



Welcome autumn! Metti una sera d'autunno nel Parco del Mincio



IL RESPIRO DELL'ACQUA

CENA SOCIAL IN ... EQUILIBRIO SUL FIUME!

PRESSO L'AGIRELAIS VILLA DEI MULINI A POZZOLO

VENERDÌ, 6 OTTOBRE 2023

Dopo la lunga pausa estiva il Cad Bam inizia a proporre a tutti i soci ed amici, le nuove attività dell'autunno. Siamo felici di presentarvi questo appuntamento veramente interessante: una serata informativa unita ad una cena social, fatta di gustosi piatti, di chiacchiere e musica. Per questo abbiamo pensato ad un luogo molto piacevole, tra alberi rigogliosi, ai bordi del fiume: un posto naturale pieno di bellezza. Abbiamo scoperto **l'Agirelais Villa dei Mulini** a Pozzolo (Volta Mantovana), una dimora del '500 immersa nel paesaggio naturale del parco regionale del Mincio. Il suono dello scorrere lento dell'acqua del fiume ed il sussurro della brezza, rendono questo posto incantevole. La Villa, con la sua spiaggia e la sua isola naturale



raggiungibile attraverso un ponticello di legno, è il luogo ideale per rigenerare il corpo e lo spirito. Il Cad Bam ha voluto "lanciare" questa interessante iniziativa, frutto di una collaborazione tra un medico ed una terapeuta yoga. Duo tutto al femminile che ci introdurrà alla comprensione di un'idea di salute e benessere che coniuga le nuove frontiere della medicina moderna con la sapienza di tecniche millenarie, in un'ottica allargata, inclusiva e completa del concetto di "salute".

La Dottoressa **Laura Araldi**, medico chirurgo ed omeopata, ci parlerà di Scienza e Frequenze: guarigione Innovativa e Supporto Medico. Illustrerà una nuova tecnologia messa a punto dall'Istituto Rinaldi Fontani di Firenze per le Terapie di Modulazione Neuro Biologica, che rappresentano uno dei campi in ascesa della medicina moderna e che coinvolgono un'ampia gamma di specialità mediche, disturbi e patologie.

La Dottoressa **Vanessa Dimartina**, terapeuta yoga, ci parlerà invece di come la millenaria disciplina dello Yoga, le tecniche di meditazione e quelle di respirazione possano influenzare positivamente la salute grazie all'armonizzazione delle energie corporee mirando a creare equilibrio e guarigione.

È un'occasione da non perdere, super consigliata! Vi aspettiamo!



PROGRAMMA DELLA SERATA.

Ritrovo dei Signori partecipanti a **Villa dei Mulini - Via Volta - Pozzolo, 7 - 46049 Volta Mantovana - alle ore 19,00.**

Aperitivo di benvenuto (finger food: verdure pastellate, cecina alle erbe, prosecco, succhi e bevande analcoliche), quindi ci accomoderemo nella sala conferenze della Villa dove le Dottoresse Vanessa Dimartina e Laura Araldi, terranno una breve conferenza supportata da immagini (durata 1 ora circa totale).

A seguire cena affacciati sul fiume: ecco il menu



ANTIPASTO
Vellutata di cannellini e castagne
con chips di cavolo nero
PRIMI PIATTI
Gnocchetti di barbabietola
con nocciole e salvia su crema di zucca
e
Cappellacci ripieni di funghi
su un letto di crema al parmigiano
SECONDO
Ricciola scottata
su crema di patate e verdure saltate
DESSERT
Tortino al cioccolato con cuore morbido
e coulisse di frutti rossi
Acqua, vino della casa e caffè

Se volete sbirciare qualche info e vedere qualche immagine su Villa dei Mulini cliccate su <https://www.villadeimulini.it/>
È necessario **isciversi con sollecitudine** visto il numero limitato di posti a disposizione. In caso di impossibilità a partecipare per sopraggiunto impegno, siete pregati di telefonare tempestivamente al numero 348 2631376 (Chiara Steccanella).

E allora cosa aspettate? Vi aspettiamo!

