

Allegato B

RAGAZZINSIEME 2019

MODULO PROPOSTA SOGGIORNO

Comitato Territoriale UISP di/Associazione/Ente:

Società Sportiva Dilettantistica GINNASTICA SPORT SERVIZI rl
In collaborazione con Gsd Valli Zeri e Asd Zeri sci

Titolo Soggiorno:

ZERI, UNA MONTAGNA DI SPORT: ambiente, cultura, sport e tradizioni.

Illustrazione BREVE dell'esperienza didattico educativa(didattico-educativa, sportiva motorio-ricreativa, conoscenza del territorio da un punto di vista museale-agricolo-ambientale, ecc):

Zeri è un territorio montano ricco di opportunità ambientali, culturali e della tradizione. Obiettivo è la conoscenza della montagna, la sua tutela, il rispetto dell'ambiente e la conoscenza delle tradizioni. Gite ed attività ludico motorie nei boschi, prati e cime montane per conoscere il territorio, i suoi frutti e i pericoli da prevenire. Attività sportiva negli impianti comunali in sinergia con le attività e i coetani del territorio. Visita in aziende agricole e dell'allevamento.

Illustrazione DETTAGLIATA dell'esperienza didattico educativa(didattico-educativa, sportiva motorio-ricreativa, conoscenza del territorio da un punto di vista museale-agricolo-ambientale, ecc):

Il programma di attività prevede, tra le tante opportunità possibili:

Gita su Monte Spiaggi (1500 mt. Slm) con picnic sul prato. Dalla cima del monte, in condizioni meteo adeguate, è visibile un vasto territorio regionale in particolare La Lunigiana, le Apuane, la Versilia e le isole dell'arcipelago Toscano. E' l'occasione per proporre ai giovani partecipanti una conoscenza del territorio particolare forse unica del suo genere. Durante la passeggiata incontreremo i cippi confinanti del Gran Ducato di Toscana con quello di Parma. La presenza dei "CIPPI" consentirà di far conoscere un periodo di storia importante per la nostra Regione che va dal periodo Napoleonico alla restaurazione successiva al trattato di Vienna (i cippi riportano quella data) all'unità d'Italia. Al termine della gita si incontra al passo dei 2 santi un monumento dedicato ai caduti della Resistenza e sarà occasione per alcuni cenni alle battaglie svolte negli anni 1944 e 45, ai rastrellamenti nazifascisti che quei territori hanno subito (Battaglia del Gottero) e all'utilizzo delle casermette del Regio Corpo Forestale che si trasformarono in Ospedale da Campo .

Gita su Monte Fabei, vicino ai 3 Confini (Toscana, Liguria e Emilia) percorrendo le piste da sci con guida ambientale per conoscere le tipologie delle piante (dal Castagno al Faggio), la flora e la fauna presente.

Giornata di Sport presso l'impianto sportivo del Villaggio Aracci g.c. con tornei di Pallavolo, Basket e Calciotto che saranno organizzati in base alla presenza e alle attitudini dei ragazzi. Gara di pesca nel lago degli Aracci.

Dal 24 Giugno a 7 Luglio presso il Palazum è posizionato un tatami. Durante quel periodo presenteremo alcune discipline delle arti marziali e judo.

Visita ad aziende agricole del territorio in particolare legate all'allevamento tipico della pecora e ai caseifici per il ciclo della produzione del formaggio.

Gita al Passo del Rastrello al monumento alla Resistenza e alla grande pineta. Lancio di aquiloni nel grande prato.

Visita alle Pale eoliche e alla piccola centrale idroelettrica con informazioni sul risparmio energetico e sulle energie rinnovabili.

Visita dei borghi storici del Costè a Coloretta, di Noce, Patigno, Castello e Piagna di Rossano con merenda a base di miele dop della Lunigiana, marmellate e torte del territorio.

Giornata nell'area giochi comunali con piccola piscina e giochi vari (adatta solo per bambini sino a 10 anni).

Passeggiata sui sentieri con Bike (max 10 utenti).

Corso di presentazione propedeutico alla conoscenza dei funghi e dei frutti del sottobosco (fragole, mirtilli, lamponi e prugnoli).

Corso sulla panificazione con forno a legna.

Le iniziative in programma consentiranno ai giovani partecipanti, oltre allo svolgimento di attività motorie, di conoscere il territorio, le sue tradizioni, le ricchezze di un ambiente incontaminato e l'attività agricola e forestale importante per l'economia di tutto il territorio.

