benessere a 360°: alimentazione, salute, sport - *Wet Life*  
Ore 14.00-15.00: ReflexologiaZU, reflexologia evolutiva - *AREZU Reflexologi ZU*  
Ore 15.00-16.00: Trasformare l'ansia in energia - *Ordine Psicologi Lombardia*  
Ore 16.00-17.00: Mamma e papà sto crescendo: a cosa servono i genitori - *Studio Kyron*  
Ore 17.00-18.00: Mille e una famiglia. Percorso di riflessione tra diverse organizzazioni familiari - *Coop. Colisseum*

## **Casa dei popoli – spazio musica, ristoro e incontro, a cura dei circoli Arci di Como**

Tavola fredda, panini, birra artigianale

## **Ristorazione crudista, a cura dell'Associazione Raw Garden**

Cucina crudista e macrobiotica

## **Creperia, a cura di GiroMobili**

Crepes biologiche a cura dei volontari dell'Associazione GiroMobili (raccolta fondi per Pailon Onlus)

## **Ristorazione Bio-Locale, Equo-Bar e Birra artigianale**

*Durante la manifestazione saranno attivi un servizio di **Equo-Bar**, con prodotti del commercio equo e solidale e **Birra artigianale** di produttori locali, e un servizio di **Ristorazione Bio-Locale**, con piatti della cucina tipica locale, piatti vegetariani e proposte etniche, il tutto utilizzando prodotti locali e biologici.*

*Nella Fiera si usano esclusivamente stoviglie biodegradabili e si attua la raccolta differenziata.*