

Associazione a Promozione Sociale Sede - Via Prato Nuovo snc - 01030 Monterosi (VT)
Tel. 338 7863690 / e-mail camminandocon@gmail.com Sito – www.camminandocon.org

Programma Naturalistico-Ambientale Per le Scuole

La nostra Associazione esperta in escursioni di media montagna già da anni si propone per attività di educazione ambientale dedicate ai ragazzi delle scuole elementari, medie e superiori. La finalità di questo progetto è trasferire ai giovani il giusto contatto verso la natura e la giusta conoscenza costruendo comunicazione verso questa.

L'Associazione è affiliata alla Federazione FederTrek ed i nostri accompagnatori sono Accompagnatori Volontari (AV) certificati con brevetto rilasciato dalla stessa Federazione.

Il luogo per le attività sopra citate è la Valle del Turano dove è presente una nostra sede presso il comune di Castel di Tora. Per completare le attività di educazione ambientale proponiamo esperienze in acqua con personale altamente qualificato (Vela, Canoa e Tecniche Nautiche).

Di seguito le nostre proposte:

- Escursioni naturalistiche (montagna, fiumi e lago).
- Attività ambientali (attività in natura finalizzate alla conoscenza delle piante e giochi di abilità)
- Visite presso i borghi della valle esaltandone le caratteristiche principali (siti archeologici, naturalistici e culture agricole locali).
- Attività in acqua e tecniche nautiche (canoa, vela).
- Incontri in aula (introduzione alle escursioni ed educazione ambientale).
- Feste di compleanno con giochi ed escursioni in montagna.
- Orto didattico

Proposte di 1 giornata

Opzione 1 -- Escursioni archeologia, storia, natura e laboratori

- A- Visita ed escursione all'antico borgo medioevale di Antuni, notizie del sito e illustrazione della parte naturalistica (monti, storia del Lago del Turano, costruzione della diga). Nella mattinata è possibile intrattenere i ragazzi con giochi di abilità. Dislivello 130 m.
Nel primo pomeriggio visita all'Eremo di San Salvatore, escursione con dislivello di 140 metri su sentiero di montagna e risalita.*
- B- Escursione geologica presso il comune di Paganico Sabino, soste ed attività con improvvisazioni teatrali e riconoscimento delle piante locali. Visita del centro storico del borgo con spiegazioni.*
- C- Escursione alla Cascata delle Vallocchie, riconoscimento e presentazione della biodiversità del torrente (flora e fauna) con accenni alla geologia locale. Prove di abilità e giochi riferiti agli argomenti trattati.*
- D- Escursione al borgo di Posticciola, visita del museo all'aperto di arte contadina e del centro storico. Percorso naturalistico verso il Ponte Romano e visita della imponente diga (storia e spiegazioni della diga).*
- E- Escursione naturalistica sotto il M. Navegna e visita al piccolo borgo di Vallecupola, lettura di favole in natura e partecipazione alla lavorazione del latte di pecora (formaggio e ricotta).*
- F- Escursione naturalisti alla cima del Monte Navegna, impegnativa, indicata per ragazzi più grandi, percorrenza km 8, intera giornata. Panorama ed esperienza di alta quota, tecniche di montagna e foto (attrezzatura: scarpe adatte, zaino, acqua, cappello).*
- G- Riconoscimento dei funghi, delle piante e dei frutti del sottobosco. Visita al borgo di Ascrea ed escursione al bosco dell'Obito.*
- H- Escursione naturalistica in località "La Torretta" visita al rudere risalente al XIII sec. ed attività di orienteering (utilizzo della bussola per l'individuazione di alcuni punti dove verranno nascosti oggetti).*
- I- Escursioni in aree didattiche, vita e abitudine degli uccelli, visita a fattorie private dove risiedono diverse razze di uccelli (spiegazioni e tabelle esplicative). Visita ad una fattoria con percorso didattico sulla vita e le abitudine degli animali domestici. Laboratori (impasti e panificazione).*

J- Giornate dedicate all'orto didattico (conoscenza delle piante e delle tecniche di coltivazione, architettura dell'orto, fasi lunari di semina, piantagione, costruzione erbario)

Tutte le escursioni sono di lieve difficoltà e con diverse caratteristiche (bosco, faggeta, praterie, vette, orto) e adatte a tutti. Soste in aree natura dove è possibile praticare giochi di squadra e recitazioni di tipo teatrale. Riconoscimento delle piante del sottobosco ed alberi. I ragazzi saranno divisi in squadre ad ogni squadra verranno conferiti dei gettoni di credito per le risposte esatte date durante la giornata e per le gare vinte, la squadra che avrà più crediti vince.