Tutto coerentemente con gli obiettivi del progetto quali la pratica sportiva nell'ambito dei valori della carta etica dello Sport della Regione Toscana, valorizzando i prodotti locali con menù che rispondono alla piramide alimentare della Regione Toscana. Educando e spiegando le cause del divieto del fumo, uso di bevande alcoliche, abuso di prodotti e bevande non adeguate alla salute fisica del giovane, sensibilizzandoli ad un uso corretto della telefonia e di internet.

E' auspicabile ampliare e ulteriormente qualificare il programma di attività in collaborazione con l'UISP Regionale Toscano e il comitato zonale locale.

Periodo soggiorno:

1° turno da Domenica 23 Giugno a Sabato 29 Giugno;

2° turno da Domenica 30 Giugno a Sabato 6 Luglio;

3° turno da Domenica 21 Luglio a Sabato 27 Luglio;

4° turno da Domenica 28 Luglio a Sabato 3 Agosto

5° turno da Domenica 18 Agosto a Sabato 24 Agosto

6° turno da Domenica 25 Agosto a Sabato 31 Agosto

7° turno da Domenica 1 Settembre a Sabato 7 Settembre

Luogo/struttura di svolgimento dell'esperienza:

ZUM ZERI (Zeri – Ms) – Albergo Gran Baita Lunigiana

Fascia d'età dei partecipanti (indicare ciascun anno di nascita – max una fascia di 4 anni):

GRUPPO A: nati dal 2010 al 2013

GRUPPO B: nati dal 2006 al 2009

GRUPPO C: nati dal 2002 al 2005

Numero ragazzi/e:

Numero minimo: 7 per gruppo

Numero massimo: 25 per gruppo

Rapporto operatori/ragazzi:

un operatore ogni 7 ragazzi a cui aggiungere

1 responsabile di soggiorno e 1 responsabile di struttura

Referente Soggiorno:*Referente:**Nome e Cognome: MAURIZIO VIAGGI**Tel.**Cell. 334.7190672**Mail: info@zumzeri.eu*

Costo lordo soggiorno a ragazzo/a omnicomprensivo (tutte le attività, pernottamenti, pasti, tessera UISP, etc.)dividere secondo le presenti voci di spesa:

Causale	importo
Vito e Alloggio 7 gg e 6 notti	€ 200
Operatori su base 10 ragazzi	€ 35
Materiale	€ 15
tesseramento e assicurazione	€ 25
trasferimenti	€ 20
Escursioni e visite	€ 30
Organizzazione	€ 25
Altro (specificare)	€ 0
totale	€ 350

Attività sportiva o motorio-ricreativa praticata in prevalenza:

Località Zum Zeri
Area Sportiva località Villaggio Aracci
Parco Giochi Patigno di Zeri
Aree boschive e prati di Zeri

Menù tipo (privilegiando i prodotti locali, il consumo giornaliero di frutta e verdura, seguendo le indicazioni della Piramide Alimentare Toscana):

Colazione:

latte, biscotti e pane prodotto locale, marmellate e miele locale, dolci, succhi di frutta;

Pranzo e Cena:

Pasta al pomodoro, ragù, pesto;
Ravioli fatti in casa;
Testaroli
Bracioline, agnello al forno, arrosto di manzo;
Insalate, verdure cotte, patate arrosto;
torte di verdura
frutta fresca di stagione
acqua

Merenda:

Pane, miele, marmellate, frutta, bevande non gasate

Attività proposte per la sensibilizzazione dei ragazzi/e partecipanti e istruttori coinvolti sul corretto uso della telefonia cellulare, anche tramite la diffusione di eventuale materiale informativo fornito dalla Regione Toscana e/o da UISP Toscana;

Una iniziativa informativa all'inizio del soggiorno dove informare i ragazzi su un corretto uso della telefonia cellulare e di internet. Concordare con loro fasce orarie per comunicare con la famiglia evitando un utilizzo costante del cellulare che preferibilmente potrebbe essere lasciato in camera. Alle famiglie sarà fornito un numero telefonico di servizio a disposizione degli operatori per comunicare in caso di bisogno.
Distribuzione del materiale informativo fornito dalla Regione o dall'UISP.

Attività proposte per la sensibilizzazione dei ragazzi/e partecipanti e istruttori coinvolti, sui rischi legati all'eccessiva esposizione a radiazioni UV anche tramite la diffusione di eventuale materiale informativo fornito dalla Regione Toscana e/o da UISP Toscana:

Informativa all'inizio del soggiorno sui rischi legati all'eccessiva esposizione a radiazioni UV e distribuzione di eventuale materiale informativo.

