

## **SAN PIERO A SIEVE-CAFFÈ LETTERARIO IL 10/5 E PROPOSTE PER CORSI DI NORDIC WALKING E TAI CHI CHUAN.**

Fra le nuove iniziative della Biblioteca si segnalano:

-nell'ambito degli eventi del **Caffè letterario, Giovedì 10 Maggio, alle ore 17.00, presentazione del libro "IL VENTO CALDO DELL'AFRICA"** , a cura degli autori Gaetano Gennai e Massimiliano Sonetti. Un romanzo che si ispira a fatti e persone reali che ruotano intorno alle iniziative del movimento Shalom, ed in particolare al progetto di cooperazione internazionale sostenuto da Governo, Regione Toscana, Comunità Europea, Coop e Movimento Shalom, per lo sviluppo agricolo nel Burkina Faso, attraverso la coltivazione ed esportazione dei fagiolini africani, in vendita dal 2007 nei nostri supermercati. *"Cinque giovani adulti dalle vite disparate vengono sfiorati dalla presenza misteriosa, gentile e fugace, di uno sconosciuto vestito di nero. Si ritroveranno tutti in Burkina Faso - qualcuno farà anche una puntata nei campi saharawi - a collaborare nelle attività del movimento Shalom. Ciascuno a modo proprio, e tra lo sbocciare di qualche storia d'amore e di amicizia. Un'esperienza che li segnerà per sempre. "*

-nell'ambito di "Guadagnare salute" sono aperte le iscrizioni per:

. **un corso base di Nordic Walking**, con l'Associazione "Nordic Walking Firenze", e tre uscite previste Sabato 12 Maggio, dalle ore 16.30 alle 18.30, Domenica 13 Maggio, dalle 9.30 alle 11.30, e Sabato 19 Maggio, dalle ore 16.30 alle 18.30, per un totale di sei ore complessive. Il Nordic Walking può essere a ragione considerato una delle attività sportive alla portata di tutti più complete in assoluto. Fa bene al cuore, all'apparato osteoarticolare ed alla regolarizzazione del peso.

. **un corso di Tai Chi Chuan**, con Manuela Bernardi, a Villa Adami, scegliendo fra due turni: 2, 9, 16 e 23 Giugno, dalle ore 17.00 alle 19.00, oppure 3, 10, 17 e 24 Giugno, dalle ore 10.30 alle 12.30. Quattro incontri per avvicinarsi a questa antica arte marziale, basata sui principi della filosofia taoista e della medicina tradizionale cinese.

*La pratica del Tai Chi Chuan può portare significativi benefici per la salute e per il benessere del corpo e della mente. Essa lavora principalmente sullo sviluppo dell'energia interna e, attraverso movimenti lenti e fluidi ci insegna ad ascoltare il nostro corpo ed a percepirne le potenzialità. E' una disciplina che può essere praticata da tutti, senza limiti di età, e che non richiede abilità particolari, tranne la curiosità e il desiderio di scoprire la potenza racchiusa nella semplicità.*

Per informazioni ed iscrizioni ai corsi telefonare alla Biblioteca Comunale ( 055/8487528 ) nei pomeriggi dal Lunedì al Venerdì (ore 15.00-19.00), il Giovedì anche dalle ore 9.00 alle 12.00 ed il Sabato dalle ore 9.00 alle 13.00.

Comune San Piero a Sieve  
055/8487536