

Piazzana

Luogo: Piazzana di Pian di Coreglia (LUCCA)

Come Sole e Luna

dal 2 all' 8 luglio 2017

Età: ragazzi da 11 a 15 anni

La forza del maschile e del femminile brilla in ognuno di noi.

Con Elena Succhiarelli e Marta Filippini.

Come si esprimono nel nostro carattere e nel nostro corpo queste due forze?

Sappiamo riconoscerle? Come agiscono nella relazione con gli altri?

Un percorso di scoperta nella natura, attraverso lo yoga, il teatro e la lettura di storie e di racconti antichi e recenti.

COSA :

Una settimana per ragazzi di medie e prima superiore che desiderano fare una vacanza avventurosa e in pieno contatto con la Natura. Il torrente, il bosco, le stelle e i monti saranno i luoghi che ci accoglieranno. Dormiremo in tenda e la sera racconteremo storie intorno al fuoco, vivremo senza un'abbondanza di cose a cui siamo abituati nella vita di tutti i giorni, cammineremo, ma quel giusto che saprà farci appassionare. Come Sole e Luna perché incontreremo il Sole e la Luna che brillano in noi, il maschile e il femminile, il giorno e la notte. Vivremo in condivisione imparando ad ascoltare ciò che l'altro ci chiede e così anche ciò che NOI desideriamo chiedere all'altro.

La cucina sarà prevalentemente vegetariana con un solo pasto di carne, sostituendo per il resto le proteine animali con proteine vegetali, **PER PROVARE L'ENERGIA, LA LUCIDITA' E IL BUONUMORE CHE DERIVANO da UN'ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA IN TUTTI I SUOI COMPONENTI, ACCURATAMENTE SCELTA e SENZA ECCESSI.**

Ecco alcune delle cose che faremo:

- Dormire sotto le Stelle
- Bagni nel Torrente
- Cucina col Fuoco
- Camminata notturna
- Discesa del Fiume
- Esplorazione alla Cascata
- Escursioni e avvistamenti di animali selvatici
- Teatro, Yoga e Fiabe intorno alle nostre avventure

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 – Piastroso. Il campo è a 2 km da Piastroso (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 Piastroso, 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 Piastroso alla trattoria Da Beppe di Agostini Loretta (Località Piastroso, 5, Coreglia Antelminelli LU Telefono: 0583 722090) domenica **2 luglio alle ore 14:30**. Da Piastroso 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 il sabato **8 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).

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 **MERCOLEDÌ** dalle **20 alle 21.30** e parlare con i vostri figli. Durante la giornata solo SMS e **via SMS ci accorderemo** eventualmente per sentirci la sera. Questo perché al campo..c'è poco campo! C'è poca copertura. Gli/le operatori/rici si metteranno in contatto con voi in qualunque momento se necessario.

Elena Succhiarelli

Che posso dirvi di me? Che quando c'è la luna piena ululo di gioia verso il cielo? Ci credete? Ebbene è vero ... a volte l'ho fatto! E poi al mattino d'inverno accendo una stufa a legna e d'estate, quando vivo in tenda in mezzo ad amici selvatici, corro al ruscello a lavarmi il viso. Con lo Yoga scopro di avere potenti animali nel mio corpo e col Teatro racconto al mondo la mia strana vita ... fatta di Poesia, di Natura, di Silenzio e di Incontri. Per voi genitori aggiungo anche le referenze istituzionali! Laureata in Psicologia Clinica e di Comunità, Attrice professionista Indipendente (porto in teatro le mie opere pubblicate nel 2012 da Tyrus Edizioni e da Rupe Mutevole), e Insegnante certificata di Iyengar. Dimenticavo ... sono nata nei bei boschi dell'Umbria il giorno degli Angeli Custodi del 1975 !!!

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, 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.