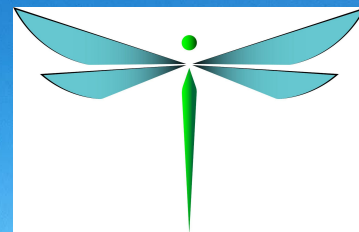


Natural brain refresh



PERCORSO NATURALE DI RISCOPERTA DI SE' PER GIOVANI DEL VCO

eurodesk

vedogiovane



**Fondazione
Comunitaria
del VCO**



CONSORZIO DEI SERVIZI SOCIALI DEL VERBANO



CITTÀ DI VERBANIA

Fondo Giovani Provincia del VCO



**PROVINCIA
VERBANO CUSIO OSSOLA**



**VCO
BIBLIOTECHE**



AGENZIA
NAZIONALE
PER I GIOVANI



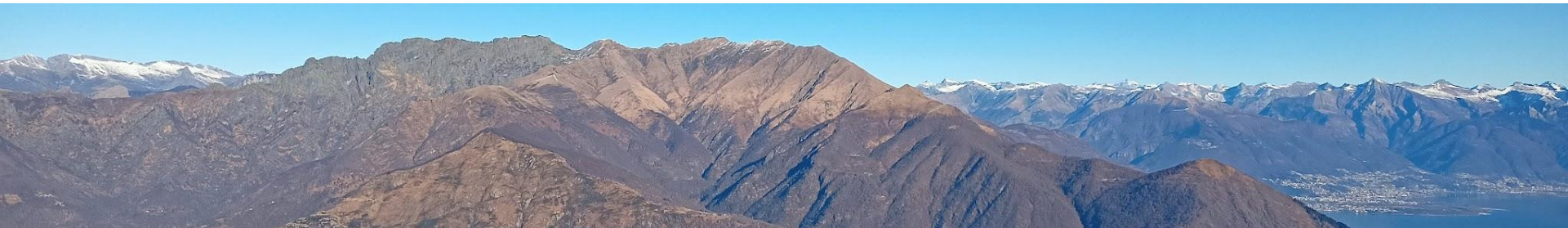
**CORPO
EUROPEO
DI SOLIDARIETÀ**



Panoramica

Il Progetto *Natural Brain Refresh* nasce nell'ambito del programma CORPO EUROPEO DI SOLIDARIETA', al fine di promuovere uno stile di vita a stretto contatto con la natura tra i giovani del territorio che hanno subito danni a livello psichico e sociale a seguito della pandemia da Covid-19.

Il progetto della durata di un anno verrà scandito in proposte tematiche mensili, immerse nella cornice naturale del nostro territorio.





Obiettivi del progetto

- offrire esempi di esperienze da vivere in natura col fine di ripristinare il proprio equilibrio emotivo;
- vivere esperienze di vita di gruppo e stringere legami significativi tra pari;
- conoscere il territorio e l'ampia offerta outdoor di cui dispone;
- acquisire nuove competenze formative.

Two hikers with backpacks walking away from the camera on a grassy field towards a line of trees at sunset.

ATTIVITA' PROPOSTE

Proposte tematiche



1

ARTE E NATURA

2

CORPO IN NATURA

3

DIGITAL PER LA NATURA

4

ECOBUILDING CON LA
NATURA

5

NATURA E
CITTADINANZA

CALENDARIO DELLE ATTIVITA'



ARTE E NATURA:

- MERCOLDÌ 23

FEBBRAIO

MARZO

CORPO E NATURA:

- MERCOLEDÌ 6
- MERCOLDÌ 13

DIGITAL PER LA NATURA

- MERCOLEDÌ 20
- MERCOLEDÌ 27

APRILE

MAGGIO

NATURA E CITTADINANZA::

- MERCOLEDÌ 1
- MERCOLDÌ 8

ECOBUILDING CON LA NATURA:

