

SBA+C
FINE SETTIMANA

2+3 novembre 2013

VEGANEGGIANDO

Un fine settimana di condivisione sulla cultura vegan e le arti liberatarie in compagnia dell'**Associazione 'veganieranti'** di Tosse (Savona)

L'Associazione 'veganieranti'

L'Associazione 'veganieranti' è un circolo ARCI con sede nel primo entroterra di Noli (Savona). Nasce nel novembre del 2009 e propone corsi di cucina vegan, spettacoli, letture, conferenze, ciclofficina, acqua diamante e collaborazione per progetti benefit. L'oggetto principale del circolo è quello di creare condivisione attraverso una cultura intesa come presa di coscienza dell'uomo all'interno dell'universo. Questa si esprime nel promuovere l'alimentazione vegana, nell'ideare un modello di rapporto con le arti e le sue valenze spontanee (attraverso la proposta di iniziative principalmente rivolte ai bambini e ai ragazzi, nei campi della musica, delle arti visive e performative), nel ricercare, attraverso il riciclo, l'essenzialità, la sostenibilità, nuovi ed antichi mezzi di locomozione, autoproduzione di energia, di alimenti e farmaci di origine fitoterapica, nell'utopia di una rinnovata dignità del 'saper fare' e del 'non dipendere', nell'ambire ad una ricerca spirituale ed etica attraverso la condivisione di pratiche e pensiero.

L'associazione 'veganieranti' crede nel senso di responsabilità e non di proprietà nei confronti dell'esistenza. Crede che gli elementi (acqua, aria, terra, fuoco) siano bene universale, e promuove il rispetto e l'essenzialità nella fruizione dei loro benefici.

Veganieranti.noblogs.org

SBA+C è un circolo privato / Ingresso riservato ai soci
Tessera associativa 15 euro



Via della Rimaggina 5
50012 Antella (Fi)
055 620714
360 282692
sbac@culturebase.org
www.sbac.culturebase.org

Con il Patrocinio del Comune di Bagno a Ripoli



Sabato 2 novembre

ore 14.30-16.30 **L'ANIMALE CHE SONO**
Laboratorio di arte d'espressione corporea libertaria
per bambini / 4 - 11 anni / Prima parte
A cura di Anna Maria Bianchi

Partendo dalla lettura e attraverso la libera espressione corporeo-ritmica, si percorreranno le tappe della creazione del personaggio, come nella più antica tradizione della Commedia dell'Arte. Corpo, respiro, voce, immaginazione ed emozioni in armoniosa collaborazione per 'decollare' verso il fantastico mondo dell'interpretazione.

ore 19.00 **LEZIONI VEGANE**
Spettacolo del Collettivo teatrale 'veganieranti' / dai 4 anni

Ideato, scritto e interpretato da Anna Maria Bianchi

Voce Fuori Campo: Michele Perruccio

Oggetti di scena: Donatella Ciammola, Michele Perruccio e Anna Maria Bianchi

Musiche di Rebecca e Arturo Perruccio, Elena Duce Virtù, Paolo Bianchi

In un futuro non troppo lontano, una classe di studenti si prepara ad essere reintrodotta sul pianeta Terra, dopo una buona dose di disintossicazione da sindrome da consumo e sfruttamento. Un'insegnante transgenica educa la classe sulla Storia dell'Era della Grande Catastrofe e la successiva Rivoluzione Animale. In un futuro non troppo lontano.....gli animali ci salveranno.

ore 20.30-22.30 **APERICENA**
Buffet di assaggi 'veganieranti'
e chiacchierata di condivisione sulla scelta vegan

Menù:

hummus di ceci e coriandolo

seitan tonnato

riso salato arrosto con semi

strudel di mele

Presentazione dell'Associazione 'veganieranti'

Valenze della scelta vegan: ecologia, etica, salute

Introduzione al laboratorio-conferenza del giorno successivo

Domenica 3 novembre

ore 10.30-13.30 **I SEGRETI DELLA CUCINA VEGANIERANTI**
Conferenza-seminario
di specializzazione sulle ricette vegan

Le chiavi teoriche della 'sostituzione' vegan alle proteine animali. Dimostrazioni pratiche dei principi base delle preparazioni.

ore 13.30-14.30 **BUFFET DI ASSAGGI**

in condivisione con i partecipanti
(che potranno portare cibi da loro preparati,
per poterli condividere e 'farsi valere'!)

ore 14.30-16.30 **L'ANIMALE CHE SONO**
Laboratorio di arte d'espressione corporea libertaria
per bambini / Seconda parte

Dal personaggio creato, si dipartono le possibilità infinite di intessere all'improvviso trame fantastiche che rappresentano le urgenze dei partecipanti. Attraverso l'interazione dei personaggi si giungerà alla semplice messa in scena, intesa come necessità di partecipare alla comunità il proprio visionario contributo.