

BOZZA 01



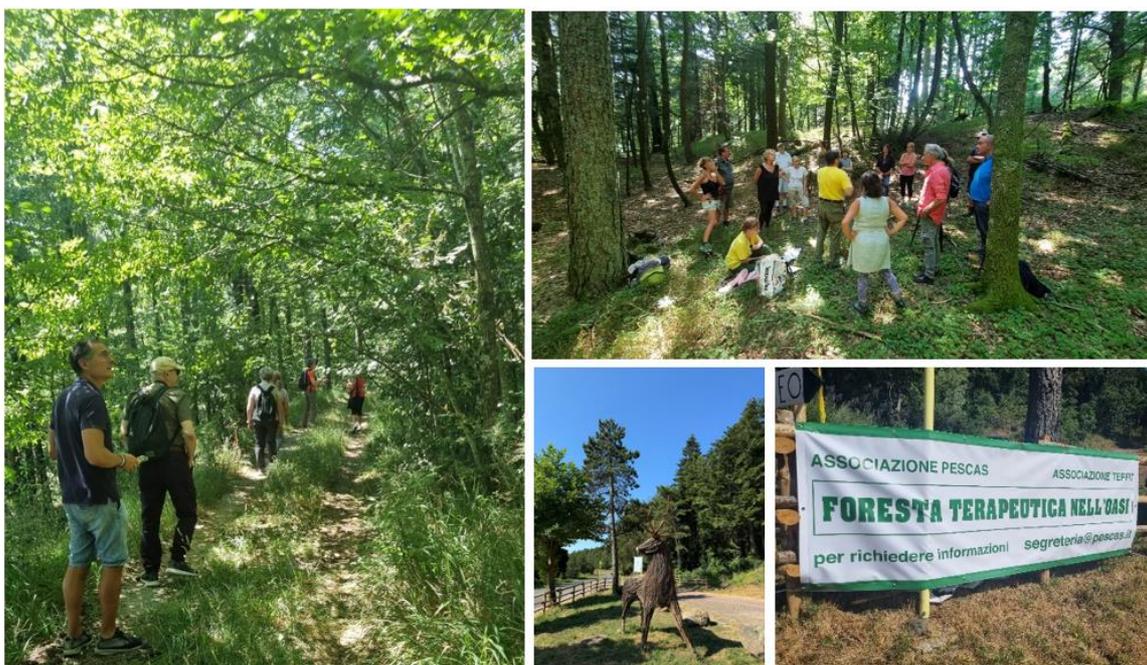
LA FORESTA CHE CURA

COVIGLIAIO – 14 e 15 giugno 2025

GRANDE FESTA NELL'OASI FORESTALE Terza Edizione

a cura dell'Associazione dei Professionisti e degli Esperti
per la Salvaguardia e la Cultura dell'Ambiente e della Salute

*Nella FORESTA CHE CURA due giornate di vita nel bosco con incontri,
laboratori di terapia forestale, immersioni in foresta, cammini,
passeggiate letterarie, degustazioni, presentazioni
di libri, musica, visite, mostre ed eventi culturali.*



in collaborazione con



PRESENTAZIONE

Anche nel 2025 Pesca la divulgazione e promozione della terapia forestale come fonte di benessere per le persone e per il territorio nel pieno rispetto dell'ambiente e della serietà scientifica di tutte le attività proposte. Le due giornate della Grande Festa nell'Oasi di Covigliaio sono l'evento più importante del progetto, un evento unico con interventi e attività di grande interesse organizzate di esperti che in ambiti diversi si occupano del benessere delle persone e dei luoghi. Un'occasione di incontro e socializzazione all'interno dell'Oasi con immersioni in foresta, camminate, attività culturali, presentazioni di libri e degustazione di prodotti del territorio, momenti di benessere per tutti.

