



# 3 settembre

## Immersione in Baraggia - l'ultima Savana d'Europa Una giornata in connessione, per docenti ed educatrici.



**Riportiamo noi stessi al centro. Sentiamo la giusta dignità a quello che è... e rimane il lavoro più bello del mondo. La scuola è il nostro centro attraverso le buone e sane relazioni e per migliorare lo stato di benessere per tutti**

Tutte le ricerche evidenziano quanto l'esposizione e la permanenza in ambienti naturali possiede la capacità di ridurre i nostri livelli di stress e di ansia, promuovendo stati di benessere psicologico ed emotivo, rafforzando il sistema immunitario, regolando il metabolismo.

Ore 9.30 incontro nel singolare contesto della Riserva Naturale delle Baragge, l'ultima Savana D'Europa, caratterizzata dall'ampia varietà di paesaggi e ambienti. Passeggiata con il forest coach Pietro Ostano, potremo apprendere e interiorizzare insieme tecniche di respirazione, di propriocezione e di esplorazione sensoriale all'interno di uno "spazio" multidisciplinare e aperto alla diversità.

Il primo passo di un nuovo cammino, di un nuovo anno scolastico; il Tamburo condotto da Katia Mastroeni scandirà tempo e passi. Ci prenderemo il nostro tempo per ascoltare lo spirito del luogo che ci ospita, per cercare gli sguardi delle persone che hanno detto SI a questa iniziativa, per confrontarci, per creare... per prenderci cura. Al termine dell'esperienza avremo tempo per domande, condivisioni e spunti di riflessione che, come sappiamo, sono un viaggio nel viaggio.

Ore 13 trasferimento a Buronzo, in uno degli edifici del castello consortile trasformato nel Rice Resort Armonie in Corte, un'autentica realtà, un luogo adatto a chi ama la natura e crede nell'importanza del loro lavoro sia nei confronti di Madre Terra sia del consumatore finale. Qui la nostra Anna Maria Corrado preparerà un menu' della risaia dove il riso sarà protagonista. Si assaporerà la genuinità e la tradizione del luogo. Il tutto sarà accompagnato da birra artigianale e acque aromatizzate, con il gran finale dell'inimitabile "torta delle mondine".



PIETRO OSTANO. Guida esperta e rivolta a docenti e figure professionali che operano a contatto con bambini e adolescenti. In questa esperienza intende fornire pratiche atte a migliorare il benessere psicoemotivo in maniera strutturata e riproducibile. Tali tecniche sono facilmente integrabili in qualsiasi professione; sia per osservare le dinamiche interpersonali di un gruppo, quanto per stimolare intelligenza emotiva, intelligenza sociale, e promuovere comportamenti a supporto della natura.

## EURO 45,00

quota a persona per min 15 partecipanti

saldo immediato entro il 30-8 su sito internet [auramundi.it](http://auramundi.it) - bonifico bancario

**La quota comprende:** guida naturalistica forest coaching; laboratorio di analisi sensoriale, Pranzo incluso di acqua, birra onni 2 persone e caffè, assicurazione di viaggio medico bagaglio

**La quota non comprende:** bus o trasporto per raggiungere la Baraggia, assicurazione annullamento, eventuali acquisti di prodotti locali, tutto quanto non espressamente indicato nella quota comprende

#viaggiemozionali #experience #forestcoaching #viaggiare #ritrovarsi #piemonte #baraggia