

DOMENICA 13 LUGLIO

Dalle 10.30 alle 11.30 IMITIAMO I 5 ANIMALI CON IL QI GONG con Michela Muraglia

Esercizi per avvicinare i bambini alle discipline orientali.
Due sessioni da mezz'ora. Gradita la prenotazione,
tel. +39 366 1703058
Per le attività sarà necessario indossare abbigliamento comodo,
munirsi di telo e acqua.
| Area Campo Sportivo

Dalle 11.00 alle 18.00 FOOD & BEER Macelleria Moschetti e Birreria Poschiavina

| Piazzetta Macelleria Moschetti
Mieleria Moltoni
Il Chicco di Luce
Fattoria Al Doss
| Piazzetta Campo da Tennis

Ore 11.00 e ore 15.00 VISITA GUIDATA ALLA TORRE DI TEGLIO con le Guide di Valtellina

Evento a pagamento con obbligo di prenotazione.
Infopoint Teglio, tel. +39 0342 782000
| Ritrovo Infopoint

Ore 14.00 LA VIA DEL CERCHIO con Antonio Sisana e Vittorio Andrea Besio

Due incontri in Cerchio, dialoghi secondo gli insegnamenti e
istruzioni fondamentali del nativo americano Manitonquat,
medicines Story. Prenotazione obbligatoria.
Info su location e prenotazioni, tel. +39 371 3559295
| Sala della Via del Cerchio, Via Pozzi 5

Dalle 15.30 alle 16.30 PRATICA LIBERA DI YOGA MUDRA Meditazione con le mani con Stefano Battiato

Due sessioni da mezz'ora solo per adulti.
Gradita la prenotazione, tel. +39 370 3087996
Per le attività sarà necessario indossare abbigliamento comodo,
munirsi di telo/tappetino e acqua.
| Giardino Biblioteca

Dalle 17.00 alle 18.00 PRATICA LIBERA DI QI GONG SALUTISTICO con Michela Muraglia

Due sessioni da mezz'ora solo per adulti.
Gradita la prenotazione, tel. +39 366 1703058
Per le attività sarà necessario indossare abbigliamento e scarpe
comode e acqua.
| Giardino Biblioteca

Inoltre

SAB 12 LUG

Dalle 9.30 alle 13.00 e dalle 14.00 alle 16.30 CHE ARTE SEI?

Attività autonoma in museo per mettersi in gioco e
scoprire lati inediti della propria personalità.
| Palazzo Besta

SAB 12 LUG | DOM 13 LUG

Dalle 10.00 alle 12.00 e dalle 15.00 alle 17.00 LABORATORIO CON L'ACCADEMIA DEL PIZZOCCHERO

Laboratorio per la preparazione della pasta fresca
dei pizzoccheri.
Evento su prenotazione a pagamento
Infopoint Teglio o sede Accademia.
| Viale Morelli

Dalle 9.00 alle 18.00 TRA GIOCO E COLORE: L'ARTE DELLE FORME IN MOVIMENTO

Mostra personale dell'artista Laura Luraghi.
| Sala espositiva Maria Reghenzzani

Dalle 9.00 alle 18.00 ARTETERAPIA ALLA SCUOLA PARENTALE

Esposizione delle opere create dai bambini della scuola
parentale Mondo Magico Aps.
| Ingresso Biblioteca Comunale



1 AREA OPERATORI OLISTICI
Parco Chiusano

2 AREA OSTEOPATI
Casetta Giardino Biblioteca

3 STREET FOOD
Vie e Piazze del Borgo di Teglio

4 GIOCO DELL'OCA
Area Campo Sportivo

5 ACCADEMIA DEL PIZZOCCHERO
Viale Morelli

6 DIMOSTRAZIONI DI KARATÈ
Giardino Biblioteca

7 CONFERENZE
Sala Consiliare del Comune

8 CONCERTO AIRIN
Giardino Biblioteca

9 MERCATINI BIO E DELL'ARTIGIANATO
Viale Morelli

10 DIMOSTRAZIONE MACINATURA GRANI
Piazzetta Morelli

11 AIDO
Viale Morelli

12 BAGNO DI GONG
Salone Oratorio di Teglio

13 LABORATORIO CREATIVO TERAPEUTICO
Pozzo Biblioteca

14 ARTETERAPIA ESPOSIZIONE LAVORI
BIMBI SCUOLA PARENTALE
Ingresso Biblioteca Comunale

15 AMBULANZA

16 CHE ARTE SEI?
Palazzo Besta

17 VIA DEL CERCHIO
Sede della Via del Cerchio - Via Pozzi, 5



PALAZZO BESTA
Orario di apertura
9.00 - 13.00
14.00 - 16.00



BIBLIOTECA
Orario di apertura
14.00 - 19.00

TEGLIO Benessere 2025

bio
olistica
benessere

12 | 13
LUGLIO
2025



RASSEGNA DEDICATA AL BENESSERE
E AI PRODOTTI BIO E A KM 0

UN EVENTO ESPERIENZIALE

TEGLIO BENESSERE giunto alla sua **4° edizione**, è la rassegna dedicata alla **valorizzazione** di tutte quelle realtà, aziende, organizzazioni e professionisti, che promuovono i **principi di una vita sana**, fondamentale per il benessere dell'essere umano e di ciò che lo circonda.

