

## **Vacanza VERDEBLU'**

### **Marche – Parco Nazionale dei Monti Sibillini (AP)**

Un soggiorno Verde e Blu nell'eccezionale contesto naturalistico del Parco Nazionale dei Monti Sibillini, in cui attività di scoperta degli ambienti naturali e attività sportive Outdoor si alterneranno a laboratori mirati alla realizzazione, durante la settimana, di brevi video a titolo di divertente e indimenticabile documentazione del soggiorno. Il "verde" è quello delle pareti montane, dei pascoli e delle vallate che i partecipanti percorreranno in lungo e largo a piedi e a dorso d'asino seguendo, tra le altre attività, i ritmi stagionali della pastorizia; il "blu" è dato dalle limpide acque del fiume che i ragazzi percorreranno con le emozioni del Rafting, dai torrenti locali e dal cielo che farà da sfondo alle prime arrampicate su roccia. Escursioni a piedi, tiro con l'arco, ma anche bagni e giochi in piscina per rinfrescarsi nelle ore più calde, laboratori di educazione ambientale e di espressività costituiranno gli ingredienti base di una vacanza all'insegna del divertimento e dell'apprendimento. 7 giorni insieme per sviluppare la creatività individuale e di gruppo mediante la realizzazione guidata di un progetto comune, nel rispetto dell'ambiente e con la collaborazione di ognuno.

#### **1. SCHEDE TECNICHE**

**Durata:** 7 giorni dalla mattina della domenica al pomeriggio del sabato

**Età:** 9 -14 anni

- NB: per gruppi precostituiti (CRAL aziendali, Tour operator ecc), le fasce di età potranno essere definite ad hoc in base alle esigenze specifiche

**Partecipanti:** gruppi settimanali di min. 18 – max. 40 partecipanti suddivisi in sottogruppi di età omogenea

**Personale a disposizione dei ragazzi:** 1 animatore o coordinatore ogni 9 ragazzi; istruttori qualificati per le attività di rafting e di arrampicata; guida escursionistica per il trekking con gli asini.

**Date:**

**Turno unico:** da domenica 03 a sabato 09 luglio 2016

Ulteriori date potranno essere concordate su richiesta per gruppi precostituiti di minimo 20 partecipanti

#### **La nostra struttura:**

Il Rifugio Colle Cese è situato in località Forca Canapine (AP), a ben 1485 metri sul livello del mare, a cavallo del confine umbro-marchigiano, in una straordinaria posizione panoramica esposta ai raggi del sole dall'alba al tramonto. Il Rifugio, di proprietà dell'Ente Parco Nazionale dei Monti Sibillini, è una delle 9 tappe dell'anello escursionistico più frequentato del Parco e gode di una vista unica su Monte Vettore, una delle cime più elevate dell'Appennino Centrale.

Il rifugio, posto alla fine di una tranquilla strada di montagna, è circondato da vasti spazi aperti pianeggianti, pascoli sconfinati e splendide faggete. Costituisce inoltre un ottimo punto di partenza della sentieristica del Parco.

Il Rifugio è disposto su tre piani: al primo piano si trovano una capiente sala ristorante, un bar, una sala attività, e la cucina professionale, nelle quale il nostro cuoco ci proporrà i più gustosi piatti tipici della tradizione montanara; al secondo piano si trovano le camere da letto con parquet e letti in legno (tot. complessivo 42 posti letto; ampie stanze da 2-4-6-10 posti letto); ognuna delle camere è provvista di bagni e docce. Dalle stanze si gode una bellissima vista sulla montagna. Il terzo piano ospita il personale di servizio del Rifugio.

Ogni stanza del rifugio è allestita con caratteristici mobili in legno e con comodi letti a castello forniti di sponde di sicurezza, cuscino, piumino d'oca e sacco a pelo, mentre ogni partecipante dovrà essere munito della propria federa.

**Quota individuale di partecipazione:**

7 giorni: **€ 449,00**

**La quota comprende:** Pensione completa (colazione, pranzo, merenda, cena, pernottamento) dal pranzo del primo giorno al pranzo dell'ultimo, assistenza di esperti animatori per l'intera durata del soggiorno, di operatori di educazione ambientale durante lo svolgimento dei laboratori di didattica naturalistica e di istruttori sportivi qualificati durante le attività di rafting e di arrampicata, tutte le attività previste dal programma, attrezzatura da utilizzare durante laboratori ed escursioni (microscopi, binocoli, guide, videocamera digitale...), utilizzo di mini-bus privato riservato al gruppo per gli spostamenti previsti dal programma, assicurazioni RC e polizza medico bagaglio AMI ASSISTANCE, servizio fotografico completo sull'intero soggiorno.

**La quota non comprende:** Il viaggio da e per la sede del soggiorno; gli extra di carattere personale e tutto quanto non espressamente specificato nel programma.

**Viaggi organizzati:** su richiesta in minibus con nostro accompagnatore per il viaggio a/r. Quota pro capite da definire in base al numero dei richiedenti.

