



UN PUNTO MACROBIOTICO

## VACANZA STUDIO AL MARE

**19 GIUGNO - 3 LUGLIO 2021**

RESORT LA FRANCESCA

LOCALITÀ LA FRANCESCA, 19011 BONASSOLA (SP)

TEL. 0522 1719863



## PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ CULTURALI

## LA STRUTTURA

### RESORT LA FRANCESCA

LOCALITÀ LA FRANCESCA, 19011 BONASSOLA (SP)



Il Resort La Francesca, immerso in un parco naturale di 15 ettari, è una piccola oasi di pace e silenzio sul mare della Liguria di Levante, a ovest delle Cinque Terre. Dalle abitazioni private, incastonate nel promontorio, si accede facilmente alla spiaggia del resort, una baia di ghiaia tra gli scogli e acqua cristallina. Nelle vicinanze, il borgo di Bonassola, la cittadina di Levanto, il Parconaturale di Montemarcello - Magra ed il Parco Nazionale delle Cinque Terre.

**Il prezzo giornaliero è di € 65,00\***

**Il prezzo per 3 giorni è di €165,00\***

**Cena (Zuppa e Piatto Misto) +  
Conferenza: € 15,00**

\*il prezzo si intende comprensivo di colazione, pranzo e cena, utilizzo dei servizi del resort e tutte le attività culturali

## CONTATTI

[info@unpuntomacrobiotico.it](mailto:info@unpuntomacrobiotico.it)

[www.unpuntomacrobiotico.it](http://www.unpuntomacrobiotico.it)

tel. 0522 1719863

**DESTINA IL TUO 2X1000  
E 5X1000 A UPM!**

**IL NOSTRO IMPEGNO QUOTIDIANO  
PER UNO SVILUPPO PIÙ EQUO E  
SOSTENIBILE**

**CODICE FISCALE**

**92013300436**



Visita [www.unputomacrobiotico.it](http://www.unputomacrobiotico.it)

# PRIMA SETTIMANA

19 - 26 GIUGNO 2021

## ATTIVITÀ GIORNALIERE

20 - 26 giugno ore 7:30 - 8:45

**Corso di Yoga e Respirazione con Giulia Martinelli** - è necessario un tappetino da yoga

20 - 26 giugno ore 14:30 - 16:30

**Corso di Cucina Macrobiotica MA-PI**

20 - 26 giugno ore 18:30 - 19:45

**Presentazione libri / Approfondimenti sulla Teoria Macrobiotica**

## CONFERENZE UPM

Sabato 19 Giugno ore 21:00

**Conferenza di benvenuto e presentazione della Vacanza Studio**

Lunedì 21 Giugno ore 21:00

**Conferenza sul tema: "Iridologia e tipologie ipocratiche"**-

Daniela Senese – Naturopata, erborista, iridologa

Martedì 22 Giugno ore 21:00

**Conferenza sul tema: "Rapporto tra filosofia greca antica e filosofia orientale. Contatti e analogie tra oriente e occidente"**

Angelo Tonelli - Grecista, scrittore

Mercoledì 23 Giugno ore 21:00

**Conferenza sul tema: "La produzione del miso: cenni storici e proprietà nutrizionali"**

Paola Biagini – Segreteria nazionale UPM; Azienda agricola La Ginestra.

Giovedì 24 Giugno ore 21:00

**Conferenza sul tema: "I paesaggi boschivi del Levante Ligure: la loro evoluzione con l'uomo."**

Stefano Bandini – Dottore forestale, funzionario ispettore per il servizio fitosanitario regionale

Venerdì 25 Giugno ore 21:00

**Conferenza sul tema: "Il cibo ribelle"**

Gabriele Bindi - Giornalista, guida ambientale ed escursionistica

**Sono in programma escursioni guidate in giornata nei luoghi di interesse naturalistico - culturale della zona.**

# SECONDA SETTIMANA

26 GIUGNO - 3 LUGLIO 2021

## ATTIVITÀ GIORNALIERE

26 giugno - 3 luglio ore 18:30 - 19:45

**Presentazione libri / Approfondimenti sulla Teoria Macrobiotica**

29-30 giugno, 1 luglio ore 18:00 -19:30

**Lezione di Yoga con Carlo Pelini** - è necessario un tappetino da yoga

Domenica 27 giugno ore 17:00 - 19:00

**Laboratorio di lavorazione del feltro: preparazione di "ciotofeltrine"**

Ester Weber – Artista del feltro

Venerdì 3 Luglio ore 21:00

**Festa**

# CONFERENZE UPM

Sabato 26 Giugno ore 21:00

**Conferenza di benvenuto e presentazione della Vacanza Studio**

Domenica 27 Giugno ore 21:00

**Conferenza sul tema: "Partecipio futuro. Dalla terra alla bellezza per tornare al simbolo"**

Massimo Angelini - Storico della cultura, editore, ruralista e fabbricante di lunari

Lunedì 28 Giugno ore 21:00

**Conferenza sul tema: "Mondo globalizzato in coscienza collettiva, archetipi e tabù"**

Andrea Calzolari - Economista

Martedì 29 Giugno ore 21:00

**Tavola Rotonda tra agricoltori biologici liguri**

Mercoledì 30 Giugno ore 21:00

**Conferenza sul tema: "Costruire con legno, paglia, calce naturale e argilla. Progettazione di piscine naturali"**

Federico Bernabò - Architetto

Giovedì 1 Luglio ore 21:00

**Presentazione documentari sulle popolazioni indigene del Pianeta**

Marco de Poli e Giovanna Cossia

**Sono in programma escursioni guidate in giornata nei luoghi di interesse naturalistico - culturale della zona.**