

## Dove ci potete trovare:

### Punto vendita presso l'azienda

#### **Mercatino del biologico**

tutti i sabati ore 8-13 Rovereto piazza Erbe,

**Mercato della terra a Folgaria:** martedì mattina, sabato e domenica 15-19, solo nel periodo estivo e natalizio

#### **Fiera della Madonnina**

8 settembre Folgaria

#### **Fiera fai la cosa giusta**

28-29-30 ottobre Trento Fiera del consumo critico e degli stili di vita sostenibili

#### **Fiera di S. Lucia**

sabato 10 e domenica 11 dicembre a Trento in via Suffragio, con tutti i nostri speciali prodotti, anche in confezioni regalo.

#### **Affitto casetta in pietra e legno**

[www.la-fonte.org](http://www.la-fonte.org) [facebook.com/lafontebio](https://www.facebook.com/lafontebio)  
con ampio spazio esterno

Prezzi e foto sul nostro sito [www.la-fonte.org](http://www.la-fonte.org),

#### **\*Pizze con forno a legna 1ª domenica del mese**

5 giugno 3 luglio 7 agosto 4 settembre, orario dalle 18, è necessaria la prenotazione, costo 5€ a pizza

#### **Su prenotazione: pranzi, cene e buffet anche per comunioni, feste o altro**

**Degustazioni con prodotti aziendali** (pane, pizza, formaggi, zucchine, yogurt, carne, polenta).

Cucina naturista, vegetariana a base di cereali - Cucina biologica trentina - Cucina Nepalese - Cucina per celiaci.

## GIUGNO

**L'8ª opera di misericordia: Custodire il Creato,** esercizi spirituali per adulti: 4 giornate a tema su Terra, Acqua, Piante, Animali; Predicatore Padre Pascal Ayinon dei missionari di Maria **da mercoledì 1 sera a domenica 5** pasti in fattoria, alloggio su richiesta

**Pizza nel forno a legna\* domenica 5**

**-Mattinata sulle erbe selvatiche commestibili, venerdì 19** Raccolta, preparazione, e volendo pranzo aggiungendo 7 € a persona



### **Chi siamo:**

Azienda biologica orientata all'autosufficienza. Coltiviamo su terrazzamenti di montagna recuperati dall'abbandono e trasformiamo ortaggi, frutti ed erbe officinali; la presenza degli animali assicura latte, yogurt, formaggi, uova e lana... tutti **prodotti acquistabili** in azienda e nei mercati a cui aderiamo. Siamo abilitati per l'attività **didattica** con scuole e gruppi durante tutto l'anno. Raccogliamo anche fiori e gemme per preparare **Fiori di Bach e Gemmoderivati**, su richiesta siamo a disposizione per consigliare a voi e ai vostri bambini i rimedi naturali adatti e utili per piccoli e grandi disagi. La Fonte (750m slm) è immersa in diversi ecosistemi, tra cui il bosco e il torrente e dispone di tre fabbricati ristrutturati in **bioedilizia** e alimentati con **energie rinnovabili** (collettori solari auto costruiti, pannelli fotovoltaici, energia idrica, eolica e meccanica... pedalate!) e di sistema di fitodepurazione degli scarichi.



#### **PER ARRIVARE IN AZIENDA**

**da Rovereto:** ss350 Calliano-Folgaria, un km e mezzo dopo Mezzomonte (al kmVI/7): Indicazioni sulla destra, scendere 200 m a piedi, salvo disabili.

**da Folgaria:** ss350 direzione Calliano, due tornanti dopo il bivio di Peneri (al km VII/7) indicazioni sulla sinistra.



# Attività estate 2016



La Fonte Azienda Agricola Biologica di  
Montagna  
e Fattoria Didattica per la famiglia  
di Monti Elisabetta e Sara  
Fraz. Mezzomonte 38064 Folgaria (Tn)  
Italia

Tel. 0464 720041 [info@la-fonte.org](mailto:info@la-fonte.org)  
[www.la-fonte.org](http://www.la-fonte.org) [facebook.com/lafontebio](https://www.facebook.com/lafontebio)

## LUGLIO

**Pizza nel forno a legna\* domenica 3**

**Battere la Falce, affilarla e tagliare l'erba: impariamo.** Orario 15-17, costo 10€ **martedì 19**

**venerdì 22-sabato 23**

**Respirare con tutto il corpo: seminario breve**

per ritrovare voce e un miglior rapporto con il proprio corpo sciogliendo le tensioni, 2 giornate di 8 ore . costo 100€, più possibile vitto e alloggio

Marzia Manoni, Attrice/Vocalist e docente di uso della voce in Conservatorio a Milano

**- Giochi e attività in natura, noi siamo terra**

**domenica 24 luglio** dai 4 ai 13 anni, con l'ecopsicologa e wwoofer Cristina Mori prenotazioni entro giovedì 21. Mattina: 9-12 a caccia delle voci nella natura IL CORNO ELFICO. Pomeriggio: 15-17 Fattoria di Pace, rilassiamoci nella natura. Mezza giornata costo: € 15,00 a persona, € 35,00 a famiglia. Giornata intera (2 laboratori): 20€ a persona o 45€ a famiglia.

**Festival di mezza estate a Mezzomonte**  
**Coltivare cultura**  
**Da giovedì 28 a domenica 31**

Con: Vanni Carpenedo e Alberta Toninato.

