

Allegato B

**RAGAZZINSIEME 2018**

**MODULO PROPOSTA SOGGIORNO**

**Comitato Territoriale UISP di/Associazione/Ente:**

Associazione Foresta Modello delle Montagne Fiorentine per UISP Comitato Regionale Toscana

**Titolo Soggiorno:**

**“Il richiamo della Foresta...bussole, bici e cavalli per una VacanzaInsieme!”**



**Illustrazione BREVE dell'esperienza didattico educativa (didattico-educativa, sportiva motorio-ricreativa, conoscenza del territorio da un punto di vista museale-agricolo-ambientale, ecc) (MAX 5 RIGHE):**

A piedi per la Foresta, ci divertiremo con percorsi di orientamento e sport alla scoperta dei boschi della Montagna Fiorentina, per godere della sinergia tra uomo e natura, osservando le differenze tra l'ambiente naturale e quello costruito. Scopriremo quali sono le attività umane legate al bosco, alla sua coltivazione e al suo utilizzo come risorsa, sia nel presente che nel passato. Parleremo di strategie per salvaguardare la biodiversità, il tutto in maniera divertente lasciando dietro di noi solo le nostre orme.

**Illustrazione DETTAGLIATA dell'esperienza didattico educativa (didattico-educativa, sportiva motorio-ricreativa, conoscenza del territorio da un punto di vista museale-agricolo-ambientale, ecc):**

Oggi il ritmo della vita ci impone di essere rapidi, veloci, efficienti. Noi, con questo progetto, vogliamo riproporre il valore della "lentezza", l'importanza del muoversi andando piano e gustando il paesaggio che ci circonda, la natura, l'ambiente e come esso si preserva. Vogliamo ristimolare in noi e nei ragazzi la capacità di saper "vedere e sentire", di osservare chi lo abita (fauna, uomo compreso) e il proprio modo di intessere relazioni e convivenze con gli altri esseri viventi. Le Foreste come patrimonio per la nostra vita, per la tutela dell'ambiente, e della nostra salute. Le Foreste non sono però "luoghi-immagine" che devono rimanere isolati; ma bisogna prendersene cura godendosele nella maniera migliore. Incontreremo chi utilizza il bosco per lavoro, per sport, per farci una passeggiata, per raccogliere funghi ed erbe con un'unica prerogativa: rispettarlo, amarlo e tutelandone la biodiversità. Vorremo trasmettere l'importanza di conoscere i luoghi che ci circondano, le nostre foreste (in quella che è la regione più boscata d'Italia), ad usare in modo sostenibile le risorse che il nostro territorio, e questo pianeta, ci mettono a disposizione per conoscere realtà diverse ma complementari. Bosco e città sono strettamente legate, più di quello che si possa pensare.

Per raggiungere questi obiettivi, utilizzeremo le risorse locali e le conoscenze che i nostri soci hanno del territorio rispetto alle loro professionalità, proponendo attività *ad hoc* per i ragazzi di questa età.

Il soggiorno sarà presso il Camping Campo all'Oca, all'interno del Parco Nazionale Foreste Casentinesi Monte Falterona e Campigna, un campeggio dove si dormirà in ampie e confortevoli tende (divisi tra maschi e femmine) per aumentare il contatto con la natura, con lo scopo di far provare ai ragazzi il famoso "richiamo della Foresta". Gli spostamenti saranno quasi tutti in forma lenta, soprattutto a piedi, utilizzando la cartografia a disposizione per imparare ad orientarsi ma anche per gustarsi tutto il paesaggio che ci circonda; sempre più spesso infatti ci dimentichiamo di guardare le meraviglie che abbiamo intorno. Tutte le escursioni saranno accompagnate da guide ambientali abilitate.

