

RIFUGIO GUIDO DONEGANI

MISSIONE ALPI APUANE: UNA SETTIMANA DI AVVENTURE

-SOGGIORNO ESTIVO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE-

16 - 22 Giugno 2024
età 8-11 anni

Sistemazione

Rifugio Guido Donegani - Località Orto di Donna - 55024 Minucciano

Tipologia

Soggiorno estivo residenziale con Guide Ambientali Escursionistiche/Guide Parco Alpi Apuane, Guida Turistica, Guida Alpina (intervento di una giornata)

Trattamento

Pernottamento in rifugio con pensione completa, escursioni in ambiente, laboratori di educazione ambientale, arrampicata, attività di animazione

I luoghi

Ci troviamo nella parte settentrionale delle Alpi Apuane, nella suggestiva vallata di Orto di Donna contornata dalle maggiori vette di questa catena montuosa, la cui disposizione ricorda un vero e proprio anfiteatro: il Monte Pisanino, il Monte Cavallo, il Monte Contrario, il Monte Grondilice ed il Pizzo d'Uccello. Qua è possibile ammirare la varietà dei paesaggi che caratterizzano queste montagne uniche al mondo: da un lato la natura calcarea del substrato roccioso con le sue forme derivanti dal modellamento carsico e la presenza delle cave di marmo; dall'altro, la formazione silicea con brughiere d'altitudine. Questo fa sì che la valle, ricca di emergenze geologiche, diventi meta sia degli amanti della montagna che degli esperti del settore.

Tematica generale

L'educazione ambientale e la sostenibilità sono i temi portanti di questo soggiorno, consapevoli che la conoscenza del territorio è il punto di partenza per il suo rispetto, per sentirsi parte di una comunità ed essere un domani adulti consapevoli, attori e promotori di un cambiamento delle coscienze che vedano non più l'ambiente come un qualcosa da sfruttare e piegare ai desideri dell'uomo, ma un vero e proprio patrimonio da salvaguardare e tutelare per le generazioni future.

Trasmettere tutto questo a dei bambini in modo che da adulti diventino veri e propri protagonisti di un cambiamento richiede un approccio specifico. E allora subentra l'esperienza diretta: pernottare in rifugio, esplorare camminando, fare sport a contatto con la natura (arrampicata), mangiare prodotti del territorio, imparare il rispetto per la natura.

L'esperienza del soggiorno residenziale è ideale per favorire l'aggregazione, la relazione e la comunicazione tra i bambini e le persone con le quali vengono a contatto. Durante il soggiorno infatti ci si confronta, si gioca, si coopera e si compete, vivendo esperienze che in questi ultimi anni i bambini non hanno potuto più sperimentare.

Le Alpi Apuane sono montagne speciali in cui natura e cultura si incontrano. Numerosi sono infatti gli endemismi, i geositi di rilevante interesse scientifico, eccezionale la particolare morfologia di molti versanti e aree di queste montagne, per non parlare poi dei fenomeni carsici che interessano tutta l'area. Le Apuane sono un luogo plasmato non solo dalla natura ma anche dall'uomo che per secoli ha cercato di dominare questa terra di passaggio e confine: le cave di marmo, i terrazzamenti, i borghi fortificati, le pievi, i castelli e le antiche vie di comunicazione e pellegrinaggio. Tutte queste particolarità costituiscono un ricco patrimonio culturale che andremo a scoprire attraverso l'esperienza diretta: esploreremo camminando, visiteremo i luoghi che hanno fatto la storia, conosceremo le tradizioni e i prodotti che costituiscono l'identità di questo territorio.

Le attività:

I ragazzi verranno coinvolti in numerose attività, organizzate e seguite dalle Guide del soggiorno. Numerosi i giochi di scoperta attiva in ambiente, la caccia alla biodiversità, alla geodiversità; i giochi di ruolo: i ragazzi diventano guide per un giorno, fotografi, geologi, botanici e naturalisti. Proporranno laboratori creativi con materiali naturali e didattici sui semi e sui cambiamenti climatici.

