

Le 48 Ore di Recupero - Agenda dettagliata

SABATO 1 GIUGNO

Riflessologia plantare, dalle ore 11.00 alle 13.00

E' una tecnica di massaggio applicata principalmente sui piedi ed eventualmente sulle mani. Si basa sulla credenza che sui piedi e sulle mani si trovino riflessi tutti gli organi, le ghiandole e le parti del corpo. Applicando il massaggio riflessologico si riesce ad ottenere un effetto o influire sull'organo corrispondente al riflesso stimolato. Verranno insegnate le basi di questa tecnica e verranno eseguite alcune dimostrazioni pratiche.

A cura di Raffaella Delli Gatti

Partecipazione libera e gradita.

Corso di autoproduzione di detersivi naturali, dalle ore 11.00 alle 13.00

Lo sapete che con pochi ingredienti naturali ed economici come il bicarbonato, l'aceto bianco, il limone ed il sale da cucina si possono pulire stoviglie, bucato, pavimenti e gran parte delle superfici della casa? Vedremo insieme come sostituire la maggior parte dei detersivi che usate quotidianamente con quelli prodotti da voi!

A cura di Laura Quassolo

Iscrizione obbligatoria

Corso di autoproduzione di carta riciclata per bambini, dalle ore 11.00 alle 13.00

Accumulate giornali e li vuole spacciare per soprammobili? Volete riutilizzare i giornalini di Topolino? Bene, venite al corso della carta riciclata dove imparerete ad autoprodurre bigliettini di auguri colorati, personalizzati e profumati a partire da carta straccia.

A cura di Elena Dal Santo

Partecipazione libera e gradita.

Pranzo conviviale, dalle ore 13.00 alle 15.00

Dopo le fatiche mattutine vi invitiamo a partecipare al pranzo conviviale la cui partecipazione prevede che ognuno porti una pietanza autoprodotta, oltre ai propri **piatto, forchetta e bicchiere**. L'idea è quella di condividere con tutti il proprio piatto all'insegna appunto della convivialità.

Partecipazione libera e gradita.

Laboratorio di autocostruzione da materiali di recupero, dalle ore 15.00 alle 20.00

Gli architetti del collettivo FarWaste coordineranno la realizzazione di un arredo polifunzionale a partire da scarti industriali reperiti per l'occasione. I partecipanti al workshop avranno l'occasione di cimentarsi con materiali non convenzionali sfruttando l'esperienza di chi del riuso ha fatto il proprio stile di vita.

A cura di Giulio Ceste (Collettivo FarWaste)

Partecipazione libera e gradita.

Laboratorio-Performance teatrale per bimbi “Fiabe differenziate”, dalle ore 15.00 alle 18.00

Verrà realizzato un laboratorio/performance teatrale per bambini sulla storia degli oggetti riciclati e riutilizzati, in modo tale che la sensibilizzazione al non spreco e al riutilizzo incominci già dai bambini, in altre parole: *piccoli riciclatori crescono!*

A cura di Associazione Culturale Tékhné in collaborazione con URGE

Partecipazione libera e gradita.

Proiezioni “Cineforum Decrescente”, dalle ore 15.00 alle 20.00

Proiezione a ciclo continuo di brevi documentari riguardanti gli impatti ambientali e sociali dell'attuale sistema produttivo. In conclusione verrà proposta la visione del film “Il pianeta verde” di Coline Serreau, divertente commedia sulle contraddizioni della società in cui viviamo. In questa occasione si sfrutterà *il cinema per denunciare, riflettere e pensare ad un'alternativa migliore.*

Programma proiezioni:

- 15,30 - “Non bruciamo il nostro futuro: sì al rifiuto utile”
- 16,30 - “Obsolescenza programmata: il motore segreto della nostra società di consumo”
- 18,00 - “Il pianeta verde”

Le proiezioni saranno accompagnate da alcuni brevissimi video inerenti al tema dei rifiuti.

Partecipazione libera e gradita.

Corso di autoproduzione della birra, dalle ore 16.00 alle 19.00

La birra ha quasi 4000 anni e non li dimostra, ci tiene compagnia, ci disseta, ci fa ridere e ci consola se siamo tristi. Fare la birra è semplice come berla. Proviamo a farla insieme utilizzando i kit e scopriamo gli ingredienti, le tecniche e gli accorgimenti per ottenere un'ottima birra.

A cura di Giovanni Grossi

Iscrizione obbligatoria

Taste the waste - Waster chef, dalle ore 18.00 alle 20.00

L'idea è di cucinare con le stelle con prodotti delle stalle. Si parlerà di come preparare piatti a partire dagli scarti alimentari della distribuzione. In altre parole: improvvisazione culinaria, chiacchiere di spazzatura, avanzi da frigorifero e gastronomia. L'alta cucina raccoglie i prodotti dal basso: cos'è uno scarto e cos'è un piatto stellato? A confonderci le idee al riguardo tra prodotti di scarto e coltelli poco affilati **Marcello Trentini** ed il suo estro creativo.

A cura di Marcello Trentini (Patron Magorabin) e Slow Food Youth Network Torino

Iscrizione obbligatoria.

Taste the waste - Disco Soup, dalle ore 19.00 alle 20.00

Disco pelatura collettiva per produzione zuppa, ovvero a tempo di musica. A raccontarci di zuppe e ricicli domestici ci saranno i ragazzi della start-up gastronomica torinese CucinaTo.

A cura di Elisa Mereatur (Gastronomia CucinaTo) e Slow Food Youth Network Torino

Iscrizione obbligatoria. La zuppa sarà ad offerta libera.

