



2021

Uno spazio dedicato al benessere con le associazioni e le aziende agricole innovative del territorio

Dal 15 LUGLIO al 20 AGOSTO  
dal giovedì alla domenica  
17:30 - 21:00

AREA FONTE DELLA NOCE  
PARCO FLUVIALE DEL VEZZOLA  
TERAMO

**h. 18:30 PRATICA DI INTEGRAL YOGA**

Associazione YAP Integral Yoga Centre  
Pratica fisico-mentale • Adulti • Tappetino proprio  
I^ lezione gratuita (successive € 10 salvo quota ass.)

**h. 19:00 NELLA BUONA E NELLA CATTIVA SORTE**

Relazione di coppia • Ass.ne Liberi di Essere  
Counselling • Per tutti • Gratuito

**VENERDÌ 6 AGOSTO 2021**

**h. 17:00 APERITIVO MERCATO**

AB-ROOTS / Collettivo coltivatori, artigiani, trasformatori  
Agricoltura e Degustazioni • Per tutti • Esperienziale  
A consumo

**h. 19:00 CLASSE BIOENERGETICA** • Associazione Psiké

Pratica psico-corporea • Per tutti • Esperienziale • Gratuito

**SABATO 7 AGOSTO 2021**

**h. 18:00 SVILUPPO MOTORIO** • AIMI Ass.ne Italiana

Massaggio Infantile Abruzzo  
Puericultura • Genitori e bimbi 0-12 mesi, mamme in attesa • Esperienziale • Gratuito

**DOMENICA 8 AGOSTO 2021**

**h. 17:30 NATURALMENTE... STORIE** • Associazione

Teramo Children  
Pedagogia • Letture per Bambini 4-9 anni • Esperienziale • Gratuito

**GIOVEDÌ 12 AGOSTO 2021**

**h. 17:30 NATURALMENTE... STORIE** Letture per

Bambini • Associazione Teramo Children  
Pedagogia • Bambini 4-9 anni • Esperienziale • Gratuito

**h. 18:30 PRATICA DI INTEGRAL YOGA**

Associazione YAP Integral Yoga Centre  
Pratica fisico-mentale • Adulti • Tappetino proprio  
I^ lezione gratuita (successive € 10 salvo quota ass.)

**h. 19:00 STRADE NUOVE** Esperienze intrapersonali

• A.Li.Co-D (Ass. Liberi dalla Co-dipendenza)  
Psicologia • Adulti • Esperienziale • Gratuito

**VENERDÌ 13 AGOSTO 2021**

**h. 17:00 APERITIVO MERCATO**

AB-ROOTS / Collettivo coltivatori, artigiani, trasformatori  
Agricoltura e Degustazioni • Per tutti • Esperienziale  
A consumo

**h. 18:00 LABORATORIO DI IMPROVVISAZIONE**

TEATRALE • Associazione Gli Sbandati  
Teatro • Bambini 4-12 anni • Esperienziale • Gratuito

**h. 19:00 LA SORELLANZA** • Associazione Psiké

Psicologia • Per tutti • Seminario • Gratuito

**GIOVEDÌ 19 AGOSTO 2021**

**h. 17:30 SPERANZE E RICORDI Esperienze Intrapersonali** • ALiCo-D Associazione Liberi dalla Co-Dipendenza

Psicologia • Adulti • Esperienziale • Gratuito

**h. 18:30 PRATICA DI INTEGRAL YOGA**

Associazione YAP Integral Yoga Centre  
Pratica fisico-mentale • Adulti • Tappetino proprio  
I^ lezione gratuita (successive € 10 salvo quota ass.)

**VENERDÌ 20 AGOSTO 2021**

**h. 17:00 APERITIVO MERCATO**

AB-ROOTS / Collettivo coltivatori, artigiani, trasformatori  
Agricoltura e Degustazioni • Per tutti • Esperienziale  
A consumo

**h. 19:00 IL VALORE DELLA SORELLANZA** • Ass. Psiké

Psicologia • Per tutti • Seminario • Gratuito

**FUORI PROGRAMMA**

**DOMENICA 22 E 29 AGOSTO 2021**

**h. 18:30 LEZIONI DI TAI CHI E QI GONG** • Associazione

Wang Academy  
Pratica fisico-mentale • Adulti • I^ lezione gratuita  
(successive €10 salvo quota ass.)