Opzione 2 – Escursione e lago

A- Escursioni di mezza giornata con attività escursionistiche e gare (mattina o pomeriggio). Scuola di vela e canoa con istruttore (mattina o pomeriggio) compreso equipaggiamento. I ragazzi verranno introdotti alle tecniche del trekking e alle attività nautiche.

B – Scuola di vela e canoa

Scuola di vela e canoa intera giornata con istruttore, compreso equipaggiamento. Tecniche nautiche (nodi e orientamento del vento), vela, kayak, dragon boat (canoa di 20 posti).

Programma escursioni di 1 giornata

- *Appuntamento nel luogo di partenza ore 8,30 – Partenza con bus privato (precisare se a carico della scuola)*
- *Arrivo al Lago del Turano ore 10,00 – Accoglienza*
- *Trasferimento ed inizio escursione ore 10,30*
- *Escursione (scegliere tipologia nella voce “Escursioni di 1 giornata”)*
- *Difficoltà facile con attività in natura o in acqua*
- *Ore 13,00 intervallo con pranzo al sacco a carico dei ragazzi*
- *Pomeriggio o mattina attività in acqua (se si è scelto “Escursioni e Lago”, punto 2*
- *Ore 17,00 rientro.*

Costi escursione di 1 giornata

- *€ 5 escursioni e visite*
- *€ 10 a giornata, escursione e lago (sono comprese attrezzature ed istruttore)*
- *Bus privato € 10 A/R*
- *Assicurazione, se i ragazzi non sono coperti da assicurazione della scuola il costo è di € 5 fino al compimento del 18° anno.*

Proposta 2 giornate

Appuntamento a Roma ore 8,30 – Partenza con bus privato (precisare se a carico della scuola)

- *Arrivo al Lago del Turano ore 10,00 – Accoglienza e sistemazione*
- *Inizio escursione ore 11,00*
- *Visita ed escursione all'antico borgo medievale di Antuni, notizie del sito e illustrazione della parte naturalistica (monti, storia del Lago del Turano, costruzione della diga). Nella mattinata è possibile intrattenere i ragazzi con giochi di abilità. Dislivello 130 m.*
- *Ore 13,00 pranzo al sacco all'interno del borgo di Antuni (al coperto).*
- *Ore 14,00 vista al museo della Riserva Naturale Navegna - Cervia*
- *Ore 17,00 visita al centro nautico.*
- *Ore 18,30 trasferimento in albergo/agriturismo, sistemazione dei bagagli*
- *Ore 20,00 Cena (i ragazzi serviranno a tavola)*
- *Ore 21,30 spettacoli organizzati dai ragazzi*
- *Ore 11,30 fine giornata*

Secondo giorno

- *Colazione ore 8,30 (I ragazzi serviranno a tavola) -*
- *Ore 9,30 inizio escursione naturalistica in località "La Torretta" (o escursioni in altre località a scelta della scuola) visita al rudere risalente al XIII sec. ed attività di orienteering (utilizzo della bussola per l'individuazione di alcuni punti dove verranno nascosti oggetti).*
- *Ore 12,30 pranzo al sacco, ore 13,00 rientro al centro nautico. Tecniche e attività in acqua (kayak, vela, pedalò).*

Costi 2 giornate

- *€ 65 – Comprende : Escursioni ed attività in acqua (comprese attrezzature) – Cena – Pernotto – Colazione – Pranzi al sacco – Non comprende*
- *Bus privato € 10 A/R*
- *Assicurazione, se i ragazzi non sono coperti da assicurazione della scuola il costo è di €5.*

Proposta di tre giornate

Appuntamento a Roma ore 8,30 – Partenza con bus privato (precisare se a carico della scuola)

- *Arrivo al Lago del Turano ore 10,00 – Accoglienza e sistemazione*
- *Inizio escursione ore 11,00*
- *Visita ed escursione all'antico borgo medievale di Antuni, notizie del sito e illustrazione della parte naturalistica (monti, storia del Lago del Turano, costruzione della diga). Nella mattinata è possibile intrattenere i ragazzi con giochi di abilità. Dislivello 130 m.*
- *Ore 13,00 pranzo al sacco all'interno del borgo di Antuni (al coperto).*
- *Ore 14,00 vista al museo della Riserva Naturale Navegna - Cervia*
- *Ore 17,00 visita al centro nautico.*
- *Ore 18,30 trasferimento in albergo/agriturismo, sistemazione dei bagagli*
- *Ore 20,00 Cena (i ragazzi serviranno a tavola)*
- *Ore 21,30 spettacoli organizzati dai ragazzi*
- *Ore 11,30 fine giornata*