**Teatro in fattoria: La fame di Arlecchino**

spettacolo teatrale **venerdì 29** ore 20: momenti comici e riflessioni sul cibo, tra fame e sprechi, al tempo di Goldoni e oggi. 8€ a testa bambini gratis

**Dalle ore 18 cotture delle pizze nel forno a legna,** 10€ a testa: pizza a volontà.

**Laboratorio di teatro: "Creare con la Natura"**

Aperto sia a persone con esperienza che principianti, **giovedì 28- sabato 30:** (costo 100€, più possibile vitto e alloggio) Orari: giovedì 28: 19-21

venerdì 29: 10- 13 e 16 - 19 sabato 30: 10- 13 e 16 - 20

Per maggiori informazioni sulle attività proposte e per avere i programmi dettagliati, scrivetece!

**Scampagnate in fattoria**  
**domenica 31 luglio ore 10 - 17**

pranzo con prodotti biologici e pizze

cotte nel nostro forno a legna, tante attività, giochi,



laboratori e balli popolari, mercatino" dalle terre delle Donne in Campo sapori da gustare

**non serve prenotazione**

Saremo anche presenti: **2 giugno soto al Croz Lavarone, 13 novembre a Piedicastello Trento per S.Martino** 8 Feste con le Donne in Campo Info su [donneincampo.cia.tn.it](http://donneincampo.cia.tn.it) o al 0461 1730452

## AGOSTO

**Pizza nel forno a legna\* 7 agosto**

**Mattinate a tema**

Corsi con esperienza pratica, adatti **sia per adulti che per bambini.** Iscrizione obbligatoria, da effettuarsi presso l'azienda entro il giorno precedente.

Orari dei corsi: dalle 09:00 alle 12:00

Costo: € 15,00 a persona, € 35,00 a famiglia.

Possibile fermarsi a pranzo prenotando prima, menù completo 23€, menù semplice 15€...o potete anche fare un pic-nic.

**- Facciamo insieme la crema di nocciole e... la mangiamo! lunedì 8**

**- Corso sui fiori di Bach, martedì 9**

Riconoscimento delle 20 piante presenti in azienda e introduzione alla floriterapia, possibile colloquio personalizzato nel pomeriggio.

**- Mungitura delle capre e coccole con gli asini, mercoledì 10,** con bibita in azienda

**- Ciclo del grano, giovedì 11**

informazioni per la coltivazione, macinatura dei semi, lievitazione, e panificazione individuale da portare a casa

**- Mungitura delle capre, venerdì 12**

cura degli animali: capre, pecore, asini, mucca. mungitura e caseificazione con formaggino da portare a casa, e degustazione

**- Corso sulle erbe selvatiche commestibili, sabato 13** Raccolta, preparazione, e volendo pranzo aggiungendo 7 € a persona

**- Ciclo della lana e del feltro, martedì 16** Tosatura delle pecore, lavaggio e cardatura della lana, seguirà la fabbricazione di un piccolo oggetto in feltro da portare a casa.

**- Trekking con gli asini, mercoledì 17** alla scoperta di questi animali dalle lunghe orecchie e dell'ambiente in cui vivono. Dalle ore 9 alle ore 16, Costo 20€ a persona o 45€ a famiglia. e per chi vuole "pranzo al basto" con i prodotti dell'azienda aggiungendo 7€ a persona. Nel caso di maltempo l'evento verrà spostato a giovedì 18 o venerdì 19 agosto

**- Mungitura delle capre e coccole con gli asini, giovedì 18** con bibita in azienda

**- Corso sulle erbe selvatiche commestibili, venerdì 19** Raccolta, preparazione, e volendo pranzo aggiungendo 7 € a persona

**- Giochi e attività in natura, noi siamo terra, sabato 20** dai 4 ai 13 anni, con l'ecopsicologa e wwoofer Cristina Mori

mattina: a caccia delle voci nella natura IL CORNO ELFICO pomeriggio: 15-17 Fattoria di Pace, rilassiamoci nella natura. Mezza giornata costo: € 15,00 a persona, € 35,00 a famiglia, Giornata intera (2 laboratori): 20€ a persona o 45€ a famiglia.

**Pizza nel forno a legna\* 4 settembre**

**Settimane "naturalmente verdi..."**

**per vivere a diretto contatto con la natura** da giugno a settembre



Per bambini e ragazzi dai tre ai quattordici anni.

Il nostro obiettivo è di far sperimentare i cicli del cibo attraverso laboratori di raccolte e di cucina, inoltre giochi non competitivi, creazioni e contatto con la natura. AGEVOLAZIONI TRAMITE BUONI DI SERVIZIO

**Sabati in fattoria: un sabato per stagione**

**sabato 29 ottobre: L'autunno in fattoria**

raccogliamo nell'orto le verdure da conservare per l'inverno, cuciniamo gli gnocchi di zucca, portiamo a casa zucca, foglie colorate e fagiolie.

**sabato 17 dicembre: L'inverno in fattoria**

prepariamo insieme i biscotti di natale e ci prepariamo alla sua atmosfera

**sabato 8 aprile 2017: Primavera in fattoria**

prepariamo la treccia di Pasqua

**Scrivetece per entrare nella nostra mailing list!!**