



NAHARS di MONARI FRANCESCA

**GUIDA AMBIENTALE ESCURSIONISTICA  
ALESSIO SUGONI**

**Associato ad AIGAE**



Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche

**CAMPO ESTIVO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE  
23-24-25 AGOSTO 2013**

**LOCALITÀ PIANO MONTE**

**COLLE BERTONE - POLINO (TR)**

**Valnerina – Parco Regionale del Fiume Nera**



**[www.naharsgiramondo.it](http://www.naharsgiramondo.it)**

alla pagina **COSA FACCIAMO**

**DIREZIONE TECNICA E PRENOTAZIONI**

**AGENZIA NAHARS GIRAMONDO  
Via della Caserma 7 – 05100 Terni (TR)**

**TEL. 0744 421092 – FAX 0744 430335**

**E-MAIL: [nahars.giramondo@gmail.com](mailto:nahars.giramondo@gmail.com)**

**CAMPO ESTIVO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE**



NAHARS di MONARI FRANCESCA

**23-24-25 AGOSTO 2013**

Il Campo Estivo di Esperienza ed Educazione Ambientale è una proposta di vacanza ad indirizzo educativo-ambientale che nasce dalla volontà di coinvolgere bambini/e e ragazzi/e in una esperienza di piena immersione in un ambiente naturale di grande pregio, quello delle Montagne della Valnerina, guidandoli in attività educative differenziate che mirano all'approfondimento di tematiche attraverso l'osservazione diretta di luoghi, delle testimonianze di storia del territorio, degli elementi ed aspetti dell'ambiente naturale, anche con l'aiuto di strutture espositive come il Museo dell'Appennino di Polino. Lo strumento dell'escursione, oltre che come attività di sano impegno fisico, motorio e tecnico, viene utilizzato per un approccio guidato all'ambiente naturale cercando di sfogliare tutte le pagine dei suoi molteplici aspetti, ma anche come attività che rafforza l'autonomia organizzativa dell'individuo in età evolutiva. Allo stesso tempo la forma residenziale permette ai ragazzi di confrontarsi con una ulteriore sperimentazione della propria autonomia personale, seppure con la rassicurazione di una costante presenza e del sostegno di educatori qualificati.

Accanto alle attività didattiche, viene riservato il giusto spazio ad attività pomeridiane di ricreazione, sempre sotto la guida di personale qualificato.

## **IL PROGRAMMA**

### **VENERDÌ 23 AGOSTO 2013**

- ORE 9:00-11:00 ARRIVO ED ACCOGLIENZA PRESSO L'ALBERGO "DON BOSCO", ASSEGNAZIONE CAMERE E SISTEMAZIONE BAGAGLIO
- ORE 11:00 VISITA AL "MUSEO DELL'APPENNINO" A POLINO
- ORE 13:00 PRANZO
- ORE 14:00 RIUNIONE E ILLUSTRAZIONE DEL PROGRAMMA DEL CAMPO
- ORE 16:00 ESCURSIONE AL MONTE TORRINARA – LE PRATERIE SECONDARIE E LA PASTORIZIA – LE TRASFORMAZIONI STORICHE DELL'AMBIENTE MONTANO PER OPERA DELL'UOMO  
DISLIVELLO 200 M. - DIFFICOLTÀ T (TURISTICO) – DURATA 2h 30' CIRCA
- ORE 19:00 RITORNO IN STRUTTURA
- ORE 20:00 CENA
- ORE 21:30 PREPARAZIONE DELLA ESCURSIONE DI SABATO MATTINA, STUDIO DELLA CARTOGRAFIA, CALCOLO TEMPI DI PERCORRENZA, INDIVIDUAZIONE DEI LUOGHI DI INTERESSE, PREPARAZIONE DELLO ZAINO
- ORE 22:30 LUCI SPENTE

### **SABATO 24 AGOSTO 2013**

- ORE 8:00 SVEGLIA – COLAZIONE – SISTEMAZIONE CAMERE
- ORE 9:00 PARTENZA CON NAVETTA PER ESCURSIONE SUL MONTE LA PELOSA PER IL SENTIERO – NATURA L. PORRAZZINI: OSSERVAZIONE DELLE SPECIE ARBOREE, DEI DIVERSI PIANI DELLA VEGETAZIONE, DELLE SPECIE ANIMALI, DEGLI AFFIORAMENTI FOSSILIFERI, PRESENTAZIONE DELLE AREE DI PROTEZIONE AMBIENTALE E DELL'IMPORTANZA DELLA LORO CONSERVAZIONE



