

GIORNATA MONDIALE Tante iniziative per celebrare insieme il tempo ritrovato

La lentezza è il segreto della felicità

Passeggiata, percorso energetico, letture sul materassino e danze comunitarie

(sl) «La lentezza, è questo il segreto della felicità». E per onorare la frase pronunciata nel film «Monsieur Ibrahim e i fiori del Corano», lunedì, in occasione della Giornata mondiale della lentezza, anche Inzago ha voluto fare la sua parte con diverse iniziative, dal tema «Alla ricerca del nostro tempo».

La giornata è cominciata alle 9.30 con il «Cammino del cuore»: i numerosi partecipanti, nonostante fosse lunedì mattina, si sono trovati alla Fondazione Marchesi per la misurazione della pressione, per poi fare una passeggiata di undici chilometri lungo il Naviglio Martesana, guidata dai soci della Banca del tempo.



«Il "Cammino del cuore", iniziato oltre un anno fa, è ormai diventato un appuntamento fisso - ha detto il

presidente della Banca del tempo **Anna Finelli** - Tutti i martedì e i giovedì alle 15 i cittadini di Inzago e dei

paesi limitrofi si incontrano davanti alla Fondazione Marchesi e, insieme ai nostri soci, camminano all'in-

IN TANTI
Il gruppo che si è trovato davanti alla Fondazione Marchesi per il «Cammino del cuore». In alto a destra, la passeggiata lungo il Naviglio



segna del rilassamento e dello stare bene insieme. Il 22 giugno proprio Inzago è stata scelta come location per un convegno che vedrà la partecipazione dei tanti gruppi di cammino già operativi nella Asl Milano 2, per uno scambio di idee ed esperienze. L'iniziativa è gratuita e aperta a tutti, per informazioni telefonare al numero 347-6477357».

La giornata è proseguita alle 10.30 con il Qi gong salutistico al Centro culturale De Andrè: un percorso

energetico per corpo, mente e spirito curato da **Loredana Fazzi**. Dopo pranzo, il programma realizzato dall'assessorato alla Cultura e dalla biblioteca prevedeva la lettura e l'ascolto «rilassati», con tanto di materassino e cuscino, di alcune pagine de «Il piccolo principe»; infine, «Il tempo ritrovato... nella gioia della danza»: balli comunitari per celebrare il tempo ritrovato. Il tutto all'insegna della lentezza e del benessere.