Le attività saranno di diversa natura. Ci saranno incontri con esperti, attività sportive, giochi a tema, visite ai musei locali, in particolare;

- Attività ludico educative dedicate alla corretta e sana alimentazione, all'importanza di mangiare cibi sani stagionali e locali, sia per il nostro organismo, che per diminuire l'impatto ambientale che la produzione intensiva e la grande distanza producono sul nostro pianeta. Il menù giornaliero seguirà le regole della Piramide Alimentare Toscana e privilegerà prodotti locali. Una delle attività legate alla PAT, sarà svolta insieme ad un gruppo di migranti che coltivano un orto. In quell'occasione, attiveremo scambi anche culturali legati all'alimentazione, attraverso attività ludiche. Impareremo attraverso un laboratorio a fare il pane, e le buone pratiche alimentari.

- Attività didattiche/educative per imparare l'importanza di coltivare il bosco per contrastare l'inquinamento, l'effetto serra e diminuire i raggi UV. Una corretta selvicoltura per garantire la corretta coltivazione del bosco e tutela della sua biodiversità. Visita didattica sul tema delle FER (fonti energia rinnovabili) presso la sede attività forestali dell'Unione di Comuni Valdarno e Valdisieve. Tratteremo il tema della fauna locale a rischio estinzione e quali progetti specifici per la ricerca e la sua conservazione vengono messi in atto.

Incontreremo un architetto per un'attività che si pone l'obiettivo di fornire attraverso emozionanti testimonianze dalla voce di persone del luogo e con l'ausilio di disegni e immagini, la narrazione delle attività dell'uomo nel bosco. In particolare l'esperienza affronterà il tema delle architetture rurali e di quelle particolari, effimere e funzionali: le carbonaie e le burraie, quali esempi di cultura ed economia rurale, tenendo conto che fino a poco tempo fa gli attuali comfort e tecnologie, non c'erano!

- Attività motorie/educative: Orienteering per imparare a leggere le carte, a muoversi nell'ambiente naturale e ad affinare il proprio orientamento. In bosco si può andare anche con bici e cavalli e soprattutto a piedi con percorsi di trekking adatti a tutti!

Consegna dell'opuscolo "Camminare è tutta un'altra vita!" Di Lucia De Noni, Paola Ciddio, Andrea Lauria, Diego Soave, Laura Valenari, in particolare la lettura e commento delle "Dieci regole per un gruppo di cammino"

Durante il soggiorno verrà consegnata ed illustrata la Carta Etica dello Sport (Regione Toscana delibera 729 del 29 Agosto 2011).

Giochi ed attività inerenti la Piramide alimentare Toscana e consegna di opuscoli informativi come "Forchette e Scarpetta: 5 volte al giorno. Frutta e ortaggi per essere in salute".

**Periodo soggiorno:**

da Domenica 17 a Sabato 23 Giugno 2018

**Luogo/struttura di svolgimento dell'esperienza:**

Camping Campo all'Oca

S.P. 556 Km 15.150 CP 17 50060 Londa (FI)

<http://www.campoaloca.it/camping/home-ita/?lang=it>

Altitudine 750 m SLM.

Il Camping Campo all'Oca è un tranquillo campeggio a gestione familiare a poco più di un'ora di auto dal centro di Firenze, situato al confine del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi. Le piazzole sono tutte separate ed all'ombra di alberi di querce e di castagni, all'interno è disponibile un locale di ritrovo con bar e spaccio, lavatrice a gettone, e una piscina di 10m x 5 m, giochi per bambini e parcheggio auto, le piazzole hanno tutte l'allacciamento elettrico e le docce sono senza gettone.

I ragazzi avranno a disposizione un area delimitata e separata dal resto del Campeggio per avere maggiore libertà di movimento e privacy per le attività del campo.

**Fascia d'età dei partecipanti** (indicare ciascun anno di nascita – max una fascia di 4 anni):

2005/2006/2007 (V elementare – I e II Media)

**Numero ragazzi/e:**

Numero minimo: 15

Numero massimo: 18

**Rapporto operatori/ragazzi:**

E' garantita la presenza di due operatori di ambo i sessi h24 in rapporto 1 a 9. Le attività formative giornaliere verranno condotte da professionisti (vedi progetto) che affiancheranno gli operatori sempre presenti.