N.B.: la quota di iscrizione è "simbolica" e ben lungi dall'effettivo costo: è stata voluta dal Cad Bam per dare la possibilità a tutti di partecipare all'evento.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 15,00

TERMINE ISCRIZIONI:

27 settembre 2023

REFERENTE CAD BAM:

Chiara Steccanella

NOTA BENE: ricordiamo che per poter partecipare alle manifestazioni del Cad Bam è necessario essere iscritti alla nostra associazione come Soci ordinari e/o Soci aggregati e/o Soci annuali. I Soci "Annuali" dovranno versare la quota di partecipazione tramite bonifico bancario sul conto corrente del "Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana" IBAN IT1810103011503000010000226, causale "**Il respiro dell'acqua: cena social a Villa dei Mulini**" solo nel caso non fossero correntisti di Banca Monte Paschi Siena.

INOLTRE: il Cad Bam non accetta prenotazioni telefoniche. È necessario iscriversi alla manifestazione esclusivamente tramite il modulo in calce alla circolare oppure tramite il nostro sito internet www.cadbam.it dove, dopo aver aperto la pagina della circolare interessata, troverete il modulo di iscrizione online. Per chi fosse impossibilitato o non riuscisse per qualsiasi motivo ad inviare il modulo di iscrizione online, sarà possibile fotografare il modulo qui sotto riportato dopo averlo compilato in ogni sua parte ed inviarlo via e-mail alla nostra Segreteria. E' possibile anche mandare una foto del modulo compilato via WhatsApp al numero di cellulare 3482631376 (Chiara Steccanella).

Per eventuali maggiori informazioni contattare la Segreteria del Cad Bam al numero telefonico 0376 262366, visitare il nostro sito <https://www.cadbam.it> oppure inviare un'e-mail a segreteria@cadbam.it o chiara.steccanella@cadbam.it



MODULO DI ADESIONE (*) ALL'EVENTO A VILLA DEI MULINI A POZZOLO IL 6 OTTOBRE 2023



Il presente modulo dovrà essere compilato in ogni sua parte, firmato, scansionato ed inviato tramite E-mail a segreteria@cadbam.it.

Per coloro che fossero impossibilitati a trasmettere copia del modulo compilato e firmato via e-mail, potranno inviare un'immagine via WhatsApp al numero: 348 2631376

COGNOME e NOME	E-MAIL - CELLULARE - TELEFONO FISSO	QUOTA €uro
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Totale quote di partecipazione dovute: _____

(*) IMPORTANTE: l'adesione sarà ritenuta valida solo se completa di tutte le informazioni richieste.

DICHIARO DI SOLLEVARE IL CAD BAM DA QUALSIASI RESPONSABILITA' PER DANNI CAUSATI E/O SUBITI DAI SOPRAELENCATI NOMINATIVI PER TUTTA LA DURATA DELLA MANIFESTAZIONE.

CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI, AI SENSI DELL'ARTICOLO 13 DEL D.LGS. 30 GIUGNO 2003, N. 196 E DELL'ART. 13 DEL REGOLAMENTO UE N. 2016/679: consapevole che in mancanza di consenso il CAD BAM non potrà dar corso ad iniziative o servizi che richiedano il trattamento dei dati personali già in suo possesso, acconsento al trattamento degli stessi per le specifiche finalità perseguite dalla presente iniziativa, compreso la loro eventuale comunicazione a terzi soggetti incaricati dell'organizzazione tecnica.

Il sottoscritto dichiara di essere consapevole che il CAD BAM è un mero intermediario di viaggi, ai sensi e per gli effetti di cui all'articolo 1 della Convenzione di Bruxelles del 23/04/1970, ratificata con legge n. 1084/1977, e che pertanto, ai sensi del comma 3 dell'articolo 22 della medesima convenzione, non risponde dell'inadempimento totale o parziale del viaggio o del soggiorno sopra indicato, per la cui conclusione il sottoscritto dichiara di conferire espresso mandato con rappresentanza.

Mantova, _____ Firma Socio Cad Bam _____

Con il presente ordine irrevocabile, il sottoscritto _____ autorizza la Banca Monte dei Paschi di Siena a bonificare, anche in più soluzioni ed a richiesta degli organizzatori, l'importo complessivo di €uro _____ a favore del Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana addebitando il c/c n. _____ funzionante presso la dipendenza di _____ ed identificato dal seguente IBAN _____, quale totale quote di partecipazione alla manifestazione in oggetto.

Mantova, _____ Firma intestatario c/c _____