INFO:

[starbene.teramo@gmail.com](mailto:starbene.teramo@gmail.com)

Fb: @starbeneteramo

Ig: starbene\_teramo

STAR Bene è la rete che promuove valori oggi fondamentali quali l'alimentazione fondata su un'agricoltura dinamica e rispettosa dell'ecosistema; le pratiche di benessere corporeo come lo yoga, il tai chi, la meditazione, la bioenergetica; la psicologia del benessere (anche dei più piccoli); la comunicazione non violenta; l'educazione attraverso i linguaggi del teatro; l'attenzione all'ambiente con le tecniche del riciclo e del riuso.

Nel 2015, su stimolo dell'associazione **PSIKÈ**, che si occupa di psicologia del benessere e stile di vita umanamente sostenibile, con il supporto del **Centro Servizi per il Volontariato** di Teramo (oggi delegazione territoriale del CSV Abruzzo), tante associazioni hanno deciso di unirsi per farsi conoscere e amplificare la voce della prevenzione al disagio psico-fisico, ecologista e del diritto a una qualità di vita migliore.

**STAR Bene**, che contiene nel nome stesso finalità per cui è nata (STAR è l'acronimo di **Salute, Terra, Ambiente e Relazioni**), vuole riportare l'attenzione sulle priorità dei bisogni umani e del pianeta.

## GIOVEDÌ 15 LUGLIO 2021

### **h. 17:30 IL GRAFICO DELLA VITA**

Esperienze Intrapersonali • A.Li.Co-D (Ass. Liberi dalla Co-dipendenza)

Psicologia • Adulti • Esperienziale • Gratuito

### **h. 18:00 OCCHIO ALLA CICCÀ**

Associazione Rifiuti Zero Abruzzo

Ecologia • Per tutti • Esperienziale • Gratuito

### **h. 18:30 PRATICA DI INTEGRAL YOGA**

Associazione YAP Integral Yoga Centre

Pratica fisico-mentale • Adulti • Tappetino proprio

I^ lezione gratuita (successive € 10 salvo quota ass.)

## VENERDÌ 16 LUGLIO 2021

### **h. 17:00 APERITIVO MERCATO**

AB-ROOTS / Collettivo coltivatori, artigiani, trasformatori  
Agricoltura e Degustazioni • Per tutti • Esperienziale

A consumo

### **h. 18:00 LABORATORIO DI IMPROVVISAZIONE TEATRALE**

• Associazione Gli Sbandati

Teatro • Bambini 4-12 anni • Esperienziale • Gratuito

### **h. 19:00 LA FIABA CHE E' IN NOI**

Laboratorio di Scrittura Creativa • Associazione Psikè

Psicologia • Da 4 a 99 anni • Esperienziale • Gratuito

## **h. 19:00 DIMOSTRAZIONE NORDIC WALKING**

Ass.ne Interamnia Nordic Walking

Pratica fisica • Per tutti • Abbigliamento comodo, acqua, scarpe sportive • Gratuito

## SABATO 17 LUGLIO 2021

### **h. 18:00 IL CONTATTO CHE NUTRE**

AIMI Ass.ne Italiana Massaggio Infantile Abruzzo

Puericultura • Genitori e bimbi 0-12 mesi, mamme in attesa • Esperienziale • Gratuito

## DOMENICA 18 LUGLIO 2021

### **h. 17:30 KAMISHAMMÈ** Letture animate con Kamishibai •

Associazione Teramo Children

Pedagogia • Bambini 3-9 anni • Esperienziale • Gratuito

### **h. 19:00 INTEGRAL YOGA BIMBI**

Associazione YAP Integral Yoga Centre

Pratica fisico-mentale • Bambini 3-9 anni • Tappetino o telo personali • I^ gratuita (successive €10 salvo quota ass.)