#### Referente Soggiorno:

Referente: Associazione Foresta Modello delle Montagne Fiorentine – Segreteria Tecnica

Nome e Cognome: Silvia Vannini

Tel.

Cell 3311162589

Mail: [associazione@forestamodellomontagnefiorentine.org](mailto:associazione@forestamodellomontagnefiorentine.org)

**Costo lordo soggiorno a ragazzo/a omnicomprensivo** (tutte le attività, pernottamenti, pasti, tessera UISP, etc.)dividere secondo le presenti voci di spesa:

Casuale	Importo
Vitto e alloggio	150,00 €
Operatori	112,00 €
Materiali	12,50€
Costo tesseramento/iscrizione	78,00 € (18€ UISP +60€ Ass.FMMF)
Trasferimenti	7,50€
Escursioni e visite	60,00 €
Organizzazione	15,00 €
Altro (specificare)	0,00 €
Altro (specificare)	0,00 €
<b>Totale</b>	<b>435,00 €</b>

#### Attività sportiva o motorio-ricreativa praticata in prevalenza:

Trekking declinato in numerose varietà ludico didattiche. I ragazzi impareranno alcune regole base della cartografia per imparare ad orientarsi e svolgeranno due gare di Orienteering per mettere in pratica quanto imparato. Tutti i giorni riscaldamento dei sensi al mattino, ginnastica dolce per il risveglio muscolare con gli operatori mettendo in pratica le indicazioni del bando e rispettando la Carta Etica dello Sport. Il programma prevede anche una giornata dedicata ad un primo approccio con le Mountain bike attraverso un percorso attrezzato per principianti (freeride) e con l'equitazione.

**Menù tipo (privilegiando i prodotti locali, il consumo giornaliero di frutta e verdura, seguendo le indicazioni della Piramide Alimentare Toscana):**

Menù tipo (privilegiando i prodotti locali, il consumo giornaliero di frutta e verdura, seguendo le indicazioni della Piramide alimentare Toscana):

Il menù è variato giornalmente e propone principalmente piatti cucinati con prodotti di stagione dell'orto, acquistati da produttori locali. Sarà ovviamente proibito l'uso di bevande alcoliche.

Il vitto è quasi totalmente a cura del ristorante Camping Campo all'Oca, tranne nel caso del giorno 19 Giugno a pranzo che sarà a cura del Centro I Piani. Entrambe le strutture possiedono i requisiti di legge. Il menù è fisso, con possibilità di alternative. Nel caso siano segnalate nelle schede d'iscrizione allergie, intolleranze, diete, sarà possibile concordare un menù idoneo. Sempre su richiesta vengono serviti menù vegetariani. Il menù è concordato da un nostro responsabile con i gestori della struttura ospitante, il nostro responsabile avrà anche cura di verificarne l'attuazione. Per la predisposizione del menù si seguono le indicazioni della PAT (Piramide Alimentare Toscana) e quindi verranno quotidianamente proposti piatti per pranzi e cene con verdura sia fresca che cotta di stagione; per spuntini, pranzi al sacco e colazioni sarà sempre proposta anche frutta di stagione.

Per l'acquisto dei prodotti ci avvarremo prevalentemente di produttori agricoli, allevatori e trasformatori soci dell'Associazione Foresta Modello delle Montagne Fiorentine, quindi la proposta sarà a KM0 ed in molti casi con certificazione biologica.

Menù Tipo:

Colazione

Latte o te, cereali, frutta di stagione o macedonia di frutta, pane toscano e marmellata, succo di frutta, yogurt.

Spuntino di metà mattina

Frutta di stagione

Pranzo al sacco

Pane toscano con affettato e/o formaggio, frutta

Merende

Dolce al forno fatto in casa, e/o schiacciate, frutta di stagione

Pranzi e Cene indicativi

- in tavola ad ogni pasto, sarà proposta una verdura fresca di stagione (p.e. insalata verde o mista, carote, sedano, pomodori ecc.) e una verdura cotta di stagione (p.e. zucchine, bietole, peperoni, patate ecc.)

