



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione Valdarno Inferiore "Giacomo Toni" Piazza Vittorio Veneto n. 4 - Fucecchio 50054 (FI)
www.clubalpinoitaliano.it - info@clubalpinoitaliano.it



Sabato 2 ottobre 2021

Terapia Forestale a San Miniato, loc. Balconevisi



Esperienza speciale di Terapia Forestale, guidata da una psicoterapeuta qualificata da CAI e CNR

Il bosco più bello di San Miniato, al limite sud-occidentale del territorio comunale nei pressi della **frazione di Balconevisi**, è stato selezionato tra i siti candidati per la qualificazione come Stazione di Terapia Forestale.

Sabato 2 ottobre, questo bosco straordinario, ricco di lecci (le piante della salute), pini e altre piante e arbusti mediterranei, ospiterà un evento eccezionale: una sessione di Terapia Forestale condotta da una psicoterapeuta qualificata dal Club Alpino Italiano e dal Consiglio Nazionale delle Ricerche, nell'ambito del progetto nazionale – il più importante al mondo – condotto insieme al Centro di Riferimento in Fitoterapia presso l'Ospedale di Careggi a Firenze diretto dal Prof. Fabio Firenzoli.

Una lenta camminata alla portata di tutti, alternata a frequenti soste per un'esperienza che vi sorprenderà.

Partiremo alle 9:00 da Piazza 1° Maggio a Balconevisi, dalla quale a piedi ci porteremo rapidamente presso il punto di partenza. Dalle ore 9:30 eseguiremo registrazione, compilazione del consenso informato, compilazione del primo questionario e misure non invasive di indici fisiologici. Dalle ore 10:30 inizierà la sessione di Terapia Forestale lungo il percorso prequalificato, fino al ritorno al punto di partenza per la compilazione del secondo questionario e le altre misure non invasive. Termine attività intorno alle ore 14:00. Pranzo al sacco.

Una volta qualificato, il percorso di "Terapia Forestale" diventerà un riferimento e un'occasione di sviluppo per tutta la nostra comunità!

E' necessario dotarsi di scarpe adeguate al percorso su strade bianche e sentieri e di una scorta d'acqua di almeno mezzo litro a testa.

PARTECIPAZIONE massimo 20 posti!

Prenotazione obbligatoria entro giovedì 30 settembre;

DETTAGLI TECNICI:

-**Ritrovo:** ore 08:45 al parcheggio di Piazza 1° Maggio, Balconevisi
<https://goo.gl/maps/aGrH1PbTwYevFDf9>

-**Partenza:** ore 09:00.

-**Grado di difficoltà e durata dell'escursione:** T.

-**Dislivello:** 80 m circa.

-**Tempo dell'escursione:** circa 2/3 h di cammino, soste incluse.

Si chiede a tutti i partecipanti di dotarsi dei dispositivi elencati di seguito per il rispetto delle normative anti COVID19:

mascherina; gel disinfettante a base alcolica; guanti monouso; cibo e scorte di acqua non condivisibili così come abbigliamento e attrezzatura.

Può partecipare all'escursione solo chi presenterà, al momento della partenza, **IL MODULO DI AUTOCERTIFICAZIONE** allegato al programma dell'escursione.

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI (preferibile WhatsApp o Email): Lucia Agus 338 1341859, Email luciaagus@gmail.com – Francesco Meneguzzo 392 9850002, Email francesco_meneguzzo@virgilio.it; **Entro giovedì 30 settembre!**

Per i non soci CAI: comunicare nome e cognome, numero di telefono, data e luogo di nascita, necessari per attivare la copertura assicurativa infortuni che, in via eccezionale, **sarà offerta dalla nostra Sezione. Per i soci CAI:** comunicare nome e numero di telefono.