## GIOVEDÌ 22 LUGLIO 2021

### **h. 18:00 OCCHIO ALLA CICCÀ**

Associazione Rifiuti Zero Abruzzo

Ecologia • Per tutti • Esperienziale • Gratuito

### **h. 18:30 PRATICA DI INTEGRAL YOGA**

Associazione YAP Integral Yoga Centre

Pratica fisico-mentale • Adulti • Tappetino proprio

I^ lezione gratuita (successive € 10 salvo quota ass.)

### **h. 19:00 TUTTI I BAMBINI SONO BUONI E ANCHE I LORO**

GENITORI Ass.ne Liberi di Essere

Counseling • Per tutti • Esperienziale • Gratuito

## VENERDÌ 23 LUGLIO 2021

### **h. 17:00 APERITIVO MERCATO**

AB-ROOTS / Collettivo coltivatori, artigiani, trasformatori  
Agricoltura e Degustazioni • Per tutti • Esperienziale

A consumo

### **h. 17:30 IO SONO, TU SEI... percorso di narrazione per educare alle differenze**

Ass.ne Teramo Children • Pedagogia • Bambini 6-10 anni • Esperienziale • Tappetino o telo personale, matite e pennarelli colorati • Gratuito

### **h. 19:00 L'INVENTAFIABE Simboli e significati della nostra storia personale** • Ass.ne Psikè

Psicologia • Per tutti • Esperienziale • Gratuito

## SABATO 24 LUGLIO 2021

### **h. 17:30 TERRA! Giocare con l'argilla metodo Bruno**

Munari • Associazione Teramo Children

Pedagogia • Per tutti • Esperienziale • Gratuito

## **h. 18:00 CHE COLICHETTE!**

AIMI Ass.ne Italiana Massaggio Infantile Abruzzo  
Puericultura • Genitori e bimbi 0-12 mesi, mamme in attesa • Esperienziale • Gratuito

## DOMENICA 25 LUGLIO 2021

### **h. 18:30 LABORATORIO DI IMPROVVISAZIONE**

TEATRALE • Associazione Gli Sbandati

Teatro • Bambini 4-12 anni • Esperienziale • Gratuito

## GIOVEDÌ 29 LUGLIO 2021

### **h. 18:00 CI INCONTRIAMO AL PUNTO LETTURA**

Lettere per Bimbi • Associazione Onde Libere

Pedagogia • Bambini 0-6 anni • Gratuito

### **h. 18:30 PRATICA DI INTEGRAL YOGA**

Associazione YAP Integral Yoga Centre

Pratica fisico-mentale • Adulti • Tappetino proprio

I^ lezione gratuita (successive € 10 salvo quota ass.)

## VENERDÌ 30 LUGLIO 2021

### **h. 17:00 APERITIVO MERCATO**

AB-ROOTS / Collettivo coltivatori, artigiani, trasformatori  
Agricoltura e Degustazioni • Per tutti • Esperienziale

A consumo

### **h. 19:00 CLASSE BIOENERGETICA** • Associazione Psikè Pratica psico-corporea • Per tutti • Esperienziale • Gratuito

### **h. 19:00 DIMOSTRAZIONE NORDIC WALKING**

Ass.ne Interamnia Nordic Walking

Pratica fisica • Per tutti • Abbigliamento comodo, acqua, scarpe sportive • Gratuito

## SABATO 31 LUGLIO 2021

### **h. 17:30 TERRA! Giocare con l'argilla metodo Bruno**

Munari • Associazione Teramo Children

Pedagogia • Per tutti • Esperienziale • Gratuito

### **h. 18:00 IL LINGUAGGIO DEL NEONATO** • AIMI Ass.ne

Italiana Massaggio Infantile Abruzzo

Puericultura • Genitori e bimbi 0-12 mesi, mamme in attesa • Esperienziale • Gratuito

## DOMENICA 1 AGOSTO 2021

### **h. 18:30 LABORATORIO DI IMPROVVISAZIONE**

TEATRALE • Associazione Gli Sbandati

Teatro • Bambini 4-12 anni • Esperienziale • Gratuito

## GIOVEDÌ 5 AGOSTO 2021

### **h. 18:00 CI INCONTRIAMO AL PUNTO LETTURA**

Lettere per Bimbi • Associazione Onde Libere

Pedagogia • Bambini 0-6 anni • Gratuito