- I condimenti: olio extravergine d'oliva, sale iodato, aceto, saranno a disposizione perché ognuno condisca al momento i propri alimenti

- il menù definitivo, concordato con i gestori delle strutture, prevede un'ideale combinazione di primi e di secondi piatti che si attiene ai criteri della sana e corretta alimentazione riferibili alle indicazioni della PAT

Esempi di primi piatti: pastasciutta con sugo di pomodori freschi, pasta al ragù, lasagne di verdure, minestrone e/o vellutate di verdura, insalata di riso o risotto, pizza, panzanella, pasta e ceci o pasta e fagioli.

Esempi di secondi piatti: formaggi freschi e stagionati, arista e pollo al forno o in tegame, prosciutto e melone, frittata, caprese, insalata di patate, legumi e verdure, torte salate o sfornati di verdure.

**Attività proposte per la sensibilizzazione dei ragazzi/e partecipanti e istruttori coinvolti sul corretto uso della telefonia cellulare, anche tramite la diffusione di eventuale materiale informativo fornito dalla Regione Toscana e/o da UISP Toscana;**

Regola del campo: i cellulari saranno ritirati e custoditi dagli operatori durante le attività del campo. Verranno consegnati durante la seguente fascia oraria per le comunicazioni con la famiglia 21.00 – 22.00. Per tutte le comunicazioni urgenti e familiari potranno contattare la struttura Camping Campo all'Oca al numero 0558354060 e verranno messi in contatto con gli operatori. Inoltre l'uso del cellulare verrà permesso durante lo svolgimento di specifiche attività volte a stimolarne l'uso come strumento di lavoro/ricerca e non solo come svago. Verrà messo a disposizione il materiale informativo fornito dalla Regione Toscana e/o da UISP Toscana. Si cercherà di promuovere un utilizzo consapevole del cellulare dedicando momenti di riflessione/discussione *ad hoc*.

**Attività proposte per la sensibilizzazione dei ragazzi/e partecipanti e istruttori coinvolti, sui rischi legati all'eccessiva esposizione a radiazioni UV anche tramite la diffusione di eventuale materiale informativo fornito dalla Regione Toscana e/o da UISP Toscana:**

Attività didattiche/educative per imparare l'importanza di coltivare il bosco per contrastare l'inquinamento, l'effetto serra e diminuire i raggi UV. Una corretta selvicoltura per garantire la corretta coltivazione del bosco, e tutela della sua biodiversità. Visita didattica sul tema delle FER (fonti energia rinnovabili).  
Attività di misurazione raggi UV attraverso strumento professionale e confronto con misure ufficiali dichiarate su siti (es. LAMMA). Commento su come i raggi UV vengono attenuati dall'atmosfera, in particolare dalla fascia di ozono, che sono sia utili che dannosi e come difendersi dalla loro pericolosità. A disposizione il materiale fornito da Regione Toscana e UISP dedicato al tema sole e raggi UV ([www.ilsoleperamico.it](http://www.ilsoleperamico.it)).

**Attività proposte per il coinvolgimento delle famiglie dei ragazzi nelle fasi di accoglienza e dei saluti:**

Fase di accoglienza:

Dalle ore 15 alle ore 15;30 del 17 Giugno\_ Incontro tra operatori, ragazzi e famiglie presso il Camping Campo all'Oca per un Benvenuto con merenda. Presentazione degli operatori e delle attività in Programma, espletamento delle formalità di iscrizione. Condivisione delle "Regole Principali" del Campo e dei materiali informativi.

Saluto alle famiglie e accomodation nelle tende.

Incontro con il gruppo "Conosciamoci con un gioco" (gioco di socializzazione tra ragazzi e operatori)

Condivisione degli obiettivi del Campo, consegna della "Maglietta di Bordo" per la condivisione delle esperienze.