- DOMENICA 5
- DOMENICA 12: EVENTO FINALE

GIUGNO

ARTE E NATURA:

- MERCOLEDÌ 2
- MERCOLDÌ 9

CORPO E NATURA

- MERCOLEDÌ 16
- MERCOLEDÌ 23

DIGITAL PER LA NATURA:

- MERCOLEDÌ 4
- MERCOLDÌ 11

ECOBUILDING CON LA NATURA:

- MERCOLEDÌ 18
- MERCOLEDÌ 25



ARTE E NATURA

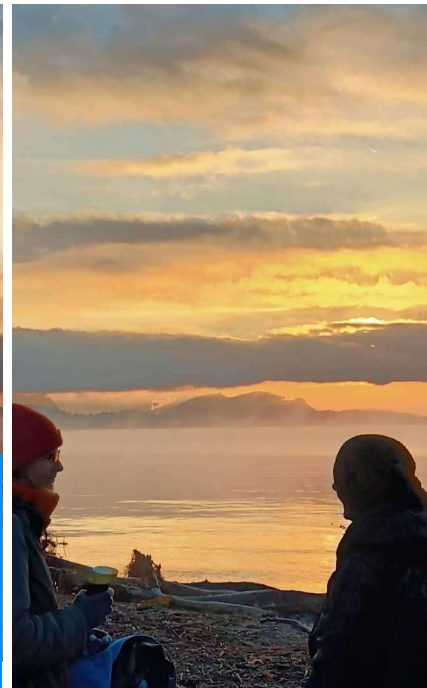
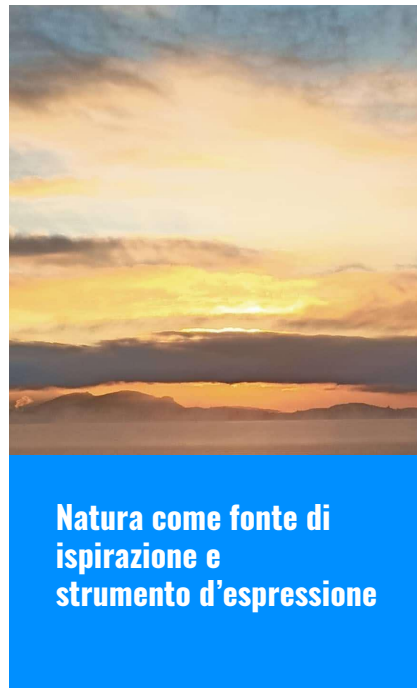
MESE: FEBBRAIO MARZO 2022

LOCATION: Parco della Biblioteca; Bilio HUB; Riserva naturale di Fondotoce

Attività

Utilizzo dell'arte nel contesto naturale, interagendo con lo spazio e inserendolo nelle proprie opere

- Pittura materica;
- Scultura con elementi della natura;
- Musica in natura;
- Musica con strumenti realizzati con elementi naturali.





CORPO IN NATURA

MESE: MARZO APRILE 2022

LOCATION: Parco della Biblioteca; Bilio HUB; Riserva naturale di Fondotoce

Attività

Attività sportive e di movimento outdoor.

- Calisthenics;
- Trekking;
- Yoga e meditazione;
- Danza e teatro.





