

01 Ottobre 15:00 - Lanusei - Piazzetta Del Fico  
**RICETTE DI LUNGA VITA: I CULURGIONIS**  
Laboratorio culinario alla scoperta del piatto ogliastrino per eccellenza: I culurgionis.

16:00 - Jerzu, Museo  
**LONGEVITÀ IN OGLIASTRA E SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE**  
Conferenza sulla longevità ogliastrina e mostra fotografica DNA 100

19:00 - Jerzu, Bar La Piazzetta  
**PROFUMI E SAPORI D'OGLIASTRA**  
aperitivo presso il bar La Piazzetta di Arianna Contu, Jerzu

21:00 - Lanusei, Osservatorio Astronomico "F. Caliumi"  
**E QUINDI USCIMMO A RIVEDER LE STELLE**  
Visita all'Osservatorio Astronomico F.Caliumi, alla scoperta dei segreti del cielo Ogliastrino

02 Ottobre 08:30 - Arzana  
**SULLE ORME DELLA TRADIZIONE: LA TRANSUMANZA**  
una giornata sui pascoli insieme ai pastori per rivivere la transumanza.

10:00 - Jerzu  
~~**RICETTE DI LUNGA VITA: IL MELE**~~  
**POSTI ESAURITI**

16:00 - Jerzu, Museo  
**CULTURA, IDENTITÀ E TURISMO**  
Dibattito culturale, esposizione fotografica e mostra dell'artista Gianfranco Ciancilla

19:00 - Jerzu, Bar Da Zia Tittina  
**PROFUMI E SAPORI D'OGLIASTRA**  
Aperitivo tipico sardo, accompagnato dalle Launeddas di Nino Mura

03 Ottobre 09:00 - Lanusei, Località Sarcerei  
**SENTIERI DI SCISTO**  
Trekking tra mare e montagna

15:00 - Jerzu, Località Sant'Antonio  
**IL RESPIRO DEI TACCHI**  
Trekking alla scoperta delle erbe del territorio ogliastrino

19:00 - Jerzu, Cantina Sociale Antichi Poderi  
**PROFUMI E SAPORI D'OGLIASTRA**  
aperitivo presso la Cantina Sociale Antichi Poderi, Jerzu