Fase dei saluti

Ore 15.00 fino alle 16.00 del 23 Giugno\_ Presentazione animata delle esperienze del campo da parte degli operatori e dei ragazzi. La presenza dei genitori è obbligatoria. Nota per le famiglie: possibilità di Pranzo con prenotazione obbligatoria presso il campeggio.

I ragazzi effettueranno la presentazione delle attività svolte durante il Campo indossando le loro “Magliette di Bordo” mostrando la carta “IO sono qui” e raccontando in forma animata le loro esperienze della settimana.

### **Materiali e abbigliamento consigliato ai partecipanti per la partecipazione all’esperienza/soggiorno**

Si consiglia un abbigliamento sportivo, comodo e comunque consono alle attività che i ragazzi dovranno svolgere sulla base del programma del soggiorno. Si consiglia, visto il soggiorno in tenda di utilizzare valigie non rigide per utilizzare meglio gli spazi condivisi.

In particolare è necessario mettere in valigia:

Scarpe da ginnastica e infradito per la doccia

Scarponcini da trekking

K-Way

Ombrello piccolo

Maglia pesante, felpa e pile per la sera

Magliette a maniche corte

Tuta da ginnastica completa

Pigiama a manica lunga per dormire

Pantaloni lunghi per escursioni e per montare a cavallo

Pantaloncini

Cappellino

Occhiali da sole

Crema solare

Zaino per le escursioni giornaliere

Torcia con pile di ricambio

Borraccia

Blocco per appunti e astuccio

Sacco a pelo + federa/cuscino

Materassino

Costume da bagno + cuffia + asciugamano

Biancheria intima + asciugamano/accappatoio

Necessario per igiene personale quotidiano (phon a disposizione in struttura)

Spray antizanzare

### **Programma dettagliato**

#### **1° giorno 17/06**

Ore 15:00 Arrivo dei partecipanti con i genitori. Accoglienza e Benvenuto. Presentazione dell’Associazione Foresta Modello delle Montagne Fiorentine e della propria mission. Presentazione degli operatori e del programma che verrà svolto durante la settimana.

Ore 16:30 Saluto ai genitori e sistemazione dei ragazzi nelle tende.

Ore 17:00 Giochi di socializzazione per conoscere il gruppo e gli operatori.

Consegna del “Diario di bordo”. I ragazzi avranno a disposizione una t-shirt bianca fornita dagli operatori ed avranno il compito di decorarla durante la permanenza al campo, con disegni, scritte, pensieri, riflessioni inerenti le attività giornaliere svolte.

Ore 20:00 Cena

Ore 21:00 Gioco Libero e consegna cellulari per chiamate alla famiglia

Ore 22:00 Pepita e Camomilla, riflessioni sulla giornata appena trascorsa ed eventuali aspettative. Riflessioni e piccoli giochi per socializzare e da dedicare ai temi della settimana (ambiente, alimentazione, sport,...)

Ore 22:30 Luci spente!

## **2° giorno 18/06**

Ore 7:15 Sveglia

Ore 7:45 Riscaldamento dei sensi, ginnastica dolce per il risveglio muscolare con gli operatori (durata 15 min)

Ore 8:00 Colazione e preparazione per inizio giornata (cappellino e crema solare obbligatoria)

Ore 9:00 Inizio delle attività: Presentazione di "IO sono qui" carta topografica del territorio; i ragazzi ogni giorno impareranno sulla carta i percorsi che stanno per svolgere e le possibili attività. La carta oltre che per l'orientamento dovrà essere completata a sera tracciando i percorsi della giornata ed inserendo una legenda che ne indichi le attività svolte ed imparate. Dagli operatori verranno date alcune nozioni sulle basi della cartografia, come saper leggere una carta e come orientarsi con la bussola.