Sabato 14 giugno – Covigliaio

10.00 – 11.00	TREKKING 01 Esperienza in foresta Camminata di livello facile con guida in percorso panoramico a cura di Gloria Grazzini Ritrovo ore 9.45 località Faggiotto (ingresso Oasi)		
9.00 – 14.00	TREKKING 02 Anello delle Tre Cime - Sasso di Castro, Monte Rosso e Monte Beni (13 km, dislivello 730 m) Camminata di livello medio-facile con guida percorso di crinale, panoramico e con ampie vedute Ritrovo ore 8.45 località Faggiotto (ingresso Oasi)		
8.00 – 14.00	TREKKING 03 Via degli Dei – Passo della Futa – Banditacce – Passeggere – Covigliaio (17 km, dislivello: 700 m) Camminata di livello medio-facile con guida lungo la terza tappa della Via degli Dei per poi scendere a Covigliaio passando da Rifugio Savena Ritrovo ore 7.45 presso il Cimitero Germanico al Passo della Futa		
8.00 – 17.00	TREKKING 04 Trail delle Tre cime - Monte Oggioli, Croce dell'Alpe di Monghidoro (25 km, dislivello 1330 m) Camminata di livello medio-difficile caratterizzato da dislivelli importanti sulla valle del Santerno. Ritrovo ore 7.45 località Faggiotto (ingresso Oasi)		
10.00 – 13.00	LA FORESTA DEI BAMBINI Alla scoperta delle meraviglie della natura e degli abitanti del bosco Attività nell'Oasi dedicate agli alunni delle scuole dell'Alto Mugello e ai bambini e ragazzi		
16.00 – 18.30	CONVEGNO PRESCRIZIONI VERDI E TERAPIE INTEGRATIVE PER LA PREVENZIONE, LA CURA E IL BENESSERE Presso la Polisportiva di Covigliaio		
16.00	COSA SONO LE PRESCRIZIONI VERDI	Giulio Arcangeli Antonio Baldassarre	Chair: Sergio Luzzi
16.20	I BENEFICI DEL FOREST BATHING	Mauro Batisti Raoul Fiordiponti	
16.40	PROGETTAZIONE E GESTIONE BIOFILICA DEI LUOGHI DI VITA E DI LAVORO	Giuseppe Salamone	
17:00	L'IMPORTANZA DELLA SOCIALITÀ E DELLE RELAZIONI	Da definire	
17.20	CAMMINATE TERAPEUTICHE CON I BASTONCINI DA NORDIC WALKING	Monica Landi	
17.40	IL MENU DEL BOSCO	Slow food	
18.00	IL CUORE E LE STELLE	Roberto Corni	
18.20	PROSSIME ATTIVITA' NELL'OASI DI COVIGLIAIO Presentazione del programma		
19:00	APERITIVO a cura di SLOW FOOD Presentazione del FESTIVAL CINEMA E BENESSERE a cura di Domenico Palattella Proiezione FILM		

Domenica 15 giugno – Oasi di Covigliaio

10:00 – 12:00 12:00 – 14:00 14:00 – 16:00	IMMERSIONI IN FORESTA Esperienze di forest bathing Immersioni didattiche della durata di 90 minuti ore per gruppi di massimo 10 persone a cura di TeFFit
10:00 – 12:00 12:00 – 14:00 14:00 – 16:00	CAMMINATE TERAPEUTICHE Esperienze di Nordic Walking intervallate da esercizi posturali per il benessere della schiena della durata di 90 minuti per gruppi di massimo 10 persone a cura di Monica Landi
10:00 – 12:00 12:00 – 14:00 14:00 – 16:00	AMBASCIATORI DELLA FORESTA Passeggiate letterarie Camminate della durata di 90 minuti per gruppi di massimo 10 persone con soste per leggere estratti dai classici della letteratura di ambientazione o ispirazione forestale a cura de I libri di Mompracem
<i>I tre turni daranno la possibilità di partecipare a tutte le esperienze. Il calendario e la composizione dei gruppi saranno definiti in anticipo in base al numero delle prenotazioni raccolte per ciascun evento</i>	
16:00 – 20:00	LA GRANDE FESTA NELL'OASI
16:00 – 19:00	SPAZIO LIBRI ITACA - MOMPRACEM Presentazioni e incontri a cura di Paolo Ciampi e Sergio Luzzi con gli autori dei libri: Energia Energie (Massimo Tucci, Pietro Berna) Libro 2 Libro 3
16:00 – 19:00	LA RETE DELLA TERAPIA FORESTALE Tavola rotonda in foresta con TeFFit, Associazione Vallombrosa, CNR, CAI ... Altre associazioni
17:30 – 19:30	SPAZIO MERENDA CENA – AZIENDE AGRICOLE Animali, mestieri, laboratori di attività artigiane. Degustazione cibo biologico del territorio firenzeuolino e dell'Alto Mugello
20:00	CHIUSURA FESTA Intervento musicale del Coro Polifonico Mulieris voces, Na'ara Vocal Ensemble, ...

con il contributo di



LA BOTTEGA DI ROBERTO



AGRITURISMO AGRIFUTA



Informazioni e iscrizioni agli eventi

su www.pescas.it

Loc. COVIGLIAIO



**Polisportiva Covigliaio
Sede Convegno e
Aperitivo Letterario**

Chiesa di San Matteo

Parco di Covigliaio

IL PICCOLO MUSEO
COVIGLIAIO

**Faggiotto (ingresso Oasi)
Parcheggio – Ritrovo
Inizio Passeggiate**

Loc. TRAVERSA