Attività proposte per il coinvolgimento delle famiglie dei ragazzi nelle fasi di accoglienza e dei saluti:

Fase di accoglienza:

Il soggiorno ha inizio con la cena della Domenica, durante tutto il giorno sarà operativo il Desk dell'accoglienza alla presenza di tutti gli operatori.

Ragazzi e famiglie potranno eventualmente pranzare presso le strutture a prezzi convenzionati.

A tutti i genitori saranno forniti i recapiti telefonici della struttura ospitante e degli operatori;

Ai ragazzi saranno assegnate le rispettive camere dotate di comodini e armadi ad uso personale;

Le camere sono normalmente doppie, in casi particolari potranno essere sino al massimo di quadruple.

Alle ore 16.00 è previsto un incontro informativo aperto a tutti i partecipanti e le loro famiglie per presentare il programma di attività, fornire tutte le informazioni utili per il soggiorno;

presentare gli operatori e i ragazzi partecipanti;

Sensibilizzare i ragazzi su un corretto uso della telefonia e nell'evitare l'eccesso di esposizione ai raggi UV.

Fase dei saluti:

Il termine del soggiorno è previsto nella giornata di Sabato, in modo che i ragazzi e le famiglie possano rientrare comodamente alle proprie abitazioni ed avere la giornata di domenica a loro disposizione.

Per il pranzo organizzeremo una grande grigliata nell'area picnic con carne del territorio, cottura dell'agnello sui testi tradizionale e preparazione dei testaroli/panigacci direttamente sul posto.

Al termine consegneremo a tutti i partecipanti attestato di partecipazione e naturalmente l'invito a tornare a fare visita a Zeri e alla bella montagna Toscana.

Questo consente alla nostra organizzazione e agli operatori di intervenire sulla struttura, sistemando le camere per ospitare gli ospiti dei successivi soggiorni.

Materiali e abbigliamento consigliato ai partecipanti per la partecipazione all'esperienza/soggiorno

Scarpe o scarponcini adatti per passeggiate nei boschi e sentieri. Tute sportive o abbigliamento adeguato per le attività in programma. Scarpe per attività e tornei sportivi. K-way per proteggersi da temporali. Alla sera sono possibili escursioni termiche è meglio avere dei maglioni caldi.

Programma dettagliato

1° giorno:

Domenica

Incontro con partecipanti e loro famiglie a cui saranno forniti i recapiti telefonici della struttura ospitante e degli operatori;

Ai ragazzi saranno assegnate le rispettive camere dotate di comodini e armadi ad uso personale;

Alle ore 16.00 è previsto un incontro informativo aperto a tutti i partecipanti e le loro famiglie per presentare il programma di attività, fornire tutte le informazioni utili per il soggiorno;

presentare gli operatori e i ragazzi partecipanti;

Sensibilizzare i ragazzi su un corretto uso della telefonia e nell'evitare l'eccesso di esposizione ai raggi UV.

Ore 20.00 - Cena

Ore 21.00 - Accensione del falò fuori dalla struttura che sarà alimentato per tutto il soggiorno;
Ore 22.30 – Ritiro nelle camere

2° giorno:

Lunedì

Ore 7.30 – Sveglia

Ore 8.00 – Colazione

Ore 9.30 - Gita su Monte Fabei, vicino ai 3 Confini (Toscana, Liguria e Emilia) percorrendo le piste da sci con guida ambientale per conoscere le tipologie delle piante (dal Castagno al Faggio), la flora e la fauna presente.

Informativa propedeutica alla conoscenza dei funghi e dei frutti del sottobosco se non presenti nel bosco in qual periodo;

Pranzo in vetta

Ore 16.30 – Rientro in Albergo, relax in sala giochi (Ping Pong, Biliardino e giochi di gruppo)

Ore 20.00 – Cena

Ore 21.00 – Dal Piazzale di Zum Zeri vista della Versilia illuminata;

Ore 21.30 – Canzoni intorno al falò.