## **2. DESCRIZIONE LOCALITA'/ATTIVITA'**

**La località di soggiorno:**

Il territorio del Parco Nazionale dei Monti Sibillini, più di 170.000 ettari aspri e selvaggi, è modellato da fenomeni carsici e glaciali, dove creste calcaree si alternano a vasti pianori e a gole strette e profonde scavate da acque cristalline. I Monti sono circondati da un'atmosfera misteriosa alimentata da antiche leggende. La cornice del Parco si presta alla perfezione alla realizzazione di soggiorni estivi per ragazzi, tra la didattica ambientale e le attività sportive Outdoor che possono essere praticate in tutta sicurezza sotto il controllo di esperti istruttori professionali.

**Le attività proposte:**

✓ **Attività sportive-escursionistiche:**

esplorazione del Parco Nazionale dei Monti Sibillini, passeggiando nelle fresche faggete della Val Castoriana; **trekking di una giornata intera con asini**, per ripercorrere le antiche mulattiere che collegavano borghi e villaggi; **discesa in rafting** per vivere in tutta sicurezza le emozioni delle rapide del fiume Corno; **iniziazione alla arrampicata su parete naturale attrezzata o percorsi attrezzati su alberi con esperti istruttori**; primi rudimenti delle tecniche del  **tiro con l'arco**  con torneo finale; **bagni in piscina** per rinfrescare le giornate più calde della settimana.

✓ **Attività didattiche naturalistiche:** **laboratorio sulle tracce degli animali**, per imparare a fare un calco di gesso dell'impronta di un mammifero; **laboratorio sulla flora** del parco, con la realizzazione di un erbario fotografico; campionamento di materiale durante le diverse escursioni e fotografie al microscopio binoculare; **lettura delle stelle** e della volta celeste.

✓ **Laboratori sull'espressività:** Durante il soggiorno alcuni momenti saranno dedicati all'utilizzo divertente di **varie tecniche artigianali** ed espressive con diversi materiali: dalla **lavorazione del rame** a sbalzo al **Cernit**, dalle **foto digitali** alla realizzazione di **frammenti Video** per riportare a casa piccoli manufatti e grandi ricordi.

✓ **E inoltre:** giochi di strategia a squadre, passeggiata notturna, grigliate attorno al fuoco, serata video, animazioni serali. Durante il soggiorno lo staff HELIOS realizza un servizio foto e video riservato con la partecipazione attiva dei ragazzi a titolo di ricordo e documentazione della vacanza. Il servizio fotografico viene successivamente reso accessibile sul sito [www.heliosviaggi.it](http://www.heliosviaggi.it) al termine del soggiorno attraverso accesso protetto da password.

### **Giornata Tipo:**

**ore 08.00:** sveglia, colazione e riordino spazi comuni

**ore 09.30:** laboratorio naturalistico e laboratorio espressività divisi in squadre

**ore 11.00:** attività sportiva outdoor

**ore 12.30:** pranzo e riposo

**ore 15.00:** attività sportiva- escursionistica o bagni in piscina

**ore 16.30:** merenda

**ore 18.30:** docce e tempo libero

**ore 19.45:** cena

**ore 20.30:** animazione serale

### **Programma settimanale di massima:**

*\* Il Programma può subire variazioni in base a condizioni meteo, omogeneità dei gruppi ecc.*

- domenica:** arrivi in mattinata - assegnazione stanze e sistemazione  
Trekking alla scoperta del Parco – gioco di socializzazione -  
animazione serale
- lunedì:** lab. espressività – tiro con l'arco  
iniziazione arrampicata su parete naturale – animazione serale
- martedì:** escursione in faggeta e lab. flora del parco –  
pomeriggio in piscina – passeggiata notturna
- mercoledì:** Rafting su torrente con istruttori federali  
– lab naturalistico – animazione serale – lettura delle stelle
- giovedì:** Lab. espressività – giochi di strategia a squadre sul territorio -  
grigliata e serata attorno al fuoco
- venerdì:** Escursione a dorso d'asino  
pomeriggio in piscina – proiezione video della settimana
- sabato:** Tiro con l'arco – lab. tracce animali  
partenze nel pomeriggio

### **3. INFORMAZIONI IMPORTANTI**

**Arrivi e partenze:** arrivo al rifugio la domenica tra le 10:00 e le 11:00; partenza il sabato tra le 14.00 e le 15.00.

#### **Indicazioni per arrivare al campo:**

Rifugio di Colle le Cese: Il Rifugio è situato a Forca Canapine (AP) tra Norcia e Arquata del Tronto. **Per arrivare:** venendo da Roma, percorrere la strada Salaria in direzione Ascoli, superare Accumuli e Grisciano e svoltare a sinistra in direzione Capo d'Acqua - Forca Canapine. Venendo dall'Umbria, raggiungere Norcia e proseguire in direzione Arquata del Tronto. Venendo dall'Adriatico: uscire dall'A14 ad Ascoli Piceno e imboccare la SS4 Salaria in direzione Roma, superare Arquata del Tronto e svoltare a destra verso Capo d'Acqua - Forca Canapine.