Ore 9:30 Dopo aver parlato di cartografia ed orientamento partenza per il percorso di Orienteering con l'Associazione Firenze Orienteering, verso il Lago dell'Aina nell'area demaniale di Rincine (intervallata dalla merenda a sacco alle ore 10:30 circa). Si tratta di una corsa ad orientamento in cui viene utilizzata una carta o mappa del luogo. Il punto di partenza e quello di arrivo, così come dei punti di transito obbligati, sono fissi e segnati sulla carta, ma il percorso lo sceglie il singolo atleta. Vince chi impiega il tempo minore. In questo sport non vince sempre chi è più veloce, ma colui che è in grado di orientarsi più rapidamente e di fare le scelte di percorso migliore.

Ore 12:30 Pranzo a sacco presso il Lago dell'AINA

Ore 14:00 Incontro con l'architetto (Arch. C. Gori e/o Arch. S. Rossi) per affrontare il tema della vita contadina e del bosco come bene comune, attraverso l'osservazione dei luoghi e delle architetture rurali, del loro orientamento rispetto al sole e ai venti. Spiegheremo come si fanno architetture particolari come le carbonaie, che servivano per produrre il carbone usato nelle case della campagna ma anche della città, toccheremo con mano il legno adatto ad essere trasformato in carbone raccolto direttamente nel bosco, mostreremo come si realizza avvalendoci del racconto sapiente di una persona capace di costruirla.

Rientro previsto per le ore 18:00 circa (1,30 cammino)

Tempo libero per le attività di decorazione "Maglietta di Bordo" e carta "IO sono qui" a seguire doccia

Ore 20:00 Cena

Ore 21:00 Gioco libero e consegna cellulari per chiamate alla famiglia

Ore 21:30 Pepita e Camomilla, riflessioni sulla giornata appena trascorsa ed eventuali aspettative. Riflessioni e piccoli giochi per socializzare e da dedicare ai temi della settimana (ambiente, alimentazione, sport,...)

Ore 22:30 Luci spente!

## **3° giorno 19/06**

Ore 7:15 Sveglia

Ore 7:45 Riscaldamento dei sensi, ginnastica dolce per il risveglio muscolare con gli operatori (durata 15 min)

Ore 8:00 Colazione e preparazione per inizio giornata (cappellino e crema solare obbligatoria)

Ore 9:00 Inizio delle attività: Condivisione della giornata e studio topografico della carta per capire dove siamo diretti. La giornata sarà dedicata all'escursione verso il Centro I Piani nell'area demaniale. Questo centro offre lavoro agricolo e formazione rivolti soprattutto ai richiedenti asilo. Nell'ultimo anno questi ragazzi hanno, fra le varie attività, recuperato un grande terreno destinato ad orto. I prodotti che ricavano vengono attualmente consumati da loro stessi o venduti attraverso i GAS locali. (Sosta per merenda a sacco)

Durante l'escursione insieme a Cecilia Meacci dell'Associazione il Luogo Comune, riconoscimento delle erbe spontanee per uso alimentare.

Ore 11:30 circa arrivo presso il Centro I Piani.

Conoscenza con la realtà che gestisce la struttura e con i ragazzi che vi lavorano. Visita al Centro e all'orto gestito dai ragazzi.

Ore 13:00 Pranzo etnico, con materie prime provenienti dall'orto.

Ore 14:30 Laboratorio ludico a tema, con riferimenti alla Piramide Alimentare Toscana ed ai prodotti stagionali dell'orto. Sarà svolto insieme ai ragazzi ospitanti, a cura dell'Associazione il Luogo Comune.

Ore 16:00 rientro a piedi per breve tratto (circa 30 min) fino alla fermata del pulmino comunale che ci riaccompagnerà al Camping Campo all'Oca.

Ore 18:00 Tempo libero per le attività di decorazione "Maglietta di Bordo" e carta "IO sono qui" a seguire doccia

Ore 20:00 Cena

Ore 21:00 Gioco libero e consegna cellulari per chiamate alla famiglia

Ore 21:30 Pepita e Camomilla, riflessioni sulla giornata appena trascorsa ed eventuali aspettative. Riflessioni e piccoli giochi per socializzare e da dedicare ai temi della settimana (ambiente, alimentazione, sport,...)

