

# Brasino

Soggiorno estivo/esperienza residenziale

Luogo: Agriturismo Brasino Località Fosdinovo (MS)

## Avventure di fine estate Campo in tenda

Periodo: dal 2 settembre all'8 settembre 2018

Età: dai 5 ai 9 anni



### **Fine estate e si riparte! Per dove?**

*Con Marta Filippini e Francesco Di Meglio*

Vivere nella natura, dormire in tenda, giocare con la fantasia e l'immaginazione, esprimersi con tecniche manuali e corporee condividendo piccoli riti quotidiani.

### **COSA:**

Di che intelligenza sei? C'è chi pensa con le mani, chi con la pancia, chi con le orecchie..e tu? Esploriamo la CNV (Comunicazione non violenta) e un modo diverso per esprimere ciò di cui sentiamo il bisogno.

Costruiamo il nostro Diario di bordo della vacanza per raccontare le incredibili esperienze che faremo nei pochi/tanti giorni assieme!

Saremo alla fine dell'estate, emozionati per il nuovo inizio scolastico, ci prepareremo ad accogliere il "nuovo" e il cambiamento nel miglior modo possibile, sviluppando calma e positività..con tutti i sensi.

## **STRUMENTI**

- escursioni, giochi e attività all'aria aperta
- vivere nel pieno contatto della natura in un contesto silenzioso ed unico, nell'entroterra tra Liguria e Toscana.
- pratiche di yoga, respiro, lavoro corporeo, contatto con le proprie emozioni.
- vita di gruppo con giochi e attività cooperative come la creazione di rituali condivisi
- autogestione della vita in comune, condivisione del tempo e degli spazi del vivere e dell'abitare.
- esplorazioni sensoriali per approfondire il contatto con la natura.



## **DOVE**

Il campo si svolgerà in tenda tra gli ulivi dell'Agriturismo Brasino situato Tra i Comuni di Sarzana e Fosdinovo.

Completamente immersa nel verde e nella pace delle Colline tra Liguria e Toscana l'Azienda Agricola produce da diversi anni olio e vino biologico e durante il campo ci offre la possibilità di raccogliere i prodotti dell'orto, di utilizzare la cucina e i servizi e uno spazio all'interno della struttura che in caso di maltempo sarà utile sia per le attività che per il pernottamento.

www.agriturismobrasino.it

Recapiti dell'Agriturismo: 0187/68368

### **COME ARRIVARE**

autostrada Genova-Livorno A12, uscita Sarzana.

- Dopo il casello prendere la strada che continua dritta (l'indicazione Sarzana è su entrambe le vie) e percorrerla sempre dritta in direzione centro fino a che ci si troverà ad un semaforo (il 2° che incontrate) con in fronte la città vecchia. La strada prosegue, piegando un po' a destra.
- Seguitela e al primo semaforo (sulla dx c'è un viale alberato che porta alla stazione e sulla sinistra una piazza con una statua) proseguite dritto. Superate un piccolo castello su una collinetta alla vostra sinistra e un giardino con palme e subito dopo (non più di 3/400 metri dal semaforo della stazione) troverete una rotonda e sulla sinistra una strada con insegna Tabacchi e indicazioni per Fosdinovo, Falcinello, è la via S. Francesco.
- Percorretela per circa 400 metri e poi si svoltate a dx (indicazioni ristorante La scaletta, rist. il faro, guardia di finanza, palestra)
- Dopo circa altri 400 metri svoltate ancora a dx in via Bradia (ristorante la scaletta sull'angolo)
- Dopo circa altri 400 metri nuova svolta a dx su ponticello via Ghigliolo Alto e qui si prosegue in salita con curve per circa 800 metri
- Proseguite in direzione Paghezzana, superate il paese e continuate a salire per circa 1km e mezzo fino a incontrare bivio a sin Via Brasino (segni di riconoscimento: cassonetto blu dell'immondizia, cartello Apicoltura Sturli). Prendete via Brasino e procedete per circa 500 m.
- Al bivio successivo si abbandona l'indicazione Apicoltura e si svolta a sinistra su sterrato che continua la discesa, si incontra un primo tornante dopo circa 150 m che svolta a sinistra (non prendete la strada che prosegue dritta nel bosco!). Troverete subito sulla destra una casa poi altro tornante con una cancello di villa, continuate e alla fine della discesa siete arrivati

L'indirizzo è Via Brasino, 6 – 54035 Fosdinovo - Coordinate GPS: 44.131777,10.002442

### **INIZIO**

L'appuntamento è all'Agriturismo **DOMENICA 2 settembre alle ore 14.30**

### **FINE**

Il campo termina **SABATO 8 settembre** entro le **ore 11** dopo di che i bambini vengono riaffidati ai genitori.

