

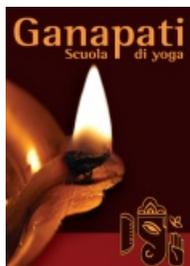
16:30
Conferenza "Ascolta la terra: la terra ti guida..." Masanobu Fukuoka, evoluzione di un insegnamento
 Con **Federico Rucchin**, agricoltore che ha intrapreso un progetto di agricoltura naturale sperimentale in un'area montana dell'estremo nord-est

17:00
 Lezione di **Yoga: Surya Namaskar**, Saluto al Sole. "Il Risveglio dell'Energia Vitale" condotta da **Claudio Fabris** di Ganapati Scuola di Yoga di Vicenza

19:00
Dessert Musicale
 Deliziose **note d'arpa** al crepuscolo del Solstizio d'estate con **Alessia Bianchi** (concertista d'arpa e musicoterapista)

Esposizione "**Opere**" dei ragazzi del "**Centro Gaia**" di Crespadoro (VI)

Venti colpi di martello possono non riuscire a rompere una pietra ma il ventunesimo può romperla; significa forse che i venti colpi erano inutili? No, il successo finale è il risultato dell'effetto cumulativo di tutti i colpi.
 Baba



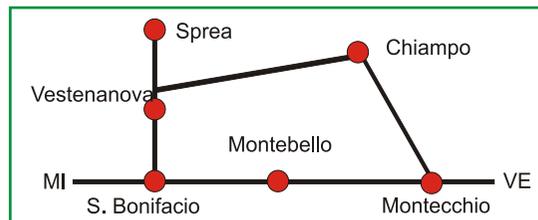
La Maresina
 Cibo/alimentari
 Arzignano (VI)



Azienda Agricola
FEDERICO RUCCHIN
 Cividale del Friuli



www.facebook.com/somarevegana
 per info: somarevegana@gmail.com



Con il patrocinio del comune di Badia Calavena

Si ringraziano inoltre:
 Gruppo giovani "Sprea in festa group"
 Ristorante Erbecedario di Sprea, Parrocchia di Vestenanova

L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali danni a cose o persone prima, durante e dopo la manifestazione



MENEGO MAISTRO
 ASSOCIAZIONE CULTURALE



19-20-21
Giugno
2015

III° EDIZIONE

Festival
vegan
di montagna

So' Mare Vegana
Vegani atterrano a Sprea
nel solstizio d'estate

Località: Sprea di Badia Calavena (VR)

VENERDÌ 19 giugno

19:00

Apertura con **Vegan Happy Hour**

Serata in **Musica** con **G.L.o.** duo di chitarre acustiche, jazz gitane

20:30

A Cena con **Marco Polo** tradizioni culinarie vegane "**Il Milione**": un viaggio in chiave veg sulla via della seta.

Su prenotazione:

Tel. 045.6510024 - Email: erbecedarioristorante@interfree.it

SABATO 20 giugno

Dal pomeriggio **Reiki con Massimo, Riflessologia plantare con Laura, Riflessologia facciale Vietnamita con Massimo, Agopressione cutanea con Paolo Massaggio Olistico Soul Touch con Ivana**

10:30

Passeggiata adatta a tutti, anche ai bambini, alla scoperta delle erbe e dei fiori spontanei commestibili, per imparare a usarli in cucina tra tradizioni, leggende e curiosità. Con **Elisa Ziggotti**, esperta di "educazione ambientale"

(Durata circa 2 ore, abbigliamento comodo, contributo libero 1 euro)

12:00

Apertura **Risto Vegan** in piazzetta con specialità gastronomiche "cruelty free" dello chef Cosimo Bicchierrì

12:00

Apertura **mercato** con aziende cruelty free, bio, vegan, equo-solidale, con la presenza dei gazebo delle associazioni no-profit

14:00

Passeggiata adatta a tutti, anche ai bambini, alla scoperta delle erbe e dei fiori spontanei commestibili, per imparare a usarli in cucina tra tradizioni, leggende e curiosità. Con **Elisa Ziggotti**, esperta di "educazione ambientale"

(Durata circa 2 ore, abbigliamento comodo, contributo libero 1 euro)

15:00

"La salute vien camminando" presentazione della tecnica del **Nordic Walking** a cura di **Paolo Giacobbe**

16:00

Conferenza "I nutrimenti che le essenze floreali apportano all'anima dell'uomo e al suo essere, alla terra e a tutte le specie viventi. Come i processi di coscienza dell'essere umano possono sostenere il lavoro agricolo".

