



## 1° FESTIVAL DEL VIVERE BENE

Cascia (06043 PG)

**Durata:** 08-19 agosto 2017

**Autore:** Sistema Museo

**Data:** 05 agosto 2017

[http://www.umbriaterremusei.it/data/pagine\\_custom/20170804170826\\_programma](http://www.umbriaterremusei.it/data/pagine_custom/20170804170826_programma)

Dall' 8 al 19 agosto 2017 Cascia vi aspetta con il **1° Festival del Vivere Bene**, una serie di eventi ispirati al tema della qualità della vita come valore aggiunto che il territorio di Cascia è in grado di offrire ai suoi abitanti e a tutti coloro che scelgono di visitarlo.

Le iniziative sono finalizzate a promuovere il "benessere" fisico e psichico. Tra gli obiettivi incentivare la pratica di attività sportive all'aria aperta (Festa dello sport, escursioni a piedi e in mountain bike) e la consapevolezza alimentare attraverso l'adozione di una dieta sana basata sull'equilibrato consumo di prodotti biologici a km 0 (visita ad aziende agricole e d'allevamento del territorio, attività didattiche mirate come "Mangiamo sano" e "Fare l'orto").

Le proposte incentrate sul benessere fisico si alterneranno con quelle culturali orientate a "nutrire" la mente e lo spirito.

Sabato 12 agosto, nell'ambito della IX edizione di **Aestivum**, mostra-mercato del tartufo estivo, si svolgerà la 1° estemporanea di pittura **I colori di Cascia**, a cura di Erika Lavosi.

Ulteriori appuntamenti da non perdere saranno la visita agli scavi archeologici di Villa San Silvestro, alla collezione museale di Palazzo Santi e ai luoghi di Santa Rita.

Molteplici saranno le occasioni per riscoprire la storia e la cultura di questo territorio impregnato di sacralità sin dagli albori dei tempi.

Il **1° Festival del Vivere Bene** è una manifestazione promossa dalla Pro Loco Cascia-Roccaporena, con il patrocinio del Comune di Cascia, nata dall'idea di Cinzia Carletti. Guida turistica dell'Umbria e casciana innamorata della sua terra, nei terribili mesi post terremoto la Carletti ha voluto avviare una collaborazione con il Comune di Cascia e la Pro Loco, mettendo a disposizione la propria professionalità, progettando e coordinando gli eventi del **1° Festival del Vivere Bene**. L'idea ha raccolto sin da subito l'approvazione di molti casciani, operatori economici, ma anche semplici concittadini che hanno accettato di collaborare mettendo in rete le proprie competenze ed i propri servizi per rilanciare il territorio.

Si parte a tutta energia martedì 8 agosto con la **Festa dello Sport**. dimostrazioni di sport varivi accompagneranno per tutto il pomeriggio, a partire dalle ore 16.00, in piazza Garibaldi e in piazza San Francesco.

"Nel cuore verde dell'Italia la Valnerina vi aspetta. La Valnerina è il luogo dell'anima, il luogo del vivere bene, dove benessere fisico e spirituale si fondono. Venite a Cascia ad agosto a visitare il nostro territorio - esorta la Carletti - vivetelo e godete di esso. E' il miglior aiuto che possiate darci."

Per i dettagli del programma ed eventuali ulteriori informazioni seguite la pagina Facebook **1° Festival del Vivere Bene - Cascia- PG**



