

VENERDÌ 11 SETTEMBRE

- 18.30 **CERIMONIA INAUGURALE**
- 19.45 **LEONA DANCE SHOW** - Esibizione scuola di danza.

SABATO 12 SETTEMBRE

- 14.30 - 16.00 **ARTEKREA-FIORI AUSTRALIANI E FIORI DI BACH** - Fabrizio Sandrini e Roberta Ritano
 Presentazione delle essenze floreali come terapia vibrazionale che consente, attraverso un metodo totalmente non invasivo, di superare traumi, di rimuovere blocchi e di operare riequilibrio energetico, al fine di promuovere l'integrità ed il benessere psicofisico di ogni essere umano.
- 16.00 - 17.00 **ARTEKREA-EVENTO TAICHI** - Marcelo Rocha
 Storia del Tai chi. Esercizi di Falun-Gong, Tai Chi, Qi Gong, aperti a tutti. Dimostrazione della forma 24.
- 19.00 - 23.00 **FESTA A TEMA "Vesto Varese"** con RADIO VILLAGE/TOOSISTERS.

DOMENICA 13 SETTEMBRE

- 10.30 **ZUMBA PARTY** con i maestri di ballo delle scuole di Varese e Induno Olona, aperto al pubblico.
- 15.30 - 17.00 **ARTEKREA-EVENTO LABORATORIO CREATIVO DI CUCITO** - Beatrice Torresin
 Opera collettiva di ricamo creativo: una tela in comune in cui chiunque passa può lasciare un segno con ago e filo.
- 14.00 - 15.00 **SENSIBILIA FESTIVAL 2026 - PAROLE MEDICINA** - L'Alta Sensibilità: caratteristiche, risorse e sfide del tratto della personalità. Interviene: Dott.ssa Valentina Doati, Associazione Persone Altamente Sensibili - Hsp Italia.
- 17.00 - 19.00 **2ª EDIZIONE DEL CONCORSO IL CONDOMINIO LETTERARIO**
 A cura della testata giornalistica online Benvenuti in Condominio.

LUNEDÌ 14 SETTEMBRE

- 18.00 - 19.00 **COMMERCIO SICURO, TERRITORI PIÙ FORTI** - Prevenzione, legalità e sviluppo per il commercio di prossimità.
 A cura di Confesercenti Regionale Lombardia Sede Territoriale Varese.
- 18.30 - 20.30 **I GIOCHI NAZIONALI DI SPECIAL OLYMPICS: GLI ATLETI DI ASA VARESE RACCONTANO L'ESPERIENZA.**

MARTEDÌ 15 SETTEMBRE

- 16.00 - 17.30 **ARTEKREA - COLORA IL TUO MANDALA** - Romina Finotti
 Esperienza giocosa per bambini e adulti. Tra forme e colori stimolando la creatività, allenando la concentrazione e ritrovando la calma interiore divertendosi.
- 17.00 - 18.00 **ARTEKREA - LABORATORIO DI CROCHET** - Joana Luca
 Dimostrazione dal vivo di come nascono le creazioni con uncinetto, aperta a chiunque voglia cimentarsi.
- 18.00 - 19.00 **SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE SILOAM - L'EVOLUZIONE DELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE PER I DISABILI**
 Dall'assistenzialismo alla valorizzazione del talento: come cambia la formazione per le disabilità.
 In collaborazione con l'Assessorato ai Servizi Sociali del Comune di Varese con i relatori Molinari, Barile, Banfi e Giuliani, modera Matteo Inzaghi (Rete55).
- 19.00 - 20.30 **"CI METTO LA FIRMA". IL VALORE DEL GIORNALISMO NELL'EPOCA DEI SOCIAL E DEGLI INFLUENCER**
 A cura di VareSempres, La Varese Nascosta e Varesinando.
- 21.00 - 22.30 **INTELLIGENZA ARTIFICIALE IN AZIENDA: OPPORTUNITÀ CONCRETE, UTILIZZO CONSAPEVOLE E NUOVE REGOLE**
 Relatori: Davide Tonini, Responsabile Area Presales & Innovation - SIELCO Srl.
 Roberto Carettoni, Responsabile amministrazione e governance AI/ML - Confcommercio provincia di Varese.
 Moderatore: Brianza Diego, Responsabile Area IT - Confcommercio Varese.
 A cura di Confcommercio Ascom Varese.

MERCOLEDÌ 16 SETTEMBRE

- 16.00 - 17.30 **ARTEKREA - MOSTRA D'OPERE PITTORICHE TECNICHE DI DISEGNO E PITTURA** - Rosario Pirrott
 Esposizione quadri a presentazione di varie tecniche pittoriche espressive, materiale a disposizione per cimentarsi nel disegno a matita.
- 18.30 - 20.30 **VARESE CAMMINARE TUTTO L'ANNO.** L'escursionismo come motore di valorizzazione del territorio e di un turismo lento e stagionalizzato - Presentazione Podcast "Beyond Lake Varese" a cura di Rete55.
 Serata moderata da Stefania Cipolat e Mattia Andriolo.
- 21.00 - 22.00 **SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE SILOAM - LA FAMIGLIA DEL LAVORATORE DISABILE**
 Dietro ogni lavoratore con disabilità c'è un nucleo che sostiene, progetta e si evolve.
 In collaborazione con l'Assessorato ai Servizi Sociali del Comune di Varese con i relatori Molinari, Avila, Banfi e Giuliani modera Alessandra Toni (VareseNews).