DIGITAL PER LA NATURA

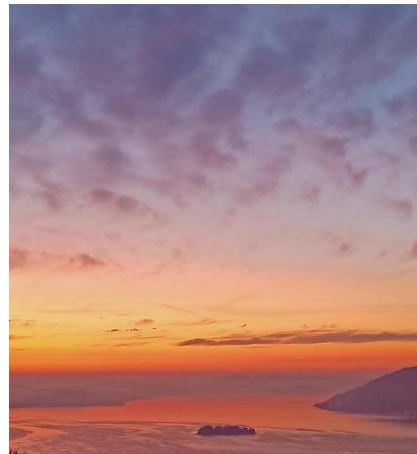
MESE: APRILE MAGGIO 2022

LOCATION: Parco della Biblioteca; Bilio HUB; Riserva naturale di Fondotoce

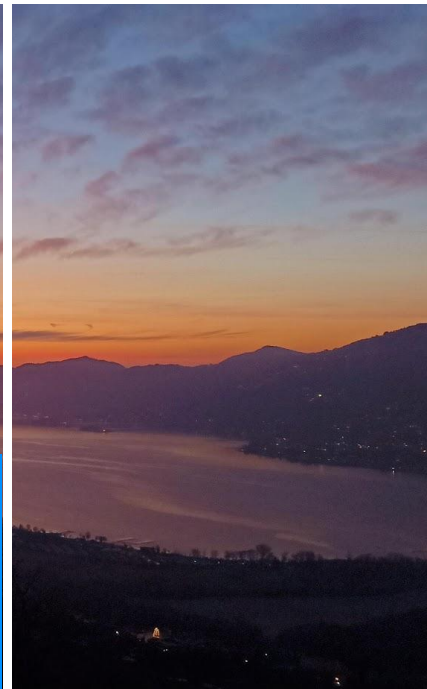
Attività

Creazione di contenuti video e foto per raccontare le esperienze vissute sui social media.

- Storytelling;
- Fotografia;
- Videomaking e Editing;
- Creazione delle pagine social del progetto



**Imparare a
rappresentare la natura
sui social networks per
farla conoscere ai pari**





ECOBUILDING CON LA NATURA

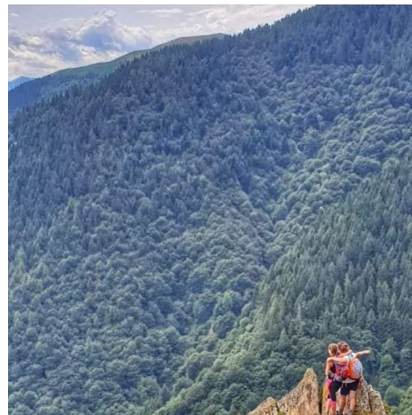
MESE: MAGGIO GIUGNO 2022

Attività

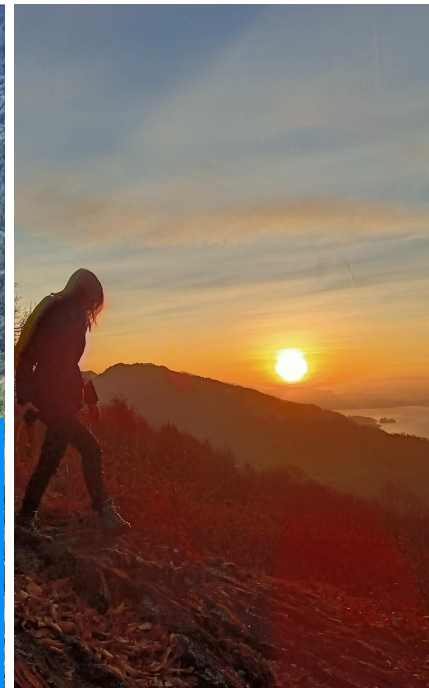
Formazione sul tema ecobuilding e allestimento di uno spazio camping con tecniche off grid.

- Formazione;
- Costruzione di tavoli e panche;

Scambio ERASMUS + in Spagna per 5 giovani del territorio sulle tematiche dell'Ecobuilding.



**Lasciare il segno.
Poter allestire uno
spazio a disposizione
della comunità per
vivere esperienze
outdoor.**





CITTADINANZA E NATURA

MESE: GIUGNO 2022

LOCATION: Da stabilire con il gruppo

Attività

Creare un evento per la città per raccontare la propria esperienza. Creare un'azione per sensibilizzare la comunità ad avvicinarsi alla natura del nostro territorio.

- Tavolo di programmazione;
- Realizzazione dell'evento.