**Documenti da consegnare in busta all'arrivo:** all'arrivo, i genitori dovranno consegnare agli organizzatori:

- la fotocopia del libretto sanitario e la "scheda sanitaria" compilata e firmata dal medico curante del partecipante
- i soldi che il bambino potrà spendere durante il soggiorno

**Elenco materiale, attrezzatura e corredo:** un paio di jeans, magliette, felpa, un maglione caldo, giacca a vento estiva, biancheria intima necessaria per la settimana, pigiama, tuta da ginnastica, una federa, asciugamano da bagno, telo da piscina, un paio di scarpe da ginnastica, un paio di scarpe di gomma da mare, cappellino per il sole, costume da bagno, K-way, trousse da bagno, crema solare, lozione o stick contro le zanzare, sacchetto di tessuto per la biancheria sporca. E' consigliabile marcare in modo riconoscibile gli indumenti.

**Spese extra durante il soggiorno:** Tutte le attività in programma sono incluse nella quota. I ragazzi possono portare con loro una piccola somma di denaro (al massimo 15-20 €) da spendere al bar del rifugio o della Piscina.

**Telefonate:** Orari e numeri di telefono per parlare con i ragazzi verranno comunicati prima dell'inizio del soggiorno. Comunicazioni urgenti con i responsabili durante l'intero soggiorno: Lorenzo Maire Vigueur 338-8156399, Stefano Jannello 339-3633281. Nell'interesse dell'atmosfera generale le telefonate dovrebbero essere limitate al minimo indispensabile.

**Assistenza sanitaria:** Il pronto soccorso più vicino al campo è quello di Norcia, raggiungibile in 15-20 minuti di automobile.

#### **4. INFORMAZIONI AGGIUNTIVE**

**Profilo personale: Coordinatori dei laboratori di educazione ambientale:** laureati in biologia e scienze naturali con diversi anni di esperienza nel settore della didattica ambientale e naturalistica per bambini e ragazzi. **Coordinatori di espressività:** laureati in scienze dell'educazione, esperti nella programmazione di attività didattiche extra-scolastiche. **Animatori:** gli animatori che seguiranno i ragazzi durante il soggiorno sono selezionati e appositamente formati dalla nostra stessa organizzazione: presentano tutti una consolidata esperienza lavorativa nel settore dell'animazione e della formazione di bambini e ragazzi.

Didattica, attrezzatura e assistenza di personale qualificato durante l'escursione in rafting su torrente vengono forniti dal locale **Centro Rafting Fiume Corno**, nel rispetto della normativa in vigore sulla sicurezza.

Attrezzatura e assistenza di personale qualificato durante l'attività di arrampicata vengono forniti dal locale **Staff di Istruttori**, nel rispetto della normativa in vigore sulla sicurezza.

#### **Menù tipo – composizione pasti:**

**Colazione** al tavolo con brioche o fette biscottate e marmellata o pane e nutella. Bevande a scelta tra

latte, latte e cacao, caffelatte, tè.

**Pranzo** caldo al tavolo composto da primo, secondo, contorno, pane, frutta o dolce o gelato. Acqua minerale

**Pranzo** al sacco durante le escursioni.

**Merenda** con torta o merendina e succo di frutta o tè freddo.

**Cena** fredda composta da primo, secondo, contorno, pane e frutta o dolce o gelato. Acqua minerale.

**Grigliata** attorno al fuoco a fine soggiorno

**Assicurazioni:**

HELIOSviaggi S.n.c. è coperta da assicurazione per responsabilità civile professionale per l'organizzazione e vendita di pacchetti turistici con un massimale unico di 2.066.000,00 euro. La polizza RC n°81668810 è stipulata con la UNIPOL assicurazioni agenzia n° 30597.

Ogni partecipante è inoltre coperto da un pacchetto assicurativo completo di garanzie sull'assistenza alla persona (consulenza medica telefonica tramite centrale operativa 24h/24, invio di un medico in Italia in casi di urgenza, segnalazione di un medico specialista all'estero, trasporto sanitario organizzato, rientro del convalescente, prolungamento del soggiorno, rientro anticipato, spese telefoniche, spese di soccorso, ricerca e recupero), assicurazione sul bagaglio (furto, rapina, scippo, smarrimento o ritardo di oltre 12 ore da parte del vettore, spese di rifacimento documenti personali) e rimborso spese mediche (con pagamento diretto in loco in caso di ricovero ospedaliero, massimali di 600 euro in Italia e 5.000 euro in Europa, franchigia 50 euro). Il pacchetto assicurativo è stipulato con AMI ASSISTANCE gruppo Filo Diretto Assicurazioni, polizza 6001002781/H. Le condizioni dettagliate della polizza sono descritte nel fascicolo AMITOUR Mod 6001-001 scaricabile alla pagina <http://www.heliosragazzi.it/condizioni-e-assicurazioni>

**Informazioni ed iscrizioni chiamando il nostro numero verde dal lunedì al venerdì dalle 09.00 alle 18.00**