GIOVEDÌ 17 SETTEMBRE

- 17.00 - 18.00 **SENSIBILIA FESTIVAL 2026 - NATURA MEDICINA** - Presentazione Libro: Abbecedario Straordinario. Lettere dalla Natura, e tu hai mai visto lettere in una foglia, in un fungo o in una pietra? Interviene: l'autore Dott.ssa Tiziana Barbato.
 È gradita la presenza, di genitori accompagnati, dai bambini.
- 18.30 - 20.00 **LA STORIA E I SUOI MISTERI: RICERCA E IMMAGINAZIONE** - A cura di Libreria Giunti Gavirate.
 Fare Cultura: ricerca storica e creatività, il binomio perfetto. Fonti storiche e fake news: che cos'è la storia? Esiste una versione ufficiale o un mondo sommerso di misteri irrisolti che ci parlano ancora nei secoli.
- 21.00 **FIORI, PIANTE E...QUALCHE SEGRETO** - una serata con i fioristi del territorio per scoprire come far durare più a lungo fiori e piante. I fioristi coinvolti: Alessandra (CELLINI FIORI), Stefania (FIORAIA CORVI) e Marco (ASTOR GARDEN).
 A cura di Confcommercio Ascom Varese.

VENERDÌ 18 SETTEMBRE

- 16.30 - 17.30 **ARTEKREA - MINDFUL EATING** - Fabrizio Sandrini
 La Mindful Eating è la pratica di mangiare prestando piena attenzione al momento presente, osservando le sensazioni fisiche, i pensieri e le emozioni legate al cibo senza giudizio. In questa mini lezione introduttiva parleremo delle basi della Mindfulness e faremo insieme due esercizi pratici per portare l'attenzione a ciò che mangiamo e al qui ed ora.
- 18.00 - 19.00 **ARTEKREA - AVVICINARSI ALLO YOGA** - Pietro Ferlito
- 20.30 **"TELEVENDITA SHOW, SFIDA SENZA PIETÀ"** ideato e condotto da Andrés Garofalo.
 L'evento che trasforma i venditori più scaltri in gladiatori dell'arena commerciale.

SABATO 19 SETTEMBRE

- 14.00 - 17.00 **ARTEKREA - TECNICHE ENERGETICHE E OLISTICHE** - Romina Finotti, Fabrizio Sandrini, Ivana Zanetti, Roberta Riitano
 Un piccolo assaggio di discipline millenarie e tecniche vibrazionali che vi accompagnano in un viaggio di rilassamento profondo, volto a ripristinare l'equilibrio naturale di corpo, mente e spirito.
- 17.30 **STAND UP COMEDY - SCUOLA SPETTACOLO M.ART.E** - C'è chi va in palestra, chi medita, chi spende in terapia.
 E poi c'è chi sceglie di ridere, dal vivo. Il format è semplice: microfono acceso, palco aperto, comici pronti a mettersi in gioco davanti a un pubblico complice.
- 18.30 - 20.30 **SENSIBILIA FESTIVAL 2026 - NATURA MEDICINA** Il profumo del mito: Storia, simbologia e segreti della regina dei fiori
 Non solo parole e storie, ma anche i sensi sono coinvolti: vista, tatto, odorato e....
 Incontro con esperienze sensoriali. Interviene: Lina Malfiore, Istituto di Psicosintesi Vares.
- 21.30 **EMOZIONI ROCK:** un concerto tributo che celebra Lucio Battisti attraverso una rivisitazione rock classica del suo repertorio più iconico.

DOMENICA 20 SETTEMBRE

- **10.00 - 11.00** **ARTEKREA - GRUPPO DI LETTURA "IL CAPOVERSO"** - Ilaria Gioia Salerno, Giulia Tirinnanzi
 Presentazione del gruppo di lettura, istruzioni su come partecipare agli incontri e momento di condivisione dedicato ai libri e alle proprie letture.
- **11.00** **PREMIAZIONE DELLA 3^a EDIZIONE DI RUN FOR LAKE VARESE** - Il Giro del Lago di Varese a cura di Varese EcoRun.
- **11.30 - 12.30** **ARTEKREA - BIBLIOTERAPIA UMANISTICA** - Fabrizio Sandrini
 La Biblioterapia è un processo di lettura, di riflessione e discussione facilitato, finalizzato alla crescita personale, allo sviluppo di consapevolezza e benessere attraverso il confronto con materiale narrativo in un contesto di gruppo.
- **15.30 - 17.30** **OSTEOPOROSI: L'IMPORTANZA DELLA PREVENZIONE E IL TRATTAMENTO NELLA DONNA CON TUMORE AL SENO**
 L'osteoporosi è una malattia silenziosa che sta facendo parlare di sé molto negli ultimi anni. Quello che abbiamo capito negli anni è che per combatterla sia fondamentale la prevenzione e la diagnosi precoce sia per quanto riguarda quelle forme primarie di osteoporosi sia quelle secondarie come, in particolare, quelle conseguenti a tumore al seno trattati con terapia ormonale. Interviene la Dott.ssa Marta Ferrando.