Obiettivi

- Favorire lo sviluppo di qualità personali quali l'autonomia, il senso di responsabilità, lo spirito di iniziativa, di adattamento, la collaborazione e la solidarietà.
- Creare un gruppo unito dove ognuno rispetta l'altro e dove ognuno possa far emergere se stesso e le proprie capacità.
- Vivere una settimana dove il rapporto umano rappresenta l'elemento fondamentale, lontano da televisori, videogames e telefonini.
- Apprendere divertendosi.
- Conoscere l'ambiente.
- Favorire lo sviluppo di atteggiamenti rispettosi dell'ambiente.
- Favorire lo sviluppo di un senso critico.
- Imparare a confrontarsi e a rispettare le idee degli altri.
- Conoscere le Alpi Apuane e l'ambiente montano.
- Comprendere il significato e il ruolo delle Aree Naturali Protette.
- Imparare a muoversi in ambiente in sicurezza.
- Conoscere le proprie capacità ed i propri limiti quando ci si muove in ambiente, accrescendo la propria autostima.
- Conoscere le risorse naturali presenti nell'area del Parco in modo da saperle utilizzare in modo sostenibile.

PROGRAMMA DELLE GIORNATE

DOMENICA 16 GIUGNO: BENVENUTI NEL PARCO!

L'arrivo dei ragazzi, accompagnati dai genitori è previsto nella tarda mattinata. Dopo i saluti, la sistemazione nelle camere e il pranzo. A seguire, una breve escursione per conoscere il territorio ed osservare l'ambiente, usufruendo del percorso accessibile in Val Serenaia in cui vengono descritte le principali emergenze naturalistiche della Valle. Qui i ragazzi verranno coinvolti in giochi di conoscenza, di creazione del gruppo e giochi di orientamento per scoprire i luoghi in cui per una settimana si dovranno muovere. Dopo la cena iniziamo a progettare i cartelloni con i quali andremo a rappresentare le avventure, le emozioni, le scoperte che ogni giorno vivremo insieme. I ragazzi illustreranno queste creazioni ai genitori il giorno della partenza.



LUNEDI' 17 GIUGNO: PER FARE UN ALBERO CI VUOLE UN SEME!

Dopo la colazione partiremo per una grande avventura! Camminando nel bosco verso la Foce di Cardeto avremo modo di osservare direttamente la varietà degli ambienti apuani: la faggeta, il bosco misto e la prateria. Durante il percorso i bambini osserveranno e raccoglieranno diversi campioni di semi e foglie. Pranzo al sacco. Al rientro, i campioni raccolti verranno analizzati in un laboratorio dedicato alla conoscenza dei semi e della loro funzione in natura. Infine manipoleremo l'argilla per dare sfogo alla nostra creatività utilizzando gli elementi naturali raccolti nel bosco.

Cena in rifugio, lettura di fiabe legate al bosco e ai suoi abitanti e creazione del cartellone sulle attività svolte in giornata.



MARTEDI' 18 GIUGNO: SCOPRIAMO IL FIUME E I SUOI ABITANTI

Dopo la colazione, scenderemo a valle fino alla località Foce Rifogliola dove ci inoltreremo in un bellissimo castagneto con esemplari secolari per raggiungere il paese di Gramolazzo.

Lungo il sentiero saremo accompagnati dalla presenza delle acque del Serchio: un'occasione per comprendere che il fiume è un insieme di diversi ecosistemi. Dalla sorgente alla foce, con la variazione delle sue caratteristiche, si assiste ad una continua trasformazione degli ambienti e delle popolazioni biologiche. Attraverso un laboratorio che faremo sulle rive del fiume, i bambini scopriranno tutti gli esseri viventi che abitano questo ambiente: piante, alghe, animali grandi e piccoli. Potremo così evidenziare come gli ecosistemi acquatici e le molte specie che lo popolano siano fondamentali per la conservazione della biodiversità e comprendere l'importanza di tutelare il fiume come risorsa idrica.

