

Equilibri Naturali

2010

Un programma coordinato
di appuntamenti
per adulti e famiglie
nei Parchi e nelle
Riserve Naturali
della provincia
modenese



Abili guide condurranno
nello scenario di affascinanti paesaggi naturali
con occasioni di coinvolgimento emotivo e sensoriale
per entrare in sintonia con la Natura, per viverla
in prima persona, concepirne l'armonia,
la bellezza e la complessità.

› Domenica 30 maggio 2010

FESTA DELLA TERRA: UN'OCCASIONE PER SINTONIZZARSI CON LA NATURA

Parco Regionale dei Sassi di Roccamalatina

Una festa, dedicata a grandi e piccini, con un ricco programma di appuntamenti - passeggiate, convegni, giochi, laboratori - dedicati alla riscoperta e all'incontro del mondo, dentro e fuori di noi. Le attività saranno condotte da guide abili nel farci entrare più facilmente in comunicazione con la nostra autenticità e ritrovare il benessere psicofisico.

Area del Centro Parco, in località Pieve di Trebbio, Guiglia (Modena), dalle ore 10 alle 19. Partecipazione gratuita.



**Equilibri
Naturali**
*Ecopsicologia
nei Parchi*

PROGRAMMA EVENTI 2010

Per informazioni sugli
eventi in programma
visitare il sito
**www.equilibrinaturali.
parcosassi.it**
oppure contattare il
Centro di Educazione
alla Sostenibilità Sassi
di Roccamalatina
tel. 059 795721
cea@parcosassi.it



› Mercoledì 2 giugno 2010

IL SENTIERO DEL CARBONAIO - Parco Regionale dei Sassi di Roccamalatina - *Per adulti e bambini*

Come i vecchi carbonai, ma senza legna sulle spalle, percorreremo suggestivi sentieri di lavoro e di sapienza antica. Dall'alto dei Sassi uno splendido e ampio panorama ci sorprenderà e faremo vibrare le nostre energie al suono di una ciotola magica.

Prenotazione: Letizia Marinelli c: 349 1886309

› Sabato 5 giugno 2010

UNA FANTASTICA NOTTE... LÀ DOVE VIVONO GLI GNOMI - Parco Regionale dei Sassi di Roccamalatina - *Per adulti e bambini*

Per un attimo della nostra vita entreremo nel mondo fantastico degli gnomi, saremo loro ospiti, vedremo dove vivono, sentiremo la voce del bosco, cammineremo sotto un cielo trapuntato di stelle. Vedrete, tutto diventerà fantastico.

Prenotazione: Gianni Genzale t: 059 535477, c: 340.2576781, e: gianni.gen@tiscali.it

› Sabato 19 giugno

PAROLE, SUONI E SUGGERZIONI - Riserva naturale di Sassoguidano - *Per adulti e bambini*

Aspettando le tenebre ci avventureremo lungo i percorsi tracciati dagli abitanti del bosco scoprendo musiche, parole ed emozioni che faranno vibrare i nostri sensi. Alla fine del nostro percorso presso una suggestiva dimora fortificata, la Torre, ci accoglieranno dolci melodie e sublimi sapori d'una volta...

Prenotazione: Claudia Piacentini c: 348 6941195

› Sabato 26 giugno 2010

DOPO S. GIOVANNI - Parco Regionale del Frignano - *Per adulti, bambini, famiglie*

Aria, acqua, fuoco, terra: dall'unione degli elementi il miracolo della natura. Passeggiando tra prati e boschi scopriremo i segreti delle erbe, il loro uso e anche i pericoli, oltre a stimolare il palato con degustazioni guidate, che proseguiranno durante la cena presso l'agriturismo.

Prenotazione: entro il 24 giugno, Claudia Piacentini c: 348 6941195, e: cimoncino@quipo.it

› Domenica 27 giugno 2010

ORIENTAMENTI CURIOSI - Riserva naturale di Sassoguidano - *Per adulti e ragazzi*

Mattina: orientamento ecopsicologico. Tramite la conoscenza delle radici del mito legate alla mappa e all'abuso della mappa in ambiente naturale i partecipanti sono invitati ad esplorazioni progressive del territorio. *Pomeriggio:* esplorando la Riserva naturale sosteneremo in stazioni-laboratorio cercando di reinventarci la natura con fragili sculture organiche, che, lasciate sul posto saranno effimeri testimoni del nostro passaggio.

