

Come iscriversi

- Compilare il modulo d'iscrizione con i dati richiesti barrando con una crocetta il corso o i corsi scelti. Il modulo va consegnato a mano o per posta all'Associazione Culturale La Bifora, piazza Segantini n° 12, 38030 Castello di Fiemme; oppure tramite fax al numero 0462 - 235298

- Le iscrizioni devono essere presentate **entro il mercoledì precedente alla data del corso**. Le quote di partecipazione verranno raccolte direttamente il giorno del corso.

- I corsi saranno attivati con un minimo di 10 partecipanti. Per i corsi a numero chiuso (puliti naturalmente e s.o.s cucito), nel caso vi sia un numero di richieste sufficiente, sarà possibile fissare un'ulteriore data per permettere a tutti di partecipare.

- Si prega di avvisare in tempo utile in caso di impossibilità a partecipare al corso al quale si era iscritti, per permettere la partecipazione di altre persone.

- Chi partecipa a tutti i corsi pagherà 100,00 euro (anzichè 110,00 euro).

- Ai costi indicati va aggiunta la quota associativa 2011 dell'Associazione Culturale La Bifora di € 5,00 che dà diritto a partecipare ad altre iniziative.

Il percorso è proposto da:



Cooperativa Sociale OLTRE

Via Latemar, 1/a
38030 Castello di Fiemme
tel e fax 0462 - 235298
e-mail coopoltre@virgilio.it
www.oltre.coop

Associazione Culturale "LA BIFORA"

Piazza Segantini, 12
38030 Castello di Fiemme
e-mail labifora.castello@gmail.com
www.labifora.org

Il progetto "Questione Di Stile"

Recuperare abitudini più rispettose dell'ambiente, apprendere saperi e tecniche ormai dimenticate, modificare il proprio stile di vita nei piccoli gesti quotidiani: una sfida difficile, ma non impossibile. Con questa riflessione è nato nel 2009 il progetto "Questione di stile - Buone pratiche ed ecoazioni per uno stile di vita più sostenibile", che mira a diffondere la cultura dell'autoproduzione. Nelle scorse edizioni sono stati proposti corsi per imparare a produrre in casa detersivi ecologici, sapone e cosmetici naturali, ma anche argomenti come la trasformazione e la conservazione della frutta e della verdura, le erbe spontanee commestibili, la produzione casalinga di yogurt e formaggi. Anche quest'anno, attraverso lezioni teoriche e laboratori pratici condotti da docenti esperti, i partecipanti impareranno come produrre in casa alcuni semplici prodotti, come ad esempio il pane, contribuendo così a ridurre rifiuti e imballaggi, ottenendo un risparmio nel bilancio familiare dimostrando che attraverso il nostro contributo individuale è possibile vivere in maniera più sostenibile.



QUESTIONE DI STILE 2011



Buone pratiche ed ecoazioni
per uno stile di vita più sostenibile

Occorre vivere più semplicemente
per permettere agli altri
semplicemente di vivere.

Ernst Fritz Schumacher

PULITI NATURALMENTE

sabato 16 aprile dalle ore 14:00 alle ore 18:30
Castello di Fiemme - Centro Polifunzionale
massimo 12 partecipanti, costo del corso € 45,00

Sabina Gislimberti, diplomata in Permacultura (progettazione di sistemi di vita sostenibili) e docente di molti corsi sull'autoproduzione, ci insegnerà a produrre in casa sapone liquido, shampoo e un balsamo per le labbra con ingredienti naturali spiegando inoltre le ragioni etiche, ecologiche ed economiche della cosmesi domestica naturale. Alla fine del corso ogni partecipante potrà portare a casa il suo detergente naturale autoprodotta.

Materiale a carico del partecipante: grembiule e un paio di guanti in gomma da cucina.

S.O.S. CUCITO

sabato 07 maggio dalle ore 08:30 alle ore 12:30
Castello di Fiemme - Centro Polifunzionale
massimo 12 partecipanti, costo del corso € 20,00

I tempi cambiano, le mode passano, le abitudini e i gesti che un tempo erano comuni a molte donne sono mutati radicalmente. Aghi, fili e tessuti sono diventati oggetti quasi estranei e spesso dimenticati. Laura Deflorian, sarta professionista, ci insegnerà le tecniche di base per eseguire da soli, senza l'ausilio della macchina da cucire, le piccole riparazioni per i nostri abiti. Cuciture, orli, bottoni e cerniere non avranno più segreti e ci permetteranno di riparare gli abiti anziché buttarli.

Materiale a carico del partecipante: ago, filo, ditale e forbice

A LUME DI CANDELA

sabato 21 maggio dalle ore 14:00 alle 18:00
Castello di Fiemme - Centro Polifunzionale
costo del corso € 20,00

Elisa Nicoli, documentarista, giornalista e collaboratrice di Terra Nuova e Altreconomia, specializzata in corsi di autoproduzione ci porterà nel magico mondo delle candele. Perché farsi le candele in casa? Per hobby, per il piacere di creare e soprattutto per essere sicuri di non respirare elementi nocivi quando accendiamo una candela.

Alla fine del corso ogni partecipante potrà portare a casa una candela autoprodotta.

DAI CEREALI AL PANE

sabato 11 giugno dalle ore 08:30 alle 12:30
Castello di Fiemme - Centro Polifunzionale
costo del corso € 25,00

Un viaggio nel gusto e nei profumi del pane fatto in casa: con Michele Pfitscher, titolare del panificio Pfitscher di Trodena, esploreremo i vari tipi di lievitazione, tra cui la panificazione con la pasta madre, i tipi di farina da utilizzare e scopriremo che fare il pane in casa non è poi così difficile. Con ricette di base e tanta fantasia si possono sfornare gustosi panini di vario tipo. Seguirà poi la degustazione dei prodotti preparati.

Materiale a carico del partecipante: grembiule

Per ogni corso verrà distribuita ai partecipanti una dispensa sull'argomento trattato o altro materiale messo a disposizione dal docente, dove si potranno trovare indicazioni, ricette e consigli utili per mettere in pratica quanto imparato.

Modulo d'iscrizione

Nome:

Cognome:

Indirizzo:

Paese:

Telefono:

E-mail:

Segnare con una crocetta il corso scelto:

- puliti naturalmente € 45,00
 s.o.s. cucito € 20,00
 a lume di candela € 20,00
 dai cereali al pane € 25,00

più tessera associativa anno 2011
all'Associazione Culturale "La Bifora" di € 5,00

L'organizzazione declina ogni responsabilità in merito a danni che possano essere creati a terzi o subiti dai partecipanti ai corsi. Firmando il presente modulo ciascun partecipante dichiara di aver letto ed accettato il presente scritto.

Ai sensi del D.Lgs. 196/2003 autorizzo l'Associazione La bifora al trattamento, anche con mezzi informatici, dei dati personali. L'interessato potrà esercitare i diritti di cui all'art. 7 del D.Lgs. 196/2003 (accesso, integrazione, correzione, opposizione, cancellazione) scrivendo a Associazione La bifora, piazza Segantini 12, 38030 Castello di Fiemme (TN). I dati non saranno divulgati

desidero ricevere la newsletter dell'associazione

Data:

Firma: