



## ANELLO VERDE

Festival dell'ambiente, della  
Green e Smart Economy e della Sostenibilità

Finale Ligure | 21-25 marzo 2018

### ORATORIO DE' DISCIPLINANTI | SANTA CATERINA FINALBORGO

Filosofia, attività, prodotti e servizi greenfriendly in mostra + seminari, assaggi, workshop, esperimenti e trekking.

- h. 11.00 - 12.00: **Dal baco alla seta, tessuto naturale per eccellenza**, a cura di Sophie Lamour | Iscrizione 5€
- h. 14.00 - 14.30: **La via dell'arte: Origami**, a cura di Alessandra Politi | Iscrizione 5€
- h. 14.30 - 15.00: **Piccoli alberi, grande filosofia e ospitalità: I bonsai**, a cura di Ponente Bonsai Savona (possibilità di chiedere consigli e piccole lavorazioni anche su bonsai di proprietà) | Iscrizione 5€
- h. 15.00 - 16.45: **Feng Shui**, a cura di Valia Galdi | Iscrizione obbligatoria
- h. 17.00 - 17.30: **La cultura del tè e degustazione del fiore del the**, a cura di Sophie Lamour | Iscrizione 7€
- h. 17.30 - 18.30: **Bio Cosmesi fresca e di Integratori alimentari Ringana** di Adriana Rossi

Special Visual Food, a cura di Silvia Grassini (visualfood Trainer)

N.B.: al termine del corso ogni partecipante porterà a casa il piatto con le creazioni realizzate.

È assolutamente necessaria la prenotazione a: Silvia Grassini | +39 349 14 198 17 | e-mail: [silvia.visualfoode@gmail.com](mailto:silvia.visualfoode@gmail.com)

- h. 10.00 - 12.00: **Bouquet di crudità, un sano e colorato pinzimonio** | Corso amatoriale rivolto a gruppi di adulti, per un massimo di 10 partecipanti | Durata: 2 ore | 38€ a persona
- h. 16.30 - 18.00: **AperVEG creativo: mangiare non è mai stato così bello!** | Laboratorio adulto+bambino (a partire dai 6 anni), per un massimo di 8 coppie (è previsto l'uso di utensili) | Durata: 1 ora e 30' | 38€ a coppia

### CHIOSTRI | SANTA CATERINA FINALBORGO

- h. 14.30 - 15.20: **La sostenibilità in cucina: come trasformare gli scarti di frutta e verdura in vere opere d'arte!** | Cooking show VisualFood, a cura di Silvia Grassini | Durata: 50 minuti | Ingresso libero e gratuito
- h. 16.00 - 16.45: **Dal baco da seta al kimono** | Sfilata spettacolo, a cura di Sakura Project di Sophie Lamour
- h. 17.00 - 18.00: **Esperienza sensoriale delle arti marziali giapponesi** | Lezione di Ju Jitsu e di Aikido, a cura di Armoniosamente | Iscrizione 5€
- h. 15.30 - 18.30: **Laboratori di riciclo creativo e turismo sostenibile**, a cura della Porta Magica | Appuntamento gratuito per i bambini

### LUNGO LA VIA ROMANA | SANTA CATERINA FINALBORGO

**Special trekking delle erbe selvatiche commestibili** | Passeggiata "La Pentola della Strega" lunga la Via Romana con la guida naturalistica Francesca Mongillo | 10€ con assaggi | Prenotazione obbligatoria a: +39 333 87 711 84 o scrivendo a [erinus@virgilio.it](mailto:erinus@virgilio.it)

## ORATORIO DE' DISCIPLINANTI | SANTA CATERINA FINALBORGO

h. 16.00 - 17.00: **La cultura del tè e degustazione del fiore del the**, a cura di Sophie Lamour | Iscrizione 7€

h. 16.00 - 17.00: **Bio Cosmesi fresca e di Integratori alimentari Ringana**, a cura di Adriana Rossi

## CHIOSTRI | SANTA CATERINA FINALBORGO

**Special dog trekking del 5 campanili** | Camminata per tutta la famiglia con amici a "quattro zampe" compresi fino alla Chiesa dei 5 Campanili | Iscrizione 5€

**Special dog ludo agility** | Divertimento per i nostri amici a "quattro zampe"

h. 10.00 - 12.00: **Laboratori di riciclo creativo e turismo sostenibile**, a cura della Porta Magica | Appuntamento gratuito per i bambini

h. 14.00 - 15.00: **Dimostrazione Arte Marziale**, a cura di Armoniosamente

h. 15.30 - 18.30: **Laboratori di riciclo creativo e turismo sostenibile**, a cura della Porta Magica | Appuntamento gratuito per i bambini

h. 18.00: **Musicamminiamo con Improvisazione**, insieme a Carlo Deinei | Camminata a piedi, chitarra ed improvvisazione in spalla, in collaborazione con Atletica Run Finale

h. 18.30: **Danza del cuore**, a cura di Patrizia Bruzzone, Associazione Nascita e Dintorni | Iscrizione 15€

## FORTEZZA DI CASTELFRANCO | FINALE LIGURE

La Fortezza di Psiche & Fisico: filosofia del benessere, a cura di Ivana Viazzi

N.B.:

- durante la giornata sarà possibile provare trattamenti e massaggi in tre postazioni fisse situate nel CORTILE PANORAMICO
- i seminari ed i concerti sono a ingresso libero e gratuito fino a esaurimento posti

h. 11.00: **Conferenza "Riflessologia"**, a cura di Gabriella Cerato | SALA CONCERTO

h. 12.15: **Live ambient & relax music con Harmonium indiano, voce e suoni dall'Universo** | Concerto Meditativo ZHEN con Luka Zotti

h. 12.40: **"Rito del Fuoco"** | Riequilibrio dei chakra con i cristalli, a cura di Gabriella Cerato

h. 15.00: **Meditazione della risata** con Antonio Carlucci | SALA ATTIGUA ALLA SALA CONCERTO

h. 16.00: **Musicamminiamo con Improvisazione**, insieme a Carlo Deinei | Camminata a piedi, chitarra ed improvvisazione in spalla, in collaborazione con Atletica Run Finale | Partenza: CORTILE PANORAMICO

h. 16.30: **Live ambient & relax music con Harmonium indiano, voce e suoni dall'Universo** | Concerto Meditativo ZHEN con Luka Zotti | SALA CONCERTO

h. 17.00: **Voicing: giocare con la voce**, con Angela Atteo | SALA ATTIGUA ALLA SALA CONCERTO

h. 18.00: **Meditazione Kundalini**, con Guglielmo Bonaccorti | SALA ATTIGUA ALLA SALA CONCERTO