

TERRA VIVA

Laboratorio naturale ad indirizzo somato-emozionale esperienziale

PROGETTO SENTO – SONO – ESPRIMO – FACCIO

Campus/Laboratorio per bambin@ dai 10 a 12 anni

Il progetto residenziale di RPPCI (Riprogrammazione Psico Posturo Corporea Integrata) per bambin@ dai 10 ai 12 anni denominato Sento – Sono - Esprimo – Faccio, ha tra i vari obiettivi quello di **favorire un buon dialogo con il proprio corpo emotivo**, facendone esperienza in un contesto ambientale il quale già di per se, contenitore di risorse emancipanti, mettendo il partecipante di fronte ai propri limiti e difficoltà per cercare di comprenderli per poterli gestire al meglio e riportare l'esperienza nel quotidiano.

Ancora, tra gli obiettivi che si prefigge c'è quello di **favorire una buona autonomia e aumentare il proprio valore personale** ed essere messa a servizio della collettività.

Aumentare o rinsaldare l'autostima favorendo una maggior sicurezza interiore per poter passare da "non ce la faccio, sono un incapace" a "ho paura, ma ci riesco"

Non mancheranno tra gli scopi, **avere degli spazi per esprimere: le varie emozioni sentite, la creatività repressa, le varie personalità caratteriali**, con l'intenzione di generare nuove forme interiori di emozioni, avendo lo spazio per metabolizzare le vecchie, cercando di oltrepassare le ferite attraverso uno sguardo da altre prospettive.

Lo strumento essenziale che ci permetterà di raggiungere gli obiettivi prefissati, sarà **la natura** come equilibratore dei vari sistemi e apparati organici, ma anche generatore di tensioni, paure e imprevisti, nel quale i ragazzi si troveranno immersi in una metafora della vita, nella quale impareranno a saper amministrare mente, corpo, impulsi, emozioni, relazioni, intuito e coraggio.

Le molte attività scandiranno le giornate e fin dal mattino, prima di colazione, ci metteremo in azione risvegliando il corpo facendo attività immersive in natura, con camminate meditative e consapevoli, percorsi sensoriali e connessione, osservazione e cura delle piante; poi tutti a preparare la colazione!

Le attività proseguiranno ogni giorno suddivise in **4 blocchi** e saranno la bussola per orientarsi e dosare le energie. Le pratiche sono state studiate con una propedeuticità per permettere di lavorare prima su sé stessi, poi sulle relazioni e in seguito amalgamarle e rafforzarle nelle dinamiche comunitarie.

SENTO mattino 9,00 – 12,30

- ambientalismo consapevolmente attivo
- prendersi cura partendo da: piante – fiori – ambiente
- il corpo sensibile/emotivo
- attività senso-percettive di consapevolezza
- conflitto e confronto

SONO pomeriggio 14,30-16,30

- paure e fobie e pratiche anti-fobiche
- gestione emotiva
- incontrare l'altro
- psicodramma

FACCIO pomeriggio tardo 17,00 – 19,30

- esperienza - natura - avventura - perfetta figura
- riconoscere le piante spontanee – raccolta
- sperimentazione
- autonomia personale nell'ambiente naturale
- attività in natura progettate in autonomia e condivise in gruppo
- Escursioni : - fiume Bai
 - monte e castello di Sassoforte

- i massi di Roccatederighi
- libere attività di costruzione in e con la natura
- riordino degli spazi comuni e igiene personale

ESPRIMO sera 21,00 – 23,00

- relazione e socializzazione
- creatività
- arte e musica
- suoni – vocalizzazioni e canti

REGOLE – DISPOSIZIONI – OCCORRENTE

Ogni dispositivo elettronico verrà depositato in una cassetta, chiuso a chiave e restituito a cena, per ogni emergenza possono essere utilizzati i contatti dei vari referenti o inviati messaggi tramite whatsapp.

Per le esigenze alimentari e/o intolleranze, è prescrittivo farlo sapere entro una settimana prima dell'inizio del campus.

E' obbligatorio prendere visione e firmare la liberatoria sulla responsabilità personale per l'incolumità del minore per comportamenti che potrebbero mettere a rischio la propria e la salute altrui.

Se da parte dei partecipanti si dovessero riscontrare comportamenti tali da mettere a rischio l'incolumità degli altri, o se non venissero rispettate persone o cose e dovesse venire a mancare la fiducia reciproca, saremo costretti ad interrompere la permanenza all'interno del campus e avvertiti i genitori.

Occorrente: abbigliamento comodo, scarpe trekking, asciugamano, materassino gonfiabile, sacco a pelo o coperta, borraccia acqua e bicchiere e/o tazza, repellente per gli insetti, eventuale kit farmaceutico.

I **pasti** saranno elaborati dai volontari e verranno consumati nei seguenti orari:

- colazione 8,00 – 8,30
- pranzo 13,00 – 14,00
- merenda 16,30 – 17,00
- cena 20,00 – 21,00

Pernottamento: in tenda glamping – yurta – tenda da campeggio

DATE 2025

Giugno 11 -12 - 13

Luglio 07 - 08 - 09 / 29 – 30 - 31

COSTI

3 giorni vitto e alloggio compreso **180 euro**:

50 euro anticipo all'iscrizione
130 euro all'inizio campus

Numero minimo di partecipanti per attivare il campus **6**

Numero massimo di partecipanti **12**

Responsabile, ideatore e coordinatore del progetto *Dott. Simone Stacchini*
cell 392-0475443

Assistenza, organizzazione e tutoraggio *Marta Sarti – Jacopo Rachlik – Laura Conti*

e-mail: simonestacchini.rppci@gmail.com

www.progettoterraviva.org

TerraViva Sassofortino (Gr) via della Mengona