Ore 22:30 Luci spente!

#### **4° giorno 20/06**

Ore 7:15 Sveglia

Ore 7:45 Riscaldamento dei sensi, ginnastica dolce per il risveglio muscolare con gli operatori (durata 15 min)

Ore 8:00 Colazione e preparazione per inizio giornata (cappellino e crema solare obbligatoria)

Ore 9:00 Inizio delle attività: Condivisione della giornata e studio topografico della carta per capire dove siamo diretti

Ore 9:30 partenza per i dintorni del Camping per affrontare il tema della Selvicoltura e del Sottobosco. Col Dott. Forestale Alberto Biffoli scopriremo l'importanza del taglio colturale del Bosco; di come fruirne garantendo la sua prosecuzione nel tempo senza depauperarlo, impoverirlo o degradarlo, mantenendo un buon livello di biodiversità o addirittura cercando di aumentarla. In questo modo è possibile fruire del bosco anche economicamente, con produzione di materiale totalmente riciclabile e riconvertibile, con produzione anche di energia a biomassa al 100% rigenerabile, senza inquinare ed influire sull'effetto serra prodotto soprattutto dai combustibili fossili come metano, petrolio ecc.

Per il Sottobosco; passeggiata alla scoperta di tutto quello che la stagione offrirà: piante, fiori, frutti, funghi ed altro; Mara Fiesolani e Giacomo Navarra dell'Associazione il Paese sulla Collina, ci guideranno al loro riconoscimento e ci parleranno del ruolo che hanno in natura. (sosta per merenda a sacco alle ore 10:30 Circa)

Ore 12:30 Pranzo a Sacco

Ore 14:30 attività presso il Camping Campo all'Oca. Laboratorio "Grani di montagna e ... mani in pasta!" Impariamo a fare il pane. Laboratorio di manipolazione e buone pratiche alimentari a cura di Cecilia Meacci dell'Associazione Il Luogo Comune.

Ore 18:00 Tempo libero per le attività di decorazione "Maglietta di Bordo" e carta "IO sono qui" a seguire doccia

Ore 20:00 Cena

Ore 21:00 Gioco libero e consegna cellulari per chiamate alla famiglia

Ore 21:30 Pepita e Camomilla, riflessioni sulla giornata appena trascorsa ed eventuali aspettative. Riflessioni e piccoli giochi per socializzare e da dedicare ai temi della settimana (ambiente, alimentazione, sport,...)

Ore 22:30 Luci spente!

### **5° giorno 21/06**

Ore 7:15 Sveglia

Ore 7:45 Riscaldamento dei sensi, ginnastica dolce per il risveglio muscolare con gli operatori (durata 15 min)

Ore 8:00 Colazione e preparazione per inizio giornata (cappellino e crema solare obbligatoria)

Ore 9:00 Inizio delle attività: Condivisione della giornata e studio topografico della carta per capire dove siamo diretti. Partenza verso il Centro Ippico il Bosco di Rincine (sosta per merenda a sacco)

Ore 10:00 inizio attività presso il Centro Ippico: "Ruote e Criniere!"

I ragazzi verranno divisi in due gruppi: un gruppo affronterà una prima esperienza di equitazione e comunicazione con i cavalli del Centro Ippico, con esercizi individuali, di gruppo e giochi, mentre il secondo gruppo affronterà un percorso didattico di Freeride in bicicletta con l'Associazione Firenze Freeride. Al termine, i due gruppi si scambieranno.

Ore 13:00 Pranzo a Sacco presso il Centro Polifunzionale di Rincine

Ore 14:30 Visita del Centro Polifunzionale dell'Unione di Comuni Valdarno e Valdisieve ed introduzione alle loro attività. Visita al centro dimostrativo delle fonti di energia rinnovabile (impianto di teleriscaldamento a cippato di legno vergine, minihydro, microeolico e impianto fotovoltaico, gestione forestale sostenibile e prevenzione degli incendi boschivi) visita al piccolo museo delle attività forestali.

