

Percorsi al CUBO

2017
2018



CUBO

Centro Unipol BOlogna

DENTRO IL MENÙ

LUNEDÌ ORE 18:00

LIFESTYLE

Con La Porta Restaurant

Otto incontri con lo chef **Cristian Mometti** e ospiti provenienti dal mondo della cultura e della produzione enogastronomica, per raccontare come si costruisce e cosa rappresenta il menù di un ristorante gourmet.

02 ottobre 2017 LA SCELTA DEGLI INGREDIENTI

Come si struttura un nuovo menù: stagionalità, prezzo, reperibilità, interazione di sapori. Con **Marco Colognese**, collaboratore della Guida Ristoranti d'Italia de L'Espresso e la Guida Venezia

06 Novembre 2017 GLI ABBINAMENTI

Nozioni e segreti per addentrarsi nelle dinamiche del gusto. Con **Maurizio Ugliano**, Docente di Enologia presso Università di Verona

04 dicembre 2017 LA SCELTA DEL "PIATTO" GIUSTO

Come scegliere il giusto supporto da abbinare a ogni singola portata. Con **Caraiba**, azienda di eccellenza del design della tavola

15 gennaio 2018 MANGIARE CON GLI OCCHI

Raccontare un piatto attraverso un blog e le immagini. Con **Angela Maci**, consulente enogastronomico e creatrice di "Sorelle in Pentola" e di "Storie Buone"

05 Febbraio 2018 L'ECONOMIA NEL MENU

Cucinare senza sprecare. Con **Last Minute Market**, esempio virtuoso di gestione delle risorse alimentari.

05 marzo 2018 L'ORTO A TAVOLA

La scelta degli alimenti nel rispetto dei ritmi della natura

09 aprile 2018 COMUNICARE IL PIATTO

Come descrivere il piatto di un menù. Con **Giorgia Cannarella**, giornalista e blogger

07 maggio 2018 LA CARTA DEI VINI

L'abbinamento con il menù. Con **Francesco Barsotti**, proprietario dell'Enoteca "Al Risanamento di Bologna", vincitrice del Premio Gastronomo - Cantina Tramin, 2017

LE SFIDE DEL MONDO

MERCOLEDÌ ORE 18:00

STORIA e TERRITORI

Con CEFA

La conoscenza come filo rosso per incontrare e unire i diversi "punti di vista" del mondo che ci circonda. Quattro appuntamenti per raccontare il nostro Pianeta, le sue contraddizioni e le immense speranze. Un itinerario tra approfondimento e degustazione.

18 ottobre 2017 LA SFIDA DEL LAVORO

Gli strumenti per valorizzare un territorio e tutelare la dignità dei lavoratori. La Best practice: il Caffè e cacao dell'Ecuador. Con **Alice Fanti** (CEFA) - **Andrea Segrè** (Spreco Zero) - Commercio Equo e Solidale - **Daniele Scochet** Progetto Gauli

08 Novembre 2017 LA SFIDA DELLA PACE

Gli strumenti per operare post conflitto. La Best Practice: il vino della Bosnia. Con **Luciano Centonze** (CEFA) - **Giacomo Savorini** (Consorzio Vini dei Colli Bolognesi) - **Elena Monicelli**, Scuola di Pace di MonteSole - Testimonianza dalla Bosnia.

14 marzo 2018 LA SFIDA DELLA LEGALITÀ

Gli strumenti per vincere lo sfruttamento. La Best Practice: la latteria di Njombe in Tanzania. Con **Paolo Chesani** (CEFA) - **Sandro Ruotolo** (giornalista) - Masaniello Pizzeria Etica - Comitato IO Lotto

18 aprile 2018 LA SFIDA DELL'INTEGRAZIONE

Gli strumenti per valorizzare il dialogo fra culture. La Best Practice: l'olio in Marocco. Con **Andrea Tolomelli** (CEFA) - CHEF **Max Poggi** - cuoco albanese e cuoco marocchino

DESTINAZIONE SALUTE

SABATO ORE 16:00

LIFESTYLE

Con Black Bart Triathlon

Un ciclo di incontri rivolti alle persone sedentarie e un po' pigre, ma attente alla propria salute per aiutarle a sviluppare uno stile di vita più attivo e integrare abitudini improntate al divertimento senza trascurare un po' di fatica.