Prenotazione: Vittorio Ramponi t: 051 6569526, c: 338 1999930 oppure Antonio Tabanelli t: 0536 67050, c: 347 7129414, e: anto.tab@gmail.com

› Sabato 10 luglio 2010

CAMMIN FACENDO - Parco Regionale del Frignano - *Per adulti*

Il percorso scelto permetterà d'ascoltare, vedere, sentire, gustare il mondo fuori e dentro di noi, grazie agli esercizi di eco sintonizzazione proposti durante la camminata. A questo punto saremo pronti per quello che ci aspetta oltre l'orizzonte: aromaterapia in grotta, idromassaggi sulfurei e al mirtillo, bagni balsamici ed infusi.

Prenotazione: entro il 3 luglio, Claudia Piacentini c: 348 6941195, e: cimoncino@quipo.it

› Sabato 31 luglio 2010

CON LE ALI AI PIEDI - Parco Regionale dei Sassi di Roccamalatina - *Per adulti e bambini*

Il palcoscenico: il Sasso di Sant'Andrea. La scenografia: un mare di stelle. Ascolteremo brani musicali con semplici movimenti del nostro corpo, utilizzando un'antica disciplina orientale, lo YOGA. Il tutto ci farà vivere alcuni attimi fantastici della nostra vita.

Prenotazione: Gianni Genzale t: 059

Prenotazione: Gianni Genzale t: 059 535477, c: 340 2576781, e: gianni.gen@tiscali.it

› Domenica 8 agosto 2010

ECOSINTONIZZAZIONE: MODELLIAMO IL MONDO CHE SIAMO - Riserva Naturale di Sassoguidano - *Per adulti e bambini*

Con le nostre mani modelleremo il pianeta verde che sentiamo dentro utilizzando la creta, terra che vive sotto di noi. Con l'aiuto di un'esperta ci riscopriremo artisti ed autori di opere uniche al mondo.

Prenotazione: entro il 5 Agosto, Michela Lamieri c: 333 2710068

› Domenica 22 agosto 2010

IL LUOGO MAGICO - Parco Regionale dei Sassi di Roccamalatina - *Per adulti*

Percorreremo insieme gli ambienti più nascosti e naturali del Parco per esplorarli attraverso i sensi, i giochi e semplici tecniche di rilassamento. Troveremo una dimensione armonica tra mitologia e fantasia, tra sogno e silenzio.

Prenotazione: Piero Serafini c: 348 4489184, e: serafami@libero.it

› Sabato 11 e domenica 12 settembre 2010

WEEK END D'ENERGIA - Parco Regionale del Frignano - *Per adulti*

Saremo guidati alla scoperta dell'ambiente naturale con l'ausilio di momenti di sintonizzazione, condivisione, esercizi di respirazione e autotrattamenti rilassanti (guidati e non). L'armonia con la natura ci ricarica di energia e ci sintonizza con il mondo.

Prenotazione: entro il 20 agosto, Claudia Piacentini c: 348 6941195, e: cimoncino@quipo.it

› Sabato 24 e domenica 25 settembre 2010

VIANDANTI E PELLEGRINI - Parco Regionale dei Sassi di Roccamalatina - *Per adulti e bambini*

Un fine settimana per riappropriarci del contatto diretto con la natura. Come gli antichi viandanti e gli instancabili pellegrini rivivremo i luoghi del passato e percorreremo i sentieri segnati da coloro che ci hanno preceduto, cogliendo le intime caratteristiche del territorio.

Prenotazione: Stefania Remondini, c: 328 5624598, e: stefania.rem@tiscali.it

› Sabato 2 e domenica 3 ottobre 2010

CREAR PER CRINALI - Parco Regionale del Frignano - *Per tutti, dai 10 anni in su*

Lungo l'itinerario fantastico delle guglie, nell'area più esclusiva del Parco, exploreremo l'ambiente attraverso i sensi e il silenzio. Sosteremo in quattro stazioni-laboratorio per sperimentare con foglie, sassi, cortecce e quant'altro ricicleremo sul posto per "creare" in composizioni-sculture, testimoni anche solo per pochi minuti del nostro itinerario.

Prenotazione: Antonio Tabanelli, t: 0536 67050, c: 347 7129414, e: anto.tab@gmail.com

› Domenica 10 ottobre 2010

ITINERARIO FANTASTICO - Parco Regionale dei Sassi di Roccamalatina - *Per adulti e bambini*

Lungo l'itinerario fantastico delle guglie, nell'area più esclusiva del Parco, exploreremo l'ambiente attraverso i sensi e il silenzio. Tra rupi e ponti tibetani, scopriremo gli abitanti dei boschi, per sentirci parte del mondo naturale che ci circonda.

Prenotazione: Piero Serafini, t: 348 4489184, e: serafami@libero.it oppure Gianni Genzale t: 059 535477, c: 340 2576781, e: gianni.gen@tiscali.it

www.equilibrinaturali.parcosassi.it