Ore 18:00 Rientro al Camping Campo all'Oca e con gli operatori attività di misurazione raggi UV attraverso strumento professionale e confronto con misure ufficiali dichiarate su siti (es. LAMMA). Commento su come i raggi UV vengono attenuati dall'atmosfera, in particolare dalla fascia di ozono, che sono sia utili che dannosi e come difendersi dalla loro pericolosità.

Tempo libero per le attività di decorazione "Maglietta di Bordo" e carta "IO sono qui" a seguire doccia

Ore 20:00 Cena

Ore 21:00 Gioco libero e consegna cellulari per chiamate alla famiglia

Ore 21:30 Pepita e Camomilla, riflessioni sulla giornata appena trascorsa ed eventuali aspettative. Riflessioni e piccoli giochi per socializzare e da dedicare ai temi della settimana (ambiente, alimentazione, sport,...)

Ore 22:30 Luci spente!

### **6° giorno 22/06**

Ore 7:15 Sveglia

Ore 7:45 Riscaldamento dei sensi, ginnastica dolce per il risveglio muscolare con gli operatori (durata 15 min)

Ore 8:00 Colazione e preparazione per inizio giornata (cappellino e crema solare obbligatoria)

Ore 9:00 Inizio delle attività: Condivisione della giornata e studio topografico della carta per capire dove siamo diretti. Trasferimento del gruppo nei pressi della Frazione Caiano. Escursione guidata con tema "Le tracce degli animali" a cura di Caterina Gori dell'Associazione Ecotondo. Merenda sulla via. Visita al paese di Londa e al suo centro storico.

Ore 13:00 Pranzo a sacco sulle sponde del Lago nei pressi del Centro Visite del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi, Monte Falterona e Campigna

Ore 14:30 Benvenuto da parte di Carlo Visca di Giropoggio, gestore del Centro Visita. Visita guidata del Centro e presentazione dell'area protetta: funzioni e attività. In particolare parleremo degli animali a rischio estinzione es. anfibi/rettili e pesci per cui l'Ente Parco sta attuando progetti specifici per la ricerca e la loro conservazione. Gioco a tema su Ambiente e Biodiversità.

A seguire gara di Orienteering nel Campo permanente nei pressi del Centro Visita; per questa attività sarà consentito l'uso del cellulare funzionale al percorso.

Ore 18:00 Rientro presso Camping Campo all'Oca con Pulmino Comunale

Tempo libero per le attività di decorazione "Maglietta di Bordo" e carta "IO sono qui" a seguire doccia

Ore 20:00 Cena

Ore 21:00 Gioco libero e consegna cellulari per chiamate alla famiglia

Ore 21:30 Pepita e Camomilla, riflessioni sulla giornata appena trascorsa ed eventuali aspettative. Riflessioni e piccoli giochi per socializzare e da dedicare ai temi della settimana (ambiente, alimentazione, sport,...)

Ore 22:30 Luci spente!

### **7° giorno 23/06**

Ore 7:30 Sveglia

Ore 8:00 Riscaldamento dei sensi, ginnastica dolce per il risveglio muscolare con gli operatori (durata 15 min)

Ore 8:15 Colazione e preparazione per inizio giornata

Ore 9:00 Giochi di Chiusura, riassuntivi delle attività svolte durante la settimana, magliette, cartografia ecc.. preparazione all'accoglienza dei genitori.

Ore 12:30 Pranzo presso il Camping Campo all'Oca

Ore 14:30 Arrivo dei Genitori

Momento conviviale e di condivisione con i genitori delle esperienze vissute al campo.

Mostra della carta topografica "IO sono qui" e racconto animato di dove siamo stati durante la settimana e quali attività sono state svolte.

Ore 16:00 Saluti finali e partenza