

 corte antica



Comune di Suelli



L'uomo che pianta gli alberi
Associazione Culturale

Is Olias 
Associazione Culturale - Dolianova

Proloco
di Suelli



Corte Antica – Suelli (CA)

Domenica 17 Novembre dalle ore 10.30 - 18.30

Sulle colline della Trexenta, tra dorati campi di grano ed incantevoli oliveti le Associazioni: “Is Olias” e “L’Uomo che Pianta gli Alberi” in collaborazione con: la Corte Antica, Kentos, La Proloco di Suelli e il patrocinio gratuito del Comune di Suelli organizzano:

“la Domenica dello scambio dei Sapori e dei Saperi”

per una sana valorizzazione delle economie locali



Una sana evoluzione sociale germoglia e si sviluppa sempre e solo attraverso la capacità di condividere i saperi, le conoscenze e i doveri, al contrario una crescita sociale basata sulla competizione, finalizzata esclusivamente al raggiungimento dell’interesse personale, indirizza alla divisione sociale, alla perdita dei valori, dei saperi, delle culture e delle economie locali.

Domenica tutti insieme cercheremo di sperimentare la cultura dello scambio a 360° con: artisti, artigiani, poeti, fotografi, musicisti, coltivatori, cuochi, e sapienti talentuosi.

Una giornata diversa dove ognuno di noi potrà scambiare qualcosa per diventare protagonista della propria crescita interiore, anche solo scambiando il suo tempo.

Corte Antica

Tradizionale casa padronale - Suelli

Programma

Durante la giornata tutti gli artisti, operatori, e organizzatori dell'evento saranno disponibili ad offrire l'opportunità, a chi non avesse del denaro per accedere a merci, laboratori o consumazione del cibo, di proporre uno scambio corrispettivo in merci e/o servizi, previa contrattazione.

- **10,30-18,00**
Artisti, Maestri, Artigiani, Musicisti, Pittori, Fotografi, Scrittori e Poeti animano con la loro esperienza, la Corte Antica di Suelli, mettendosi a disposizione dei visitatori per tramandare il proprio sapere, contemporaneamente i produttori locali di ortaggi e di prodotti agroalimentari saranno presenti nell'attigua Piazza Garibaldi con i loro prodotti per presentare la degustazione e la vendita delle loro produzioni.
- **10,00-17,00 "Il Battesimo della Sella"** con i Pony di Cristina Zedda per bambini da 0 – 99 anni.
- **10,00 "Pony Games"** esibizione con i Pony di Cristina Zedda nel Parco giochi di Suelli.
- **10,30 -17,30 "Laboratori, Percorsi Spirituali e Trattamenti energetici"**
Su prenotazione come da programma allegato.
- **10,30 -17,30 "Interni di Donna"** mostra fotografica dell'architetto Tomaso Spiga
- **10,30 – 17,30 "Tour del centro storico con la diligenza antica"**
- **11,00-12,30 "L'uomo che piantava gli Alberi"**
La storia di un pastore realmente esistito *Elzéard Bouffier*, che nel 1913, con un impegno costante piantò, in soli tre anni, 100 mila ghiande riuscendo a riforestare da solo un'arida vallata ai piedi delle Alpi. Una bellissima storia che sensibilizza tutti nei confronti del verde inteso come bene comune.
Per i bambini e per i meno bambini, a cura dell'Associazione: "L'uomo che pianta gli alberi".
- **Ore 11,30-12,30 "Un Ora di Poesia"** il Sindaco di Suelli Massimiliano Garau presenta:
 - *Boucar Wade*, giovane autore scrittore e poeta senegalese che reciterà tre sue poesie, accompagnato musicalmente dalla chitarra di *Andrea Andrillo*.
 - *Giorgina Cordeddu (nota Zezza)*, Casalinga mamma e nonna felice di Suelli, reciterà tre delle sue poesie.
- **Ore 11,30-17,00 "Musica e suoni dal vivo"**, durante il corso della giornata *Andrea Andrillo* allietterà le nostre orecchie con canzoni e musiche dal vivo, *Andrea Ferrara* suonerà per noi il Didgeridò.
- **Ore 13,00 Pranzo** a cura delle sapienti Cuoche di Corte Antica
 - Pranzo completo: Antipasto, Primo, Secondo, Contorno, Dolci della Corte, Pane, Acqua e Vino della Casa € 20,00, solo su prenotazione o mediante acquisto dei buoni in loco. Info/pren. 339.1326693
 - Pietanze singole: mediante acquisto dei buoni in loco.
 - Pane "*Kentos*", l'omonima azienda metterà gentilmente a disposizione il proprio pane che potrà essere consumato gratuitamente da tutti.
- **Ore 15,00-15,30 "Anche noi scambiamo.....con la Musica!"** Mini concerto musicale
A cura degli alunni della scuola media Statale di Suelli e della Prof.ssa Donastella Serra.
- **Ore 15,30-17,30 "Consapevolezza ambientale e valorizzazione delle economie locali"**
Saluti del Sindaco di Suelli, apertura dei lavori e presentazione degli ospiti, a cura di: Luisella Porru, Giovanni Solinas, Valentina Meloni.
 - Viviana Sirigu "*KENTOS*" – Orroli "*L'Arte del pane tramandata da centinaia d'anni*"
 - Architetto Silvano Piras – Cagliari: "*Bioedilizia e architetture di terra*"
 - Manuela Collu e Vincenzo Imbrosciano - Villacidro "*Il Paese del Vento*"
- **16,00 "Pony Games"** esibizione con i Pony di Cristina Zedda nel Parco giochi di Suelli.
- **Ore 18,00** Per concludere la giornata un Concerto pubblico sulla Piazza Garibaldi.
Tutti gli ospiti, gli artisti, i produttori e gli organizzatori raggiungeranno la piazza Garibaldi per condividere a fine giornata un concerto musicale di saluto.