**NAHARS** di MONARI FRANCESCA

**PRANZO PIC-NIC IN LOCALITÀ PRATO MANENTE**

**DISLIVELLO 350 M. - DIFFICOLTÀ: E (ESCURSIONISTICO) – DURATA 3h 30' CIRCA**

**- ORE 14:30 RITORNO IN STRUTTURA – RIPOSO**

**- ORE 16:00 ATTIVITÀ SPORTIVE E RICREATIVE – BASKET E MINIBASKET, CALCETTO, DISEGNO**

**- ORE 19:00 DOCCIA**

**- ORE 20:00 CENA**

**- ORE 21:00 PREPARAZIONE DELLA ESCURSIONE DI DOMENICA MATTINA: STUDIO DELLA CARTOGRAFIA, CALCOLO TEMPI DI PERCORRENZA, INDIVIDUAZIONE DEI LUOGHI DI INTERESSE, PREPARAZIONE DELLO ZAINO**

## **DOMENICA 25 AGOSTO 2013**

**- ORE 8:00 SVEGLIA - COLAZIONE – SISTEMAZIONE CAMERE**

**- ORE 9:00 TRASFERIMENTO A POLINO PER ESCURSIONE ALL'EREMO DI SANT'ANTONIO, ALLA CAVA DELL'ORO ED ALLA VECCHIA DOGANA DI SALTO DEL CIECO – ITINERARIO STORICO-NATURALISTICO ALLA SCOPERTA DELLE ATTIVITÀ ECONOMICHE TRADIZIONALI DELLA MONTAGNA E DELLE TESTIMONIANZE DELLA STORIA CIVILE E RELIGIOSA DEL TERRITORIO  
DISLIVELLO 300 M. - DIFFICOLTÀ T (TURISTICO) – DURATA 3h 30' CIRCA**

**- ORE 13:00 RITORNO IN ALBERGO E PRANZO**

**- ORE 14:00 RIPOSO**

**- ORE 15:30 ATTIVITÀ SPORTIVE E RICREATIVE – BASKET E MINIBASKET, CALCETTO, VERBALIZZAZIONE COLLETTIVA DELLE ESPERIENZE TRASCORSE**

**- ORE 18:00 – 20:00 DOCCIA E PARTENZA**

**CHI LO DESIDERA POTRÀ RIMANERE PER LA CENA PREVIA PRENOTAZIONE – MENU ALLA CARTA**

## **SERVIZI**

**ALBERGO “DON BOSCO” EFFETTUERÀ IL SERVIZIO DI PENSIONE COMPLETA PER DUE GIORNI**

**STRUTTURA IMMERSA NEL VERDE A CONDUZIONE FAMILIARE SPECIALIZZATA IN CUCINA TRADIZIONALE LOCALE**

**DAL SERVIZIO SONO ESCLUSI: ASCIUGAMANI, RIORDINO CAMERE, CENA DELLA DOMENICA**

**LA GUIDA AMBIENTALE ESCURSIONISTICA DELLA REGIONE UMBRIA, ALLENATORE DI PALLACANESTRO E ISTRUTTORE DI MINIBASKET ALESSIO SUGONI EFFETTUERÀ IL SERVIZIO GUIDA - ATTIVITÀ DIDATTICHE – EDUCATORE AMBIENTALE E ISTRUTTORE**

## **CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE:**

**POSSONO PARTECIPARE TUTTI I BAMBINI E RAGAZZI, BAMBINE E RAGAZZE DI ETÀ SUPERIORE AD ANNI 7**

**LA PARTECIPAZIONE È SUBORDINATA ALLA PRESENTAZIONE DI UN CERTIFICATO**



**NAHARS** di MONARI FRANCESCA

**MEDICO DI STATO DI BUONA SALUTE RILASCIATO DAL MEDICO DI BASE ED ALLA SOTTOSCRIZIONE DEL REGOLAMENTO.**

**I PARTECIPANTI DEVONO SEGNALARE EVENTUALI ALLERGIE E PATOLOGIE CHE PRESUPPONGANO PARTICOLARI ACCORTEZZE**

## **OCCORRENTE:**

**ABBIGLIAMENTO ED EQUIPAGGIAMENTO ADATTO ALLA PRATICA DELL'ESCURSIONISMO E DI ATTIVITÀ SPORTIVE. IN PARTICOLAR MODO SI RACCOMANDA AI PARTECIPANTI DI DISPORRE DI SCARPONCINI DA TREKKING, CAPPELLO DA SOLE E GIACCA ANTIPIOGGIA.**