Per info e iscrizioni : www.mdftorino.it - www.facebook.com/Le48OreDiRecupero

Taste the waste - Nowaste dinner, dalle ore 20.00 alle 22.00

Lo slogan della cena è *cibo e convivialità contro lo spreco*. Ogni giorno vengono buttati quintali di cibo commestibile perché non conforme alle esigenze estetiche dei consumatori. Ogni giorno vengono buttati quintali di cibo commestibile perché il meccanismo del profitto fa sì che sia più conveniente buttarlo piuttosto che venderlo ad un prezzo contenuto. Con una cena preparata **con cibi di recupero**, vogliamo denunciare questo meccanismo perverso.

Iscrizione obbligatoria ed offerta libera.

Spettacolo teatrale per adulti “La Strada Indorata”, dalle ore 22.00 alle 24.00

Lo spettacolo “La Strada Indorata” propone una riflessione sulla possibilità (e difficoltà) del cambiamento dello stile di vita. Il mezzo utilizzato è quello del “teatro dell’oppresso”, dove gli attori non si limitano a stare sul palco, ma instaurano un rapporto di confronto con il pubblico.

A cura della Compagnia Antigone Teatri

Partecipazione libera e gradita.

DJ-Set, musica live e altro ancora..., dalle ore 22.00 alle 01.00

Partecipazione libera e gradita.

DOMENICA 2 GIUGNO

Corso di panificazione, dalle ore 14.30 alle 17.00

Il corso sarà sia pratico che teorico, infatti si impasterà sotto la supervisione di due esperti per creare una pagnotta che sarà poi portata a casa a lievitare ed infornare. Si parlerà dunque di pane, ma anche di cereali e farine; inoltre verrà svelato il mistero di come sempre più persone si dedichino a fare il pane in casa, anche in città.

A cura della Comunità della Pasta Madre

Iscrizione obbligatoria.

Riflessologia plantare, dalle ore 15.00 alle 17.00

E' una tecnica di massaggio applicata principalmente sui piedi ed eventualmente sulle mani. Si basa sulla credenza che sui piedi e sulle mani si trovino riflessi tutti gli organi, le ghiandole e le parti del corpo. Applicando il massaggio riflessologico si riesce ad ottenere un effetto o influire sull'organo corrispondente al riflesso stimolato. Verranno insegnate le basi di questa tecnica e verranno eseguite alcune dimostrazioni pratiche.

A cura di Raffaella Delli Gatti

Partecipazione libera e gradita

Scambio a tema del viaggio di libri, vestiti e oggetti, dalle ore 15.00 alle 21.00

La riduzione dei rifiuti si basa anche sul riutilizzo degli oggetti. Per questo ti proponiamo uno scambio. Ti chiediamo di portare con te un libro, un oggetto, capi di vestiario, elettrodomestici o tutto quello che si colleghi al viaggio o al tempo libero (qualunque sia il tuo hobby). Potrebbero essere anche le tue competenze, da mettere a disposizione del prossimo. Tutto questo può essere scambiato con quello che porteranno gli altri. Possibilmente non portare uno scarto, ma qualcosa che consiglieresti, così da poter garantire la riuscita dello scambio e il divertimento che ne deriva!

Per aiutarci a garantire la migliore organizzazione possibile è necessario compilare un modulo di iscrizione.

Workshop Viaggio Alternativo, dalle ore 15.00 alle 19.00

E' ora di pensare alle vacanze! 20 giovani superesperti del viaggio alternativo, si confronteranno e racconteranno le loro incredibili esperienze fornendo i loro migliori trucchi e consigli. Da Giorgio il ragazzo che ha girato i paesi baschi in monopattino a Carlo che ha fatto il giro del mondo senza aerei, troverete una incredibile quantità di spunti e idee per la vostra prossima avventura che sia in bici, a piedi, in vespa, in barca o altro. Al termine delle presentazioni ci si potrà recare nei tavoli tematici e porre ai relatori tutte le domande necessarie all'organizzazione del vostro prossimo viaggio.

Partecipazione libera e gradita.

Corso di auto-riparazione della bicicletta, dalle ore 16.00 alle 19.00

Vi spiegheremo come riparare i guasti più frequenti che occorrono alla vostra bicicletta; come per esempio riparare le gomme, aggiustare i freni o problemi simili. Ricordando che la bici è il mezzo più sostenibile ed efficiente.

A cura di Fabio Campia - Partecipazione libera e gradita.

Per info e iscrizioni : www.mdftorino.it - www.facebook.com/Le48OreDiRecupero

Corso di cosmesi naturale, dalle ore 17.00 alle 19.00

Nel ricercare la cura della nostra bellezza a volte mettiamo in pericolo la nostra salute con prodotti di origine chimica troppo aggressivi, inoltre lasciamo una pesante impronta ambientale sul nostro pianeta. Riscopriremo le piante, gli olii, i burri, le argille e tutti quegli ingredienti naturali che con un po' di abilità e tanta fantasia possiamo combinare per produrci in casa e a costi minimi degli ottimi cosmetici vegetali.

A cura di Elena Massaia

Iscrizione obbligatoria.

Open Mic, dalle ore 17.00 alle 21.00

Gruppi più o meno emergenti ed improvvisati, avranno la possibilità di salire sul palco e suonare alcuni dei loro pezzi in versione acustica. Ognuno degli artisti dovrà portarsi il suo strumento e non sarà previsto l'uso dell'amplificatore.

Il numero di brani che ciascuno potrà eseguire dipenderà dal numero di iscrizioni, quindi se volete garantirvi il posto sul palco, vi consigliamo di iscrivervi.