Secondo giorno

- *Colazione ore 8,30 (I ragazzi serviranno a tavola) -*
- *Ore 9,30 inizio escursione naturalistica in località "La Torretta" visita al rudere risalente al XIII sec. ed attività di orienteering (utilizzo della bussola per l'individuazione di alcuni punti dove verranno nascosti oggetti).*
- *Ore 12,30 pranzo al sacco, ore 13,00 rientro al centro nautico. Tecniche e attività in acqua (kayak, vela).*
- *Ore 18,30 rientro negli alloggi*
- *Ore 20,00 Cena (Serviranno i ragazzi)*
- *Ore 21,30 riassunto e riflessioni della giornata*
- *Ore 11,00 a dormire !*

Terzo giorno

- *Colazione ore 8,30 (i ragazzi serviranno a tavola)*
- *Ore 9,30 incontro con il pescatore Tonino (tecniche di pesca con la rete e la lenza)*
- *Ore 13,00 pranzo al sacco*
- *Ore 14,00 pagaiata in Dragon Boat (canoa da 20 posti), tecniche con un solo remo e gare.*
- *Ore 18,00 partenza*

Costi 3 giornate

- *€ 130 – Comprende : Escursioni ed attività in acqua (comprese attrezzature) – Cene – Pernotti – Colazioni – Pranzi al sacco.*
- *Non comprende*
- *Bus privato € 10 A/R*
- *Assicurazione, se i ragazzi non sono coperti da assicurazione della scuola il costo è di € 5.*

Proposta di quattro giornate

Appuntamento a Roma ore 8,30 – Partenza con bus privato (precisare se a carico della scuola)

- *Arrivo al Lago del Turano ore 10,00 – Accoglienza e sistemazione*
- *Inizio escursione ore 11,00*
- *Visita ed escursione all'antico borgo medievale di Antuni, notizie del sito e illustrazione della parte naturalistica (monti, storia del Lago del Turano, costruzione della diga). Nella mattinata è possibile intrattenere i ragazzi con giochi di abilità. Dislivello 130 m.*
- *Ore 13,00 pranzo al sacco all'interno del borgo di Antuni (al coperto).*
- *Ore 14,00 vista al museo della Riserva Naturale Navegna - Cervia*
- *Ore 17,00 visita al centro nautico.*
- *Ore 18,30 trasferimento in albergo/agriturismo, sistemazione dei bagagli*
- *Ore 20,00 Cena (i ragazzi serviranno a tavola)*
- *Ore 21,30 spettacoli organizzati dai ragazzi*
- *Ore 11,30 fine giornata*

Secondo giorno

- *Colazione ore 8,30 (I ragazzi serviranno a tavola) -*
- *Ore 9,30 inizio escursione naturalistica in località "La Torretta" visita al rudere risalente al XIII sec. ed attività di orienteering (utilizzo della bussola per l'individuazione di alcuni punti dove verranno nascosti oggetti).*
- *Ore 12,30 pranzo al sacco, ore 13,00 rientro al centro nautico. Tecniche e attività in acqua (kayak, vela).*
- *Ore 18,30 rientro negli alloggi*
- *Ore 20,00 Cena (Serviranno i ragazzi)*
- *Ore 21,30 riassunto e riflessioni della giornata*
- *Ore 11,00 a dormire !*

Terzo giorno

- *Colazione ore 8,30 (i ragazzi serviranno a tavola)*
- *Ore 9,30 incontro con il pescatore Tonino (tecniche di pesca con la rete e la lenza)*
- *Ore 13,00 pranzo al sacco*
- *Ore 14,00 pagaiata in Dragon Boat (canoa da 20 posti), tecniche con un solo remo e gare*
- *Ore 18,30 rientro agli alloggi*
- *Ore 20,00 cena (i ragazzi serviranno a tavola)*
- *Ore 21,30 gare musicali*
- *Ore 11,00 a dormire!*

Quarto Giorno

- *Colazione ore 8,30 (I ragazzi serviranno a tavola) –*
- *Ore 9,30 mattinata dedicata ai laboratori (preparazione degli impasti e lavorazioni : Fettuccine, gnocchi e preparazione del pizzillo), dopo la preparazione verranno cotti e mangiati.*

- Ore 14,30 trasferimento e visita ad un allevamento privato di uccelli con spiegazione e tabelle esplicative, breve escursione.
- Ore 18,30 rientro agli alloggi
- Ore 20,00 cena (i ragazzi serviranno a tavola)
- Ore 21,30 recitazione di una commedia inventata dai ragazzi
- Ore 11,00 a dormire!

