

CLES

Autunno

2026



TERRA

CIBO

SALUTE

SICUREZZA



16 ottobre dalle ore 20.30 alle 22.30
17 ottobre dalle ore 8.00 alle 14.00

Oratorio San Rocco - Cles

MERCATINO DELLO SCAMBIO

SCEGLI IL RIUSO, SCEGLI IL FUTURO

Vendita e acquisto di articoli usati autunno-inverno per bambini e ragazzi da 0 a 16 anni, all'insegna della condivisione e per dare una seconda vita agli articoli inutilizzati.

Per informazioni e se interessati alla vendita scrivere a mercatinoscambio.cles@gmail.com (entro il 10 ottobre).

A cura di volontari di Cles e dintorni



Martedì
20 ottobre
20.30

Palazzo Assessorile - Cles

A TAVOLA SENZA INGANNI

Sveliamo le trappole del marketing, dal finto bio al mito dei cibi light: consigli pratici e scientifici per fare acquisti rispettando l'ambiente e migliorando davvero la nostra salute quotidiana.

A cura di Gianpaolo Usai, formatore ed educatore alimentare



Martedì
27 ottobre
20.00

Sala Borghesi Bertolla - Cles

MAL DI SCHIENA: UN DOLORE DEMOCRATICO

Una serata di approfondimento della lombosciatalgia, della cervicalgia e delle fratture vertebrali per fornire indicazioni su percorsi diagnostici e terapeutici, illustrando le metodiche di trattamento più aggiornate.

Intervengono il prof. Silvio Sarubbo direttore dell'U.O. di Neurochirurgia dell'Ospedale Santa Chiara di Trento, il dott. Andrea Zanchi dell'U.O. di Ortopedia e Traumatologia dell'Ospedale Valli del Noce di Cles e il dott. Pier Paolo Berti del Reparto di Neurochirurgia dell'Ospedale S. Maurizio di Bolzano



Martedì
3 novembre
18.00

Sala Borghesi Bertolla - Cles

I PARADOSSI DELLA NOSTRA CIVILTÀ

L'uomo, l'ambiente e le altre specie: equilibrio o conflitto? Una serata con Roberto Cazzolla Gatti, ecologo, biologo della conservazione ed evoluzionista, professore associato di Biologia della conservazione e biodiversità dell'Università di Bologna.

A cura del Parco Naturale Adamello Brenta nell'ambito della rassegna *Conversazioni sulla Natura - Equilibrismi*



Dal 5 novembre al 5 dicembre

Biblioteca di Cles

MOSTRA DALLE PIANTE I COLORI

LANA, SETA E PIANTE COLORANTI

Alberi, erbe, fiori e frutti selvatici hanno costituito per millenni l'unica preziosa risorsa per la colorazione dei manufatti tessili. In mostra i risultati di un breve percorso di ricerca e sperimentazione sulle potenzialità tintorie della flora locale, svolto nello scorso luglio sul Monte Peller.

Progetto ed eventi a cura
dell'Associazione Colore e Tintura Naturale M. E. Salice

APPUNTAMENTI DALLE PIANTE I COLORI

Biblioteca di Cles

Giovedì **5 novembre** - **20.30**

INAUGURAZIONE DELLA MOSTRA

E CONFERENZA con l'esperta in colorazione naturale
Rosella Cilano e il botanico Paolo Zorer.

Venerdì **6 novembre** - **16.30**

Sabato **7 novembre** - **10.00**

L'OFFICINA DEGLI INCHIOSTRI

Antiche ricette per creare inchiostri naturali con cui fare
prove di scrittura a pennino.

Laboratorio su iscrizione per adulti e ragazzi dagli 11 anni

Lunedì **9 novembre** - **16.30**

Mercoledì **2 dicembre** - **16.30**

DIPINGERE CON LE PIANTE

Fiori, frutti e ortaggi forniranno una tavolozza di colori
vegetali che, con alcune trasformazioni alchemiche,
daranno vita a originali tonalità.

