



ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE

ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE ISCRITTA AL REGISTRO REGIONALE DELL'EMILIA ROMAGNA

VIA POLIGNANO 5/13, SAN PIETRO IN CERRO, 29013 PC
TEL. 0523.838172 - FAX 0523.338700 - INFO@NATUROPATIA.ORG - WWW.NATUROPATIA.ORG
C.F. 93064850222 - IVA 01503840320

FOGLIO INFORMATIVO PER I PARTECIPANTI

Seminario Vivi l'ecovillaggio

Descrizione

Il seminario è un'esperienza residenziale di 4 giorni. Ha come obiettivo far provare un'esperienza di vita in ecovillaggio secondo il nostro modello.

La sistemazione è rustica (si dorme per terra con materassino e sacco pelo) in una stanza assieme.

Le giornate trascorreranno tra lavoro, momenti liberi e appuntamenti esperienziali.

Tutto sarà accompagnato da un lavoro personale *"Conosci te stesso"* che vedrà la sua conclusione nell'ultimo giorno.

Avrai anche un'incontro di 40 min. con un nostro naturopata.

I pasti sono vegani.

Le esperienze di lavoro saranno per lo più in orto, biolaghetto, lavori di mantenimento della struttura e forse cucina.

Ecco un'idea dell'organizzazione della giornata (il programma può subire variazioni):

- 7,00 - risveglio energetico
- 7,30 - "Momento Unitas" (canti e preghiere)
- 9/12,00 - lavoro in ecovillaggio
- 12,30/15 - pranzo e tempo libero (riposo, chiacchiere o bagno nel biolaghetto quando possibile)
- 15/18 - lavoro in ecovillaggio
- 18/21 - doccia o bagno in biolaghetto, tempo libero, cena
- 21/23 - momenti esperienziali a seconda della serata (sessione di yoga, incontri informativi e gruppi, incontri di crescita interiore)

n.b.: durante il seminario ti verrà fissato un incontro di 40 min. con un naturopata

n.b.: venerdì dalle 9 alle 12,30/13 lavoro di chiusura e saluti.

Possibilità di pranzo extra e relax nel parco e biolaghetto con contributo aggiuntivo di € 15,00 per gli adulti e di € 9,00 per i bambini da 4-10.



ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE

ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE ISCRITTA AL REGISTRO REGIONALE DELL'EMILIA ROMAGNA

VIA POLIGNANO 5/13, SAN PIETRO IN CERRO, 29013 PC
TEL. 0523.838172 - FAX 0523.308700 - INFO@NATUROPATIA.ORG - WWW.NATUROPATIA.ORG
C.F. 93054850222 - IVA 01503840320

INIZIO E CONCLUSIONE

- la registrazione avverrà martedì 12 dalle 9,30
- alle 10 inizieremo l'orientamento
- il seminario si conclude verso le 12.30 di venerdì, avrai la possibilità se vorrai, extra e goderti un po' di relax prima della partenza

COSA PORTARE

- materassino, sacco pelo o coperta o lenzuola, per la notte (dormiremo nel salone che sarà a nostra disposizione per la durata del seminario)
- asciugamano, salviette e il necessario per doccia e igiene personale
- asciugamano e costume per la piscina (che potrai usufruire nei momenti liberi)
- scarpe da lavoro, cappellino per il sole, borraccia (se vuoi) per avere l'acqua sempre con te, guanti da lavoro (meglio se quelli elastici aderenti in cotone con palmi in gomma, tipici da muratore per l'estate), abiti comodi da lavoro
- abiti comodi per le attività (yoga, rilassamento)
- quaderno o notes per gli appunti

HAI BAMBINI CON TE?

- vestiti comodi per giocare all'aperto
- costume e asciugamano
- il necessario per l'igiene
- il necessario per dormire in salone assieme a te

COSA SEGNALARCI

- possibili intolleranze e/o allergie
- eccezionali esigenze alimentari (ti ricordo che l'alimentazione proposta è vegani (nessuna proteina animale))

E' VIETATO PORTARE ANIMALI DURANTE IL SEMINARIO

Se fumi, sappi che ci sono aree apposta dedicate ai fumatori. Non è possibile fumare in giro per l'ecovillaggio.

Se desideri altre informazioni o vuoi chiarire dei dubbi, scrivimi a ecovillaggio@naturopatia.org