hemp fibre lab 2021

Encontro da Fibra do Cânhamo

Quinta-Feira
13 Mai
Chegada

Sexta-Feira
14 Mai

História do Cânhamo
Preparação das fibras

Sábado
15 Mai
Meditação Yoga
Transformação da planta
TRIO TREMPE Concerto
Jantar Canábico Nasser Faraj

Domingo
16 Mai
Meditação Yoga
Tingimento da Fibra
Criações Tecelagem e Crochet

Grânchola

SOCIAL weed

3ª edição

Encontro da Fibra do Cânhamo

Antes da indústria têxtil ter surgido, o trabalho de transformação manual das fibras vegetais, que envolvia toda a comunidade, tinha uma importância muito grande nas comunidades locais, especialmente para as mulheres - as fiandeiras e as tecedeiras. O artesanato e especificamente a criação têxtil foi desde o início da humanidade, um dos primeiros e mais importantes pilares de sustentabilidade e autonomia da mulher. Encontramo-nos com o desejo de RESGATAR os conhecimentos e técnicas perdidos à volta desta planta, que tanto foi usada em Portugal, e fazer o nosso próprio fio passo-a-passo a partir das plantas que colhemos todos juntos no ano passado.

Lugar Minas da Caveira

O Lugar Minas da Caveira, é uma herdade de uma antiga mina romana desactivada, onde há 8 anos atrás, se iniciou o projecto de reflorestação com turismo rural.

Um lugar único, que convida a uma conexão e reflexão profunda com a natureza, num monte da Serra de Grândola, com espaços de lazer, barragem, espaços para actividades e de retiro, com uma paisagem e arquitetura únicas.

Programa

Quinta- Feira 13/5

16h-19h Chegada e passeio na quinta (voluntário)

20h Jantar

Sexta- Feira 14/5

8h Ritual de Abertura

Templo Zen Budista

9h **Pequeno-Almoço**

9.30h Chegada

10.30h Passeio pela quinta

Cânhamo em Portugal

12h História, Agricultura e os seus Usos

13.30h Transformação de Fibras e da Planta Inteira

14.30h **Almoço**

17h Transformação da Planta até à Fibra Crua

20.30h Preparação da Fibra para Tinturaria e Papel

Jantar

Sábado 15/5

7.30h Meditação Yoga
Templo Zen Budista

9.30h Pequeno-Almoço

13.30h Tratamento de fibras , iniciação à Fiação

14.30 Almoço

16.30 Refinação de fibras e fiação

19h Preparação de Papel

20.30h TRIO TREMPE
concerto - Templo Zen Budista

21.30h JANTAR CANÁBICO
com NASSER FARAJ

Domingo 16/5

8h Meditação Yoga
Templo Zen Budista

9h Tingimento e Limpeza Natural da Fibra

10h Almoço

13.30h Criação livre de Fio e Papel

14.30h Introdução ao Crochet, Tricot, Tecelagem e Tapeçaria

18.30h Fecho

19.30h Jantar

Segunda-Feira 17/5

8h Pequeno almoço

9.30h Tempo livre
Passeio & Lazer na Quinta

Facilitador@s

7 IRMÃS

Lilian Enders Ribeiro

Lilian é fundadora das 7 Irmãs, mãe de dois seres de luz, artista visual e performativa, facilitadora de Thetahealing e alquimista lunar. Inspirada pela infinita fonte de magia da vida, cria projetos multidisciplinares onde a essência e magia de mulher é o centro e ponto de partida para a criação íntegra.

Alice Albergaria Borges - Formadora

Alice é uma designer têxtil portuguesa que vive entre São Miguel (Açores) e Lisboa. Especializada em tecelagem manual, crochet e tinturaria natural. Interessada na dimensão imaterial dos têxteis, em questões relacionadas com o património e sustentabilidade.

Cozinheir@s

Catarina Caixeiro

Catarina é uma eterna amante da alquimia dos alimentos. A cozinha é o palco do cuidar e a forma de transmitir carinho e amor pelas pessoas. Inspirada na sazonalidade, cores, formas e na energia de cada planta, elabora os pratos como uma pintura de sabores.