Nell'affascinante borgo di Teglio, a 900 mt di altezza, con il suo clima mite e l'imponente patrimonio storico ed artistico, il prossimo **12 e 13 luglio**, si potrà prendere parte ad un **evento dedicato al benessere a 360°**.

Immersi nel verde del **Parco Chiusano** e del **Giardino della Biblioteca Comunale**, nella **sala Consiliare affrescata del Comune di Teglio** e tra le **vie del centro**, piccoli produttori e professionisti di varie discipline olistiche saranno lieti di divulgare ed illustrare le linee guida per uno stile di vita sostenibile.



SABATO 12 LUGLIO

Dalle 10.00 alle 22.00
MERCATINI BIO E A KM 0
| Viale Morelli



Dalle 10.00 alle 20.00
AREA MASSAGGI E TRATTAMENTI
| Area Parco Chiusano
In caso di maltempo Salone Oratorio dalle ore 10.00 alle 17.00

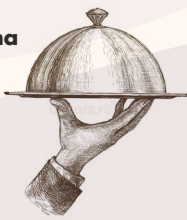
Dalle 10.00 alle 20.00
AREA CONSULENZE
| Area Parco Chiusano
In caso di maltempo Salone Oratorio dalle ore 10.00 alle 17.00

Dalle 10.00 alle 17.00
AREA OSTEOPATICA
| Casetta Giardino Biblioteca

Dalle 10.00 alle 22.00
DIMOSTRAZIONE DI MACINATURA GRANI
con **Valentino, produttore locale**
| Piazzetta Morelli



Dalle 11.00 alle 22.00
FOOD & BEER
Macelleria Moschetti e Birreria Poschiavina
| Piazzetta Macelleria Moschetti
Mieleria Moltoni
Il Chicco di Luce
Fattoria Al Doss
| Piazzetta Campo da Tennis



Ore 14.00
LA VIA DEL CERCHIO
con **Antonio Sisana e Vittorio Andrea Besio**
Due incontri in Cerchio, dialoghi secondo gli insegnamenti e istruzioni fondamentali del nativo americano Manitonquat, medicine Story.
Prenotazione obbligatoria.
Info su location e prenotazioni, tel. +39 371 3559295
| Sala della via del cerchio, Via Pozzi 5



Ore 15.00
MAGIE DA UN MONDO INVISIBILE, MICRORGANISMI FONDAMENTALI PER LA VITA
Conferenza tenuta da Barbara Pinton, Direttore Generale e Amministratore Delegato di Fimastars.
| Sala Consiliare Comune



Dalle 16.00 alle 17.00
ESIBIZIONI E DIMOSTRAZIONI DI KARATE
Con Okinawa Karate Club Sondrio-Tresenda.
| Giardino Biblioteca



Ore 20.00
BAGNO DI GONG
con **Laura Giordano**
Occorre partecipare muniti di materassino (tipo yoga), cuscinetto e plaid.
Prenotazione obbligatoria.
Info, costi e prenotazione tel. +39 348 4547825
| Salone Oratorio di Teglio
In caso di maltempo l'evento verrà annullato



Ore 21.00
CONCERTO DI MUSICA IRISH E CELTICA
Con il Gruppo Airin – Irish Celtik Folk.
| Giardino Biblioteca
In caso di maltempo Salone Oratorio

DOMENICA 13 LUGLIO

Dalle 10.00 alle 18.00
MERCATINI BIO E A KM 0
| Viale Morelli



Dalle 10.00 alle 18.00
AREA MASSAGGI E TRATTAMENTI
| Area Parco Chiusano
In caso di maltempo Salone Oratorio dalle ore 10.00 alle 17.00

Dalle 10.00 alle 17.00
AREA OSTEOPATICA
| Casetta Giardino Biblioteca

Dalle 10.00 alle 18.00
DIMOSTRAZIONE DI MACINATURA GRANI
con **Valentino, produttore locale**
| Piazzetta Morelli



Dalle 10.00 alle 18.00
«FAI CIO' CHE TI FA STARE BENE»
con **Sarah Finotto**
Laboratorio di espressione creativa con metodo arte terapeutico.
Costo 10 Euro, compreso tutto il materiale.
Info e prenotazioni tel. +39 0324 782000
| Pozzo Biblioteca Comunale

Dalle 10.00 alle 18.00
GIOCO DELL'OCA A GRANDEZZA NATURALE
Con **Zanubrio Marionettes**
| Area Campo Sportivo



Dalle 10.00 alle 11.00
PRATICA LIBERA DI HATA-YOGA
con **Stefano Battiato**
Due sessioni da mezz'ora solo per adulti.
Gradita la prenotazione, tel. +39 370 3087996
Per le attività sarà necessario indossare abbigliamento comodo, munirsi di telo/tappetino e acqua.
| Giardino Biblioteca

