

Programação do 11º Encontro de Alternativas em Sintra 2016

SEXTA-FEIRA – 27 de MAIO

16h. Abertura

OFICINAS (Recinto)

16/18h. Mini Jardins & Land Art

18,30h. Passeio de Reconhecimento de Plantas Medicinais

ESPAÇO CRIANÇA

17/19h. Pintura Facial

17,30h. Construção de Mandalas

DEMONSTRAÇÕES

18h. Pole Dance/Pole Fitness

PALESTRAS (sala Palestras)

19h. Reconexão & Cura Reconectiva – Elsa Santos & Nuno Zoio

MÚSICA (Palco)

21h. Live act **UNO** (afro/electronic)

22h. **ACROBATA do RISO** (indie, acustic, alternative)

SÁBADO – 28 de MAIO

PRÁTICAS (Recinto)

10/18h. Mountainboard

11h. Yoga com Som

12h. Tai-Chi/Chi-Kung

WORKSHOPS/OFFICINAS

10/12h. e 16/18h. Mini Jardins & Land Art

11h. Meditação Activa c/Olhos Vendados (sala Dança)

14h. Os 7 Princípios da Felicidade (sala Meditação)

14h. Fazer Doces sem Açúcar e Lactínios (sala Workshops)

15h. Sistema Anura – Cura pela Terra (sala Workshops)

15h. Dança dos 7 Chacras (sala Dança)

16h. Meditação para a Paz na Mãe Terra (sala Meditação)

16,30h. Yoga do Riso (sala Dança)

18h. Meditando com Mandalas & Som (sala Meditação)

18h. Contacto Improvisação (sala Dança)

PALESTRAS (sala Palestras)

11,30h. Redefine o teu Novo Eu – Isabel de Sousa

14h. Coberturas Ajardinadas – Dora Incenso

15h. Bosques Nativos na Serra de Sintra – Miguel Teles

16h. Live with Earth – Ecovillage Community – Rui Vasques

17h. Natureza e Ecologia do Ser – Giancarlo de Aguiar

18h. Energia Biogravitacional – a Nova Energia – Paulo Pais

19h. Alteração Consciencial da Nova Era & Apresentação do livro

“ O Lotus que vem da Essência” – Vanda de Carvalho

CONCERTO MEDITATIVO (sala Workshops)

17h. Com vários instrumentos com sons subtis

DOCUMENTÁRIO (sala Workshops)

18,30h. “ O Último Amolador de Tesouras”

ESPAÇO CRIANÇA

10,30h. Meditação do Amor à Terra

11h. Toque Afectivo – massagens p/ famílias

15h. Festa da Mãe Terra

16h. **COR! AÇÃO!** (peça infantil) Teatro Tapa Furos

18h. Mandalas para Pachamama

MÚSICA (Palco)

19h. **VOLTA de MUNDO** (rock/jazz)

22h. **CHAPA DUX** (reggae)

DANÇA (Palco Pequeno)

21h. **LENDAS MOURAS** - Triskel Group

DOMINGO – 29 de MAIO

PRÁTICAS (Recinto)

11h. Yoga Com Som

12h. Tai-Chi/Chi-Kung

DEMONSTRAÇÃO

11,30h. Pole Dance/ Pole Fitness

WORKSHOPS/OFICINAS

10/12h. e 16/18h. Mini Jardins & Land Art

14h. O Caminho da Verdade (sala Meditação)

15h. Atitude na Gestão de Saúde e Bem-Estar (sala Workshops)

15h. Dança Indiana (sala Dança)

16h. Constelações Familiares Sistemáticas (sala Meditação)

16,30h. Expressão do Ser (sala Dança)

17h. A Resiliência (sala Workshops)

18h. Meditação em Movimento (sala Meditação)

18h. Biodanza (sala Dança)

18,30h. Passeio de Reconhecimento de Plantas Medicinais

18,30h. Chiricahua Apache uma Nação Livre (sala Workshops)

PERFORMANCES (pátio do Sino)

16h. Liber Mundi ao Vivo

PALESTRAS (sala Palestras)

15h. A Menstruação e a Sexualidade – Magia Magui

16h. A Psicologia junguiana e Anima Mundi – Constança Bettencourt

17h. Tem 5 Minutos? Técnicas de Relaxamento - Carina Vieira

18h. Florescer e Felicidade. Qual a Diferença – Luís Granja

MUSICA (Palco)

19h. **SOPAS de CHAVALO CANSADO** (rock alternativo)

22h. **TERRA LIVRE** (ethnic music)

(Pátio do Sino)

17,30h. **MARIANA ROOT** (world music, spirit)

DANÇA (Palco pequeno)

21h. **SUFIAANA** – Chantelle Gomes

ESPAÇO CRIANÇA

11h. Meditação do Amor à Terra

15h. Construir Histórias através da Arte

16h. Festa da Mãe Terra

18h. Mandalas para Pachamama

OFICINAS (Sab.& Dom. 10/12h. e 14/19h.)

Pintura de Passarinhos

Pintura Facial

Jogos na Natureza

NOS 3 DIAS:

Artesanato & Associações & Comida Vegetariana

Sex. 16/22h. Sab e Dom. 10/22h.

Expo de Pintura

MANDALAS DE LUZ

O HOMEM E A BUSCA DO SENTIDO DA VIDA

INFO: encontroalternativas@gmail.com /912321476 e 966944777

Programa sujeito a alterações