Corte Antica

Tradizionale casa padronale - Suelli

Domenica 17 Novembre dalle ore 10.30 - 18.30

Percorsi Spirituali e Trattamenti energetici

Durante tutta la giornata di Scambio, al piano primo della Corte Antica (servito anche da un comodo ascensore), saranno disponibili, previa prenotazione, alcuni percorsi e/o trattamenti su diversi temi.

▪ **“Meditazione Yoga”** dalle ore: 11,30 / 12,45

Il maestro Leonello Di Risio nelle sue master classes insegna a realizzare la maturazione della coscienza nella grazia della quiete mentale. Nei molti anni passati sull'Himalaya è stato educato, da santi rappresentanti del millenario misticismo orientale, ad incarnare nella quotidianità la luminosa dottrina dell'Advaita Vedanta, la chiara visione che tutto è Uno e che siamo l'Assoluto.

Il Maestro sarà a nostra disposizione gratuitamente per tutti.

▪ **“Trattamento Shiatsu”** dalle ore: 11,00-13,30 / 14,30-17,00

trattamenti di 30 min. a cura di Elisabetta Loddo diplomata presso L'Accademia Italia Shiatsu do, ha conseguito il Master con i Maestri M. Bastini, P. Duina, E. Fabbri e V. Fornasir. È iscritta all'Associazione Professionale Operatori Shiatsu e Discipline Bio-Naturali.

Costo trattamento: € 20,00

Il trattamento shiatsu si riceve con abiti comodi sul “Tatami” (materassino giapponese)

Info e prenotazioni: eliloddo@tiscali.it 348.7254278

▪ **“Trattamento di riflessologia plantare”** dalle ore: 11,00-13,30 / 14,30-17,00

trattamenti di 30 min. a cura di Mara Massari diplomata terapeuta shiatsu all'accademia Shiatsu-do di Milano da oltre vent'anni, ha collaborato con il Centro Macrobiotico *Agape di Cagliari* e ha partecipato ad incontri con *Ferro Ledvinka e Michio Kushi*.

Costo trattamento: € 20,00

Info e prenotazioni: maramassari@hotmail.it 320.0544069

Laboratori

Durante tutta la giornata si alterneranno, al piano terra della Corte Antica, laboratori su diversi temi, sarà possibile seguire i laboratori previa prenotazione e attraverso il pagamento di una quota minima di contributo spese:

▪ **“Iniziazione all'Arte del Mosaico”** Ore: 15,30-17,00

Laboratorio artistico di mosaico a cura di “Le quattro Tessere”. Costo: € 10,00 Info e prenotazioni: 347.8685504

▪ **“Cheese Design”** Ore: 11,30-13,30 a cura di Monica Saba - Arbus.

Costo: € 15,00 ogni partecipante porterà via il proprio lavoro. Info e prenotazioni: 348.0304245

L'arte della decorazione del formaggio e del confezionamento (Packaging) con i feltri di lana di pecora sarda (Edilana).

▪ **“ricicloscrivendoscrivendoriciclo”** Ore 10.30-13.00 / 15.00-17.30 a cura di Nicoletta Rosas

Un laboratorio per imparare e scoprire come riutilizzare qualsiasi oggetto in modo creativo e personale attraverso l'arte del decoro abbinata alla calligrafia, antica arte amanuense, impareremo le tecniche primarie della scrittura “Onciale (o “Rutunda” IV sec. d.C.), rilassandoci scrivendo. Ci stupiremo di noi stessi nel vedere che, con pochi esercizi, possiamo scrivere uno speciale e originale biglietto d'auguri.

I partecipanti potranno portar via i lavori realizzati. Costo: euro 15.00 Info e prenotazioni: 3936197403 / 3488552622

1. **“Forme e Colori della Sardegna”** Ore: 11,30-13,30 a cura di Roberta Saba.

Modellare e creare con la lana di pecora sarda, riscopriamo insieme le tecniche di lavorazione della lana recuperate dalla Banca del Tempo e creiamo con la nostra fantasia un piccolo oggetto da portar via.

Costo: € 12,00 ogni partecipante porterà via il proprio lavoro Info e prenotazioni: 389.8336436 futuristica.vs@gmail.com