Costi 4 giornate

- € 195 – Comprende : Escursioni ed attività in acqua (comprese attrezzature) – Cene – Pernotti – Colazioni – Pranzi al sacco –
- Bus privato € 10 A/R
- Assicurazione, se i ragazzi non sono coperti da assicurazione della scuola il costo è di € 5

Proposte di 5 giornate

Appuntamento a Roma ore 8,30 – Partenza con bus privato (precisare se a carico della scuola)

- *Arrivo al Lago del Turano ore 10,00 – Accoglienza e sistemazione*
- *Inizio escursione ore 11,00*
- *Visita ed escursione all'antico borgo medievale di Antuni, notizie del sito e illustrazione della parte naturalistica (monti, storia del Lago del Turano, costruzione della diga). Nella mattinata è possibile intrattenere i ragazzi con giochi di abilità. Dislivello 130 m.*
- *Ore 13,00 pranzo al sacco all'interno del borgo di Antuni (al coperto).*
- *Ore 14,00 vista al museo della Riserva Naturale Navegna - Cervia*
- *Ore 17,00 visita al centro nautico.*
- *Ore 18,30 trasferimento in albergo/agriturismo, sistemazione dei bagagli*
- *Ore 20,00 Cena (i ragazzi serviranno a tavola)*
- *Ore 21,30 spettacoli organizzati dai ragazzi*
- *Ore 11,30 fine giornata*

Secondo giorno

- *Colazione ore 8,30 (I ragazzi serviranno a tavola) -*
- *Ore 9,30 inizio escursione naturalistica in località “La Torretta” visita al rudere risalente al XIII sec. ed attività di orienteering (utilizzo della bussola per l'individuazione di alcuni punti dove verranno nascosti oggetti).*
- *Ore 12,30 pranzo al sacco, ore 13,00 rientro al centro nautico. Tecniche e attività in acqua (kayak, vela).*
- *Ore 18,30 rientro negli alloggi*
- *Ore 20,00 Cena (Serviranno i ragazzi)*
- *Ore 21,30 riassunto e riflessioni della giornata*
- *Ore 11,00 a dormire !*

Terzo giorno

- *Colazione ore 8,30 (i ragazzi serviranno a tavola)*
- *Ore 9,30 incontro con il pescatore Tonino (tecniche di pesca con la rete e la lenza)*
- *Ore 13,00 pranzo al sacco*
- *Ore 14,00 pagaiata in Dragon Boat (canoa da 20 posti), tecniche con un solo remo e gare*
- *Ore 18,30 rientro agli alloggi*
- *Ore 20,00 cena (i ragazzi serviranno a tavola)*
- *Ore 21,30 gare musicali*
- *Ore 11,00 a dormire!*

Quarto giorno

- *Colazione ore 8,30 (I ragazzi serviranno a tavola) –*
- *Ore 9,30 mattinata dedicata ai laboratori (preparazione degli impasti e lavorazioni : Fettuccine, gnocchi e preparazione del pizzillo), dopo la preparazione verranno cotti e mangiati.*
- *Ore 13,00 pranzo al sacco*

- Ore 14,30 trasferimento e visita ad un allevamento privato di uccelli con spiegazione e tabelle esplicative, breve escursione.
- Ore 18,30 rientro agli alloggi
- Ore 20,00 cena (i ragazzi serviranno a tavola)
- Ore 21,30 recitazione di una commedia inventata dai ragazzi
- Ore 11,00 a dormire!

Quinto giorno

- Colazione ore 8,30 (I ragazzi serviranno a tavola)
- Ore 9,30 trasferimento al centro nautico per attività in acqua
- Ore 13,00 pranzo al sacco
- Ore 14,00 gare di abilità
- Ore 16,00 rientro in albergo/agriturismo per la preparazione dei bagagli
- Ore 17,30 partenza

Costi 5 giornate

- € 260 – Comprende : Escursioni ed attività in acqua (comprese attrezzature) – Cene – Pernotti – Colazioni – Pranzi al sacco –
- Bus privato € 10 A/R
- Assicurazione, se i ragazzi non sono coperti da assicurazione della scuola il costo è di € 5 fino al compimento del 18° anno (copertura assicurativa con validità 12 mesi dalla data di attivazione) in questo caso occorre trasmettere i dati dei partecipanti.