## **COSA PORTARE:**

- Sacco a pelo e tappetino ed eventualmente un piccolo cuscino
- Scarponi da montagna già utilizzati (attenti alle soles usurate che si staccano facilmente)
- 1 asciugamano grande e 1 medio
- Biancheria intima magliette, calzini, ecc in quantità sufficiente ma non esagerata
- 2 paia di pantaloni lunghi
- 2 paia di pantaloncini corti
- 1 maglione pesante per eventuale freddo della sera
- 2 maglie a maniche lunghe e 2 t-shirt
- K way o mantella o giacca a vento che non sia imbottita per eventuale pioggia
- Cappellino
- Occhiali da sole e crema protettiva solare
- Borraccia
- Tovagliolo, tovaglietta di stoffa, piatto posate e bicchiere per i pasti
- Busta per l'igiene personale con spazzolino e dentifricio
- Un paio di scarpe più leggere
- Ciabatte di plastica
- Torcia a led, meglio a ricarica manuale (se no, con pile di ricambio), se possibile frontale
- Almeno un contenitore di plastica chiudibile e sacchetto di stoffa per il pranzo al sacco
- Pigiama
- Eventuali medicinali necessari
- Costume per il bagno in piscina

## **COSA LASCIARE A CASA**

Vi invitiamo a lasciare a casa gli apparecchi elettrici ed elettronici per ascoltare musica, comunicare, condividere, giocare e i telefoni mobili perché secondo noi non sono necessari per vivere all'aria aperta, anzi possono interferire con la ricerca di vicinanza con la Natura, con l'esperienza di emozioni da cui lasciarsi attraversare e da vivere a lungo prima di comunicarle. E, poi, abbiamo sperimentato che, dopo essere stati in Natura, si possono comunicare agli amici emozioni, idee, eventi trascorsi e vissuti senza la distrazione del resoconto immediato. Perché anche noi abbiamo lo smartphone, ma ne sperimentiamo volentieri l'uso non istantaneo.

## **SEGNALAZIONE**

Saranno utilizzate auto private e/o mezzi di trasporto pubblici per raggiungere alcune mete di escursioni nei pressi dell'agriturismo (pochi km di spostamento).

Se il clima non fosse adatto a dormire in tenda dormiremo con materassini e sacchi a pelo in una sala all'interno dell'agriturismo.

## **COMUNICAZIONI CON I PROPRI FIGLI**

Per parlare con i ragazzi sarà possibile telefonare all'Agriturismo **MERCOLEDI sera dalle 19.00 alle 20.30** al numero **0187/68368** e in giorni e negli altri giorni orari mandare messaggi ai numeri di telefono degli educatori, **Marta 328.0241444 e Francesco 349.1771634**, e prendere accordi per sentire i bambini. Ovviamente in caso di necessità si può telefonare all'Agriturismo in qualsiasi 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**

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, tra un trattamento shiatsu e una lezione 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, da quest'anno sono operatrice del Progetto Asilo nel bosco a Genova e sono insegnante e operatrice shiatsu ma son partita da Sociologia e da una formazione in ambito educativo a Milano per arrivare fin qui.

### **Francesco Di Meglio**

Nato a Cuneo nel 1975 da mamma cuneese e da papà napoletano, digeriti già in infanzia i dissidi tra terroni e polentoni di cui eran voce alcuni parenti serpenti, mi riconosco oggi sintesi compiuta dell'Italia Unita. Compiaciuto di un paesaggio interiore che vede le Alpi Marittime affacciarsi insieme al Vesuvio sul Golfo di Napoli - e a causa proprio delle profonde riflessioni già avviate sin dalla tenera età - mi barcameno da sempre tra l'aspirazione a realizzare anche per gli altri questo luogo mitico e multicolore che mi abita e l'istinto di esserne solo il leggero ambasciatore,

menestrello e narratore. Per far questo mi sono dotato di strumenti culturali e creativi (educatore professionale, accompagnatore naturalistico, amatoriale attore, scultore ed infarinato danzatore e scrittore) abbastanza indefiniti e mutabili all'occorrenza da esser spesi a seconda delle esigenze. Di sicuro l'ambiente naturale potenzia queste mie attitudini come una giusta cassa armonica ingigantisce la passeggiata di una formica.