A cura di **Ranieri Rossi** naturopata floriterapeuta Dynamic Pianta

17:00

Lezione di **Yoga: Pranayama**, le tecniche respiratorie per nutrire la Consapevolezza dell'Essere. Condotta da **Claudio Fabris** di Ganapati Scuola di Yoga di Vicenza

17:30

Corso cucina "Vegan Finger Food" con **Silvia Giordani**.

Per info e prenotazioni: somarevegana@gmail.com

18:30

Alessandro Filippi presenta

"Vini di Luce" e **"Cooperativa Vino Nuovo"**: metodo di produzione di vini bioenergetici secondo le teorie della fisica quantistica

19:30

Apertura **Risto Vegan** in piazzetta con specialità gastronomiche "cruelty free" dello chef Cosimo Bicchierrì

20:30

"L'ingiustizia della fame e iniqua suddivisione delle risorse del nostro Pianeta a discapito della Pace. Una strada non violenta per una Terra Madre di Tutti"

a cura di **Francesca Berti** operatore pastorale e assistente sociale

21:00

Musica dal vivo con **DIOACH**

Band vicentina di stampo folk che propone una musica il cui intento è di trasportare l'ascoltatore in un viaggio intimo, in grado di offrire storie di vita quotidiana e altre riflessioni che ne derivano
(<https://www.facebook.com/dioachmusic>)

DOMENICA 21 giugno

**Solstizio d'Estate Giornata mondiale dello Yoga
Musica di Strada con i musicisti di ZONACUSTICA**

Tutto il giorno **Reiki con Massimo, Riflessologia plantare con Laura, Riflessologia facciale Vietnamita con Massimo, Agopressione cutanea con Paolo Massaggio Olistico Soul Touch con Ivana**

09:00

Escursione guidata da **Remigio Cavallon** agricoltore e naturalista, **Gaetano Zarantonello** (agronomo Cantine Elvira) in collaborazione con il gruppo **G.A.S** di Arzignano attraverso le più belle contrade di Sprea fino a raggiungere il **"Brolo delle biodiversità"** in contrada dei Giri dove troverete ad aspettarvi un dolce e del vino naturale per un sano break. (Durata circa 4 ore, consigliate scarpe da trekking e bottiglietta di acqua, contributo libero 2 euro)

09:30

Apertura **Mercatino** con aziende cruelty free, bio, vegan, equo-solidale, con la presenza dei gazebo delle associazioni no-profit.

Scambio di semi e piantine insolite da orto e giardino con Ass. COLTIVARE CONDIVIDENDO e Ass. A.Di.P.A. VENETO

Portate i vostri semi e/o piantine da scambiare!

09:45

Conferenza "Alimentazione vegan per la salute del bambino e di tutta la famiglia".

A cura della Dott.essa **Veronica Maschi**, Medico Chirurgo Nutrizionista esperta in Fitoterapia e Omeopatia

11:00

Conferenza "La **farmacucina** e i rimedi semplici basati sull'intuito, sul cibo e sull'uso delle piante selvatiche" a cura di **Roberto Marrocchesi**.

Roberto Marrocchesi laureato in farmacia, naturopata e nutrizionista, è consulente e insegnante di Macrobiotica e di Feng Shui (geomanzia cinese) dal 1979. Ha studiato negli USA e in Giappone e opera in svariati centri culturali e scuole italiane ed europee

12:00

Apertura **Risto Vegan** in piazzetta con specialità gastronomiche "cruelty free" dello chef Cosimo Bicchierrì

Dalle 13:30

Truccabimbi - Animazione con **Anna e Nevena**

Laboratorio creativo di Origami a cura della maestra giapponese **Mari Iriumi**

14:00

Conferenza "Le **pietre** fonte di energia. Come costruire in casa un giardino energetico per creare il proprio benessere personale" a cura di **Paola Calearo**

14:30

Presentazione del libro **"Gioia Vegan"**. Ricette dal mondo e della cucina tradizionale italiana in chiave vegan. di **Luisa Tomasetig**

15:00

Recupero, Riproduzione e Condivisione delle sementi Antiche.... cuore di un coltivare sostenibile e sano, ben lontano dall'agricoltura intensiva e industriale che produce merce e non cibo. A cura di **Tiziano Fantinel dell'Ass. Coltivare Condividendo**

16:00

Musica dal vivo BOSSALAND a cura di **Paolo Bressan**