**L'ELENCO CHE SEGUE SARÀ UTILE ALLA PREPARAZIONE DELLA VALIGIA**

### **ATTREZZATURA**

**ZAINO**

**BORRACCIA PER ACQUA (ALMENO 1 L)**

**CONTENITORE PER CIBO**

**OCCHIALI DA SOLE**

**MACCHINA FOTOGRAFICA (CONSIGLIATA)**

**BUSSOLA (NON OBBLIGATORIA)**

**UN BLOCCO PER APPUNTI CON PENNA E MATITA**

### **ABBIGLIAMENTO**

**SCARPE DA TREKKING**

**CAPPELLO DA SOLE**

**CREMA SOLARE**

**GIACCA ANTIVENTO-ANTIPIOGGIA**

**3 PANTALONI LUNGI**

**2 MAGLIA INTIMA**

**2 MAGLIA A MANICA LUNGA O CAMICIA**

**2 MICRO-PILE O MAGLIONCINO**

**3 PAIA CALZETTONI**

**SCARPE SPORTIVE**

**2 PANTALONCINI**

**2 MAGLIETTINA**

**2 CALZE SPORTIVE**

**1 FELPA SPORTIVA**

### **INTIMO**

**PIGIAMA**

**MUTANDE**

**CANOTTIERE**

### **IGIENE PERSONALE**

**ACCAPPATOIO**

**ASCIUGAMANI**

**BAGNOSCHIUMA**

**SHAMPOO**



**NAHARS di MONARI FRANCESCA**

**SPAZZOLINO E DENTIFRICIO  
CIABATTE  
ASCIUGACAPELLI  
FAZZOLETTI DI CARTA**

**QUALCHE MONETA PER ACQUISTI EXTRA: GELATO O SNACK, RICORDI E SOUVENIR.  
SCHEDE TELEFONICHE o TELEFONO CELLULARE**

**I PARTECIPANTI DEVONO SEGNALARE EVENTUALI ALLERGIE E PATOLOGIE CHE  
PRESUPPONGANO PARTICOLARI ACCORTEZZE E AVERE CON SÈ EVENTUALI FARMACI  
O DISPOSITIVI SANITARI INDIVIDUALI**

**ULTERIORI INFORMAZIONI AI RECAPITI SEGNALATI**

### **I COSTI:**

**LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE INDIVIDUALE È FISSATA IN € 120,00  
LA QUOTA COMPRENDE TUTTI I SERVIZI E LE ATTIVITÀ ELENcate, BIGLIETTO DI  
INGRESSO AL "MUSEO DELL'APPENNINO", COPERTURA ASSICURATIVA**

**LA QUOTA NON COMPRENDE IL VIAGGIO DI ANDATA E RITORNO DALLA STRUTTURA, LA  
CENA DELLA DOMENICA.**

### **MODALITÀ E TERMINI PER LE ISCRIZIONI:**

**LE ISCRIZIONI DOVRANNO PERVENIRE ALL'AGENZIA "NAHARS GIRAMONDO" CHE  
CURA LA DIREZIONE TECNICA, VIA E-MAIL O VIA FAX, ENTRO IL GIORNO 20 AGOSTO  
2013, UNITAMENTE AL VERSAMENTO DELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE.**

### **PER INFORMAZIONI SULLE ATTIVITÀ:**

**SITO INTERNET: [www.trekkinginumbria.it](http://www.trekkinginumbria.it)**

**ALESSIO SUGONI**

**Guida Ambientale Escursionistica della Regione Umbria**

**CELL. 333 9083538 EMAIL: [info@trekkinginumbria.it](mailto:info@trekkinginumbria.it)**

### **DIREZIONE TECNICA**

**AGENZIA NAHARS GIRAMONDO**

**Via della Caserma 7 – 05100 Terni (TR)**

**TEL. 0744 421092 – FAX 0744 430335**

**E-MAIL: [nahars.giramondo@gmail.com](mailto:nahars.giramondo@gmail.com)**