

# Piazzana

Soggiorno estivo/esperienza residenziale

**Campo estivo in TENDA**

Luogo: Piazzana di Pian di Coreglia (LUCCA)

## Immagine e ImmaginAzione

Periodo: dal 8 al 14 luglio 2018

Età: da 9 a 14 anni



*Cosa vedi, e cosa potresti vedere, fuori e dentro di te.*

*Con Marco Albertini e Marta Filippini*

## COSA:

Sapete cos' è e come si "legge" una cartina geografica ed escursionistica? E quali segreti racchiude questo pezzo di carta?

Scopriamo tutto ciò in modo da poter poi scegliere noi, tutti insieme, il percorso per una piacevole e divertente camminata di esplorazione: raggiungiamo quella fragorosa cascata? Oppure, perché non risaliamo questo limpido torrente? O ancora ... ci immergiamo in quello splendido e silenzioso castagneto?

Durante il cammino, esplorando con giocosa curiosità il territorio che attraverseremo, scatteremo fotografie a ciò che incontreremo e che colpirà la nostra attenzione: un grande albero secolare, un grazioso fiorellino, un animale selvatico ... chissà cosa ci riserverà il sentiero!

E poi, concluso il cammino, ricostruiamo il percorso compiuto ricordando, visualizzando ed immaginando: useremo colori per dipingere, disegnare, scrivere!

Lavoreremo come un gruppo, una squadra, un grande organismo dove ognuno è parte importante e fondamentale del tutto; una parte diversa e, proprio per questo, unica e inimitabile.

Ci aiuteremo e collaboreremo in modo reciproco per raggiungere l' obiettivo comune, tramite decisioni e scelte condivise da tutti, aumentando così la nostra capacità relazionale e sociale.

Stimoleremo il gusto dell' avventura, della scoperta e il senso di orientamento, nonché la curiosità, l' osservazione e la memoria fotografica e visiva.

Affineremo il nostro intuito e sesto senso "selvatico."

Attraverso l' apprendimento esperienziale sul campo scopriremo che potremo contare e fare affidamento su noi stessi per prendere decisioni, aumentando così l' autostima e la fiducia personale.

Probabilmente incontreremo ed affronteremo anche eventuali imprevisti, disagi o difficoltà: un albero caduto lungo sentiero, il guado di un torrente, il cammino sotto la pioggia ... tutte esperienze che ci faranno crescere!

Ah dimenticavo: condivideremo in cerchio tutte le sensazioni e le emozioni che vivremo insieme, sia durante la vita comunitaria al campo che durante il cammino!

## STRUMENTI

E quante cose possiamo fare con l' **ImmaginAzione?**

Uno strumento magico che ci permette di esprimere ciò che le parole non esprimono, di percorrere sentieri con non compaiono sulle cartine né sulle mappe geografiche e con lo Yoga possiamo aprire questo spazio e costruire un luogo in cui far vivere i nostri personaggi interiori.

**Lo Yoga** è uno strumento ampio, gli aspetti più rilevanti della nostra proposta sono:

- l' unione dei 3 piani d' esperienza ed elaborazione, fisico, emotivo e

mentale.

- l' uso del respiro.

-il rilassamento.

-la conoscenza del nostro corpo.

## DOVE

Piazzana, Coreglia Antelminelli (LU) è a 950 m sull' Appennino tosco-emiliano, grande prato alle pendici del Monte Giovo. Raggiungibile in auto dal fondovalle della Mediavalle del Serchio seguendo le indicazioni per Ghivizzano - Coreglia Antelminelli - Piastrorso. Il campo è a 2 km da Piastrorso (di cui 1 sterrato).

COORDINATE GOOGLE 44.107984, 10.560655

LATITUDINE DMS 44 6 29 - DM.m 44 6.47904 - LONGITUDINE DMS 10 33 38 - DM.m 10 33.6393 Digitando Piastrorso, LU, ci si può divertire a cercare la località. Lo si riconosce subito a monte del paese. E' il prato più grande.



Saremo nell' angolo a destra (cerchio rosso) al confine tra il bosco e il prato. Vicino c' è un bellissimo torrente.

Il campo è attrezzato con tende, non ci sono strutture fisse, salvo la cucina che si appoggia ad una piccola casetta (quadrato rosso) con corrente elettrica e acqua potabile. Il campo è allestito in modo attento ad un uso responsabile delle risorse naturali. Attingiamo l'acqua ad una sorgente e ci laviamo in un ruscello purissimo per cui richiediamo l'uso di saponi biodegradabili al 100%. Si attua il riuso dei materiali e, quando diventano rifiuti, pratichiamo attentamente la raccolta differenziata

## INIZIO

L' appuntamento è a Piastrorso alla trattoria Da Beppe di Agostini Loretta (Località Piastrorso, 5, Coreglia Antelminelli LU Telefono: 0583 722090) **domenica 8 luglio alle ore 14:30**. Da Piastrorso raggiungiamo insieme fin dove è possibile in auto (2 km) e poi a piedi (15' di passeggiata max). Gli zaini e eventuale altro materiale saranno trasportati al campo dall'organizzazione.

## FINE

Il soggiorno termina **sabato 14 luglio**.

Entro le 11 attendiamo tutti i genitori al campo per restituire e condividere le bellezze che avremo scoperto durante la settimana. E' possibile per chi vuole rimanere per concludere il campo tutti insieme con un pic nic : invitiamo ogni genitore a portare ciotola e posate e qualcosa di buono da mangiare! ( la cucina del campo il sabato riposa).