3° giorno:

Martedì

Ore 7.30 – Sveglia

Ore 8.00 – Colazione

Ore 9.30 – Visita alle Pale eoliche in località Monte Colombo e alla piccola centrale idroelettrica sottostante con informazioni sul risparmio energetico e sulle energie rinnovabili da parte di esperti

Ore 12.30 – Pranzo nell'area Picnic vicino al tipico villaggio "Formentara" attualmente disabitato ma un tempo luogo di transumanza estiva degli allevatori

Ore 15.00 – Nel rientro in albergo breve sosta presso il Villaggio degli Aracci per conoscere impianti sportivi e il lago

Ore 16.30 – Merenda tipica locale, a seguire Relax in sala giochi o sul prato antistante alla struttura

Ore 20.00 – Cena

Ore 21.00 – Al falò programma attività sportiva per la giornata successiva;

4° giorno:

Mercoledì

Ore 7.30 – Sveglia

Ore 8.00 – Colazione

Ore 9.30 – Giornata di Sport presso l'impianto sportivo del Villaggio Aracci g.c. con tornei di Pallavolo, Basket e Calcetto che saranno organizzati in base alla presenza e alle attitudini dei ragazzi. Gara di pesca nel lago degli Aracci. Barbecue.

Nell'occasione un attivo coinvolgimento dei coetanei del territorio grazie anche alla collaborazione delle associazioni sportive.

Ore 16.30 – Merenda per tutti i partecipanti e medaglia di partecipazione.

Ore 20.00 – Cena

Ore 21.00 – incontro davanti al falò

5° giorno:

Giovedì

Ore 7.30 – Sveglia

Ore 8.00 – Colazione

Ore 9.30 – Visita ad aziende agricole del territorio in particolare legate all'allevamento tipico della pecora e ai caseifici per il ciclo della produzione del formaggio.

Ore 13.00 – Pranzo presso la locanda a "Km Zeri" a base di prodotti locali

Ore 15.00 – Visita del Borgo storico di Patigno e Noce
Ore 16.30 – Merenda presso la locanda a “Km Zeri” a base di prodotti locali
Ore 20.00 – Cena
Ore 21.00 – Visione del cielo stellato, indicazione sulle stelle principali

6° giorno:

Venerdì

Ore 7.30 – Sveglia
Ore 8.00 – Colazione
Ore 9.30 – Gita su Monte Spiaggi (1500 mt. Slm) con picnic sul prato. Dalla cima del monte, in condizioni meteo adeguate, è visibile un vasto territorio regionale in particolare La Lunigiana, le Apuane, la Versilia e le isole dell’arcipelago Toscano. E’ l’occasione per proporre ai giovani partecipanti una conoscenza del territorio particolare forse unica del suo genere. Durante la passeggiata incontreremo i cippi confinanti del Gran Ducato di Toscana con quello di Parma. La presenza dei “CIPPI” consentirà di far conoscere un periodo di storia importante per la nostra Regione che va dal periodo Napoleonico alla restaurazione successiva al trattato di Vienna (i cippi riportano quella data) all’unità d’Italia. Al termine della gita si incontra al passo dei 2 santi un monumento dedicato ai caduti della Resistenza e sarà occasione per alcuni cenni alle battaglie svolte negli anni 1944 e 45, ai rastrellamenti nazifascisti che quei territori hanno subito (Battaglia del Gottero) e all’utilizzo delle casermette del Regio Corpo Forestale che si trasformarono in Ospedale da Campo.
Ore 18.00 - rientro in albergo, relax
Ore 20.00 – Pizzata di salute
Ore 21.00 – Dolce e gelato davanti al falò

7° giorno:

Sabato

Ore 7.30 – Sveglia
Ore 8.00 – Colazione
Ore 9.30 – Preparazione dell’attività di Salute
Ore 10.30 – coinvolgendo i genitori, impastiamo e prepariamo il pane fatto da noi.
Per il pranzo organizzeremo una grande grigliata nell’area picnic con carne del territorio, cottura dell’agnello sui testi tradizionale e preparazione dei testaroli/panigacci direttamente sul posto.
Al termine consegneremo a tutti i partecipanti attestato di partecipazione e naturalmente l’invito a tornare a fare visita a Zeri e alla bella montagna Toscana.

Tutte le sere intorno al falò compileremo il “Diario di Bordo” e ci scambieremo le fotografie su un file multimediale che diventerà un Book fotografico del soggiorno.

Il programma potrebbe subire variazioni in base alle condizioni metereologiche.

La struttura è dotata di una grande area coperta, il Palazum che ci consentirebbe di svolgere comunque alcune attività anche in caso di pioggia.

Nei soggiorni successivi sostituiremo alcune giornate con la visita di altri borghi come quello del Costè di Coloretta, di Castello o di Piagna di Rossano;

Alcune trasferte saranno effettuate utilizzando mezzi di trasporto messi a disposizione dal Comune di Zeri o con mezzi pubblici locali.