14 ottobre 2017 NON SOLO MUSCOLI

Il benessere come risultato del funzionamento integrato tra mente, sfera emotiva e componenti fisiche. Con **Costantino Bertucelli**

11 Novembre 2017 UFFICIO RECLAMI CHIUSO

Evitare la fatica, trovare sempre una scusa per rimandare: come uscire dal circolo vizioso della deresponsabilizzazione. Con **Costantino Bertucelli**

02 dicembre 2017 PER MARE PER TERRAM

Lo sport come terapia, fisica e interiore simboleggiata da due fantastiche avventure in giro per il mondo...fino alle Olimpiadi di Rio. Con **Riccardo Barlaam** e la Nazionale Italiana di Nuoto Paralimpico

13 gennaio 2018 UN TESORO GRANDE 24 ORE

Migliorare il modo in cui utilizziamo il tempo a nostra disposizione è possibile. Con **Costantino Bertucelli**

10 Febbraio 2018 SPECCHIO DELLE MIE BRAME

Abbandonare lo spauracchio della restrizione alimentare per un nuovo concetto di cultura della nutrizione. Con **Lorenzo Bergami**

10 marzo 2018 LA CADUTA E IL RECUPERO

"Lottare per la vita: e nessuna vittoria può essere come questa". Raccontano, le parole. Ma parlano anche gli occhi. Con **Adriano Malori**

I SENTIERI DEL BENESSERE

GIOVEDÌ ORE 18:00

LIFESTYLE

Con Il Mulino

Otto incontri per riflettere sulle contraddizioni del presente, alla ricerca del benessere come incrocio di molti sentieri: economico-sociale, medico e spirituale. Gli incontri sono introdotti e moderati da Pino Donghi, esperto in comunicazione della scienza, ha seguito l'organizzazione di festival culturali ed è l'editor del Festival della Scienza medica a Bologna.

12 ottobre 2017 LE PAROLE DEL CUORE

Con il medico **Claudio Cuccia** analizziamo il nostro desiderio di essere accuditi e rinfanciati dalle parole del dottore ideale alla ricerca del nostro benessere

09 Novembre 2017 ALLA SPA: SALUS PER AQUAM

Con la storica **Annunziata Berrino** percorriamo la tradizione italiana del soggiorno termale come espressione di cura ma anche di cultura

14 dicembre 2017 PER PIACERE

Con la sociologa **Rossella Ghigi** e con **Patrizia Magnani**, chirurgo plastico, scopriamo cosa ci spinge a trasformare il nostro corpo a colpi di bisturi

11 gennaio 2018 FELICITÀ E BENESSERE

L'economista **Leonardo Becchetti** ci spiega quanto conti la buona relazione fra salute, felicità e collaborazione sociale per il benessere individuale e collettivo

08 Febbraio 2018 FELICITÀ ITALIANE

La sociologa **Gabriella Turnaturi** ci mostra uno scenario prismatico delle nostre aspettative tra stereotipi e novità

08 marzo 2018 QUESTA VITA

Il teologo **Vito Mancuso**, ci aiuta a comprendere l'inscindibile complementarietà tra materia e spirito per una "ecologia della mente"

05 aprile 2018 IL BENESSERE A TAVOLA

La psicologa **Nicoletta Cavazza** ci fa riflettere sulle molteplici funzioni del cibo, barometro del nostro benessere fisico e psichico, su cui concentriamo un interesse talvolta ossessivo e maniacale

10 maggio 2018 L'AMORE FA STAR BENE?

Con la psicologa **Grazia Attili** scopriamo che troppa cioccolata fa ingrassare, un nuovo amore no, ma il benessere e il piacere sono gli stessi (o quasi!)

TEATRO

SABATO ORE 16:00

EDUCATIONAL

Con Tita Ruggeri

Otto incontri laboratoriali sul teatro per esplorare le varie forme di rappresentazione prendendo ispirazione dal grande drammaturgo William Shakespeare e percorrendo i testi delle sue commedie.

21 ottobre 2017 L'IMPROVVISAZIONE Sul palco senza testo, comincia la magia del teatro

18 Novembre 2017 IL MONOLOGO Parlare da solo o al pubblico

16 Dicembre 2017 IL SOLILOQUIO La scoperta della quarta parete

17 Febbraio 2018 IL DIALOGO A DUE Lo scambio e la condivisione delle battute

17 Marzo 2018 IL DIALOGO A PIÙ VOCI Parlare in tre o quattro

21 aprile 2018 TANTI ATTORI SULLA SCENA Recitare in armonia

19 maggio 2018 TIRIAMO LE FILA

Una piccola messa in scena con qualcuno che guarda

 il Mulino SOCIETÀ EDITRICE IL MULINO

 LA PORTA RESTAURANT



BLACK BART TRIATHLON



CEFA

TITA RUGGERI