Laboratorio su iscrizione per bambini dai 3 ai 10 anni





Venerdì
13 novembre

18.00 - 21.00

Sala Borghesi Bertolla - Cles

PARLARE SENZA FERIRE

Dalla tensione al dialogo: parole, emozioni e strategie per capirsi meglio. Spazio di confronto laboratoriale per giovani (12+) e adulti per sperimentare insieme una comunicazione più consapevole e scoprire nuove strategie per trasformare i conflitti in occasioni di ascolto costruttivo.

Con Lorenza Dallago, psicologa di comunità.
Laboratorio su iscrizione (distrettofamiglia@comunitavaldinon.tn.it o n. 3408442883). Previsto un piccolo spuntino intermedio. A cura del Distretto Famiglia Val di Non, in collaborazione con la Comunità della Val di Non, nell'ambito del progetto CRESCERE INSIEME – Ente capofila coop. Kaleidoscopio con il finanziamento di Agenzia della coesione sociale e Fondazione Franco De Marchi



Martedì
17 novembre

20.30

Palazzo Assessorile - Cles

L'ARTE DEL BUON RIPOSO

Piccoli cambiamenti quotidiani per rigenerare mente e corpo. Come funziona il nostro sonno? Evidenze scientifiche e consigli pratici per ricaricare la propria vita.

A cura dell'Accademia Italiana di Medicina del Sonno con l'intervento della dott.ssa Paola Proserpio



Sabato
21 novembre

17.00

Cinema Teatro - Cles

MONDO

Raimondo e Margherita sono due ragazzini che amano la natura e trascorrono le loro giornate arrampicati sui rami di un grande taglio. Una storia divertente, a tratti esilarante, ma anche dolce e commovente sull'amicizia e sul rispetto per il nostro pianeta, raccontata per far riflettere e sognare insieme.

Spettacolo teatrale per bambini (6+) e famiglie
Ingresso € 3,00 (€ 2,00 per nuclei familiari di almeno 4 persone)
A cura di Anfiteatro
Testo e regia Giuseppe Di Bello con Marco Continanza



Martedì
24 novembre

20.00

Sala Borghesi Bertolla - Cles

IL PIANO DI PROTEZIONE CIVILE COMUNALE

Presentazione del documento recentemente aggiornato e dei principali rischi e criticità presenti sul territorio comunale, delle modalità di allertamento e di gestione dell'emergenza.

Intervengono: Stella Menapace, sindaco di Cles, Roberto Socin e Andrea Rubin Pedrazzo del Servizio prevenzione rischi e centrale unica di emergenza della Provincia Autonoma di Trento, Antonio Mover del Servizio Lavori Pubblici del Comune di Cles, Luciano Mendini, presidente del Nucleo Nuvola Val di Non, Giorgio Debiasi, già presidente Nuvola del Trentino e Herbert Lorenzoni, comandante del corpo dei Vigili del Fuoco volontari di Cles.

TERRA CIBO SALUTE SICUREZZA



La sicurezza deve essere ritenuta come un principio compreso nella nozione più ampia di salute e, quindi, sia come diritto primario della persona che come valore fondamentale collettivo tutelato dalla Costituzione.

La stessa è un concetto multidimensionale, riferito a tutte le situazioni e a tutti gli ambienti di vita delle persone.

Per tale motivo, l'Amministrazione comunale di Cles – fermamente convinta che ciò rientri nei propri doveri istituzionali e morali – intende fornire ai propri cittadini, mediante plurimi cicli di incontri nei luoghi più significativi della Borgata, un supporto sia tecnico/scientifico che valoriale al fine di promuovere una vera e propria “cultura della sicurezza” nei termini e ai fini di cui sopra.

Avv. Vito Apuzzo

Assessore alla Cultura, Istruzione, Turismo,
Ambiente e Progetto Sicurezza del Comune di Cles

**BIBLIOTECA
CLES**

INFO

0463.422006 - biblioteca@comune.cles.tn.it

Partecipazione libera e gratuita se non diversamente specificato



**dolomiti
energia**