In occasione dell' incontro di fine campo con educatori e ragazzi vi chiediamo di rimanere nella zona del campo dove si trovano le tende per non recare disturbo a chi abita nel terreno e che spesso nel periodo estivo trascorre lì il fine settimana.

## COSA PORTARE

- Materassino, sacco a pelo pesante e copertina supplementare
- Scarponi da montagna già utilizzati (né nuovi né usurati)
- Un paio di scarpe più leggere
- Zainetto per escursioni
- Torcia meglio a ricarica manuale (se no, con pile di ricambio), se possibile frontale
- Biancheria intima: mutande, magliette, calzini (4 capi per tipo).
- 1 pigiama caldo
- 1 asciugamano grande e 1 medio
- 2 paia di pantaloni lunghi (di cui 1 pesante)
- 2 paia di pantaloncini corti
- 3 maglie a maniche lunghe e 3 t-shirt
- 1 felpa e 2 maglioni pesante per freddo della sera
- K way o mantella o giacca a vento che non sia imbottita per eventuale pioggia
- Cappellino
- Sandali o scarpe da fiume
- Costume da bagno
- Occhiali da sole e crema protettiva solare per i bambini sensibili
- Repellente insetti
- Busta per l' igiene personale con spazzolino e dentifricio, prodotti per l' igiene personale biologici e biodegradabili al 100%
- Una gavetta completa (oppure piatti e tazza) e posate (forchetta e cucchiaio)
- Tovagliolo e tovaglietta di stoffa (può essere anche un asciughino) per i pasti
- Borraccia
- 1 contenitore chiudibile per alimenti e 1 sacchetto di stoffa per il pranzo al sacco
- 2 buste di plastica
- Eventuali medicinali necessari che il bambino sia capace di assumere in autonomia

## COSA LASCIARE A CASA

Vi invitiamo a lasciare a casa gli apparecchi elettrici (tipo asciugacapelli) ed elettronici (tipo telefonini) perché non li riteniamo necessari per vivere la vita all'aria aperta. Unica eccezione macchina fotografica, se vi piace!

## COMUNICAZIONI DURANTE IL CAMPO

Il **MERCOLEDI** sarà la serata delle telefonate e potrete chiamare il numero degli operatori dalle **19 alle 20:30** e parlare con i vostri figli ai numeri degli operatori Marta 328.0241444 e Marco 349.1655717.

Durante le altre giornate solo SMS e via SMS ci accorderemo per eventuali telefonate extra e/o risponderemo sempre via SMS. Questo perché al campo..c'è poco campo! C'è poca copertura. In caso gli operatori lo ritengano necessario si metteranno in contatto con voi in qualunque momento.

## COSTO

€ 330 che comprende: operatori, attività e pensione completa dalla merenda del 1° giorno alla colazione del 7° giorno, con pernottamento in tenda.

Sconto 10% per la 2° quota (seconda settimana o fratelli)

Sconto 20% per la 3° quota

Sconto 25% per la 4° quota

Sconto del 10% per chi si iscrive prima del 5 maggio (cumulabile con sconto quote successive)!!

La quota associativa è pari a 15 euro: è annuale, comprende la copertura assicurativa e consente di partecipare alle attività e alla vita associativa.

## EDUCATORI

### **Marta Filippini**

Educatrice, Insegnante di Yoga.

Per anni, troppi!, ho lavorato nella grande metropoli milanese, come educatrice e non solo, ora per fortuna vivo tra i monti e il mar ligure, alternando passeggiate e nuotate per rilassarmi e godere della vita e delle meraviglie della natura, facendo trattamenti shiatsu e una lezioni di yoga. Sì, di lavoro faccio questo, ma anche per passione, così come stare coi bimbi e coi ragazzi che sono per me sempre fonte di grandi insegnamenti e di saggezza. Insegno Yoga ai bimbi e agli adulti, sono insegnante e operatrice shiatsu ma son partita da Sociologia e da una formazione in ambito educativo a Milano per arrivare fin qui.

### **Marco Albertini**

Chi sono io? Sono un ragazzo a cui piace camminare e vagabondare (spesso scalzo) in silenzio e libertà tra boschi, torrenti e crinali d' Appennino. Nel dipanarsi dei miei passi, mi guardo attorno per scattare fotografie a ciò che emana struggente bellezza e abbondante meraviglia, ogni giorno. Adoro leggere libri di alberi sotto alberi, ascoltando la musica della Natura fuori e dentro di me. Altri generi di musica (tipo rock!) mi piace ascoltare (e danzare) quando cucino con creatività per condividere il cibo, il tempo e le risate in compagnia di persone più o meno conosciute. Sì, perché a me piace ridere!

E mi piace andare a teatro e al cinema.

Nutro interesse e curiosità per le discipline e filosofie orientali. Per questo, pratico meditazione da qualche anno per vivere ogni giornata con più presenza e centratura. Sono anche laureato in ingegneria meccanica con il massimo di voti, sono membro e socio fondatore del circolo fotografico naturalistico

“Provediemozioni.it” di Bologna, sono affezionato socio CAI dal 2009.

Inoltre, come Guida Ambientale Escursionistica collaboro con due realtà dell' escursionismo bolognese organizzando e guidando escursioni per adulti e per ragazzi, in ottica di educazione ambientale e rispetto per la Terra e per l' Ambiente.