Nasser Faraj

Nasser, natural do Brasil, aos 33 anos diz que escolheu ser cozinheiro por paixão. Trabalha há 5 anos no ramo e decidiu juntar as suas duas grandes paixões, a gastronomia e a cultura canábica. Assim sugiram os seus dois mais importantes projectos pelo qual é conhecido "Chef Panda Weed" e "La Ganja Cocina" no qual uniu o aroma ao paladar.

Actividades para Crianças

Grátis para Participantes do Curso

- Criando, dinamizando e ativando a realidade que desejamos viver, incluímos e criamos espaço à participação das crianças no nosso encontro.

- Atividades para crianças entre os 4 e 6 anos, e 7 + anos, são dinamizadas e desenvolvidas p infantis. Para que tanto os pais e filhos possam desfrutar de todo o encontro.

Pat Herdeira - Animadora

Eterna exploradora do Ser e da Vida, apaixonada pela essêcia viva da Criança, licenciada Psicologia tem trabalhado com crianças em diferentes projetos educativos alternativos e livres. Faz parte do projeto "O Pequeno Buda" como formadora de "Meditação para Crianças".

Valores e Opções de Participação

Early Bird (3 Maio)
Encontro Inteiro **170€**
Preço Diário **66€**
+ Opção Alojamento

Preço Regular
Encontro Inteiro **190€**
Preço Diário **73€**
+ Opção Alojamento

Preço para residentes no Concelho de Grândola
140€

O Preço Incluí:
Todas as actividades da programação
Todas as refeições (vegetarianas ou vegan) feitas pela nossa cozinheira **Catarina Caixeiro**
As actividades para crianças Sábado e Domingo
Acesso a área de lazer da quinta, piscina, barragem, passeios, templo budista (com horários)
Alguns materiais fornecidos (fibras, algumas ferramentas)
Jantar Canábico por chef Nasser Faraj - Sábado 15.5.
O concerto e Baile Trio Trempe - Sábado, dia 15.5

CONTACTO
empower@7irmas.com

FICHA DE INSCRIÇÃO

Opções de Alojamento

CAMPING EM TENDA INDIVIDUAL (Valor simbólico 7€ / pessoa / fds)

Traz a tua tenda individual/de grupo e escolhe um lugar na zona indicada

-Acesso ao banho com duche interior com água quente

-Opção de banho de mangueira e lago.

CASA DA GARE I - 30€ /noite por quarto

2 QUARTOS DISPONÍVEIS

3 Noites 90€ (1 Quarto / 1 Cama de Casal / 1-2 Pessoas)

3 Noites 180€ (2 Quartos / 2 Camas Casal / 2-4 Pessoas)

CASA DA GARE II - 35€ / noite por quarto

2 QUARTOS DISPONÍVEIS

3 Noites 105€ (1 Quarto / 1 Cama de Casal / 1-2 Pessoas)

3 Noites 210€ (2 Quartos / 2 Camas Casal / 2-4 Pessoas)

VILLA COTTAGE - 40€ / noite por quarto

2 QUARTOS DISPONÍVEIS

3 Noites 120€ (1 Quarto / 1 Cama de Casal / 1-2 Pessoas)

3 Noites 240€ (2 Quartos / 2 Camas Casal / 2-4 Pessoas)

Actividades Livres

Para aqueles que não quiserem participar na formação mas quiserem aceder a algumas das actividades:

Sábado 15/5

Concerto & Baile **TRIO TREMPE 10€**
Jantar Canábico com **Chef Nasser Faraj 15€**
Concerto & Baile + Jantar Canábico 20€

Baile com músicas tradicionais Portuguesas e Europeias com introdução de passos tradicionais.

Bruno Cintra Flautas, Percurssão e Vozes
David Rodrigues Cordas e Danças
Nuno Carpinteiro Acordeão

Actividades para Crianças

Donativo Sugerido 7€

Sáb 14.30h-17.30h

7IRMÃS