Arriveremo poi a Gramolazzo dove incontreremo un'altro ecosistema: il lago. Pranzo al sacco. Dopo aver rinfrescato i nostri piedi nell'acqua e aver gustato un buon gelato artigianale riprenderemo il sentiero per tornare al rifugio. Cena e giochi sotto le stelle. Creazione del cartellone sulle attività svolte in giornata.



MERCOLEDI' 19 GIUGNO: ARTISTI GREEN PER UN GIORNO!

Dopo la colazione, breve passeggiata per raccogliere i materiali naturali che ci serviranno per creare le nostre opere d'arte green. Dai frutti, dalle foglie, dai fiori e dalla terra estrarremo stupende e colorate tinte per dipingere i nostri disegni. Pranzo al sacco.

Nel pomeriggio, affronteremo il tema dei cambiamenti climatici e attraverso semplici esperimenti scopriremo perché è grazie all'effetto serra naturale che possiamo vivere sulla Terra e come mai siamo proprio noi i principali responsabili del riscaldamento climatico.

Rientro al rifugio. Cena e giochi sotto le stelle. Creazione del cartellone sulle attività svolte in giornata.



GIOVEDI' 20 GIUGNO: LE APUANE E IL MARMO

Le Alpi Apuane che vediamo oggi sono il risultato del modellamento da parte dei fenomeni naturali che da milioni di anni agiscono su di esse. Non solo la natura ma anche il lavoro dell'uomo ha contribuito a modificare il loro aspetto attraverso l'estrazione del marmo.

Dopo la colazione, visione di un filmato storico sul lavoro nelle cave di marmo nel dopoguerra. Partiremo poi per l'escursione fino a Foce di Giovo. Pranzo al sacco. Durante il rientro potremo vedere una cava attiva per confrontare direttamente le diverse tecniche estrattive e l'impatto ambientale che ne deriva. Rientro in rifugio, tavola rotonda per confrontare le varie impressioni dei ragazzi su quanto osservato durante la giornata. Cena e giochi sotto le stelle. Creazione del cartellone sulle attività svolte in giornata.



VENERDI' 21 GIUGNO: CLIMBERS PER UN GIORNO!

Dopo la colazione, incontro con la Guida Alpina Giampaolo e prove di arrampicata sulla piccola palestra di roccia attrezzata nelle vicinanze del rifugio. L'arrampicata è infatti uno sport che da un lato allena equilibrio, coordinazione del movimento e insegna ad avere fiducia in se stessi, dall'altro sostiene la conoscenza e il rispetto per l'ambiente. Pranzo al sacco. Pomeriggio dedicato a giochi e attività ludico-didattiche in natura.

Cena e passeggiata nel bosco sotto le stelle. Creazione del cartellone sulle attività svolte in giornata.



SABATO 22 GIUGNO: VI RACCONTIAMO LA NOSTRA AVVENTURA

Colazione, sistemazione delle camere e preparazione dei bagagli. Poi una breve passeggiata e aspettiamo l'arrivo dei genitori per illustrare loro i nostri cartelloni e raccontargli le attività svolte durante il soggiorno. Pranzo finale tutti assieme con menù tipico.

Gli operatori

Milani Eleonora - Guida del Parco delle Alpi Apuane

Biancardi Alessandra - Guida Ambientale Escursionistica e Guida Turistica

DESCRIZIONE DELLA STRUTTURA

Il rifugio Guido Donegani è una struttura moderna che soddisfa sia l'esigenza dell'alpinista o trekker abituato a viaggiare con lo zaino in spalla sia chi ama la montagna con qualche confort in più. Il rifugio è raggiungibile sia con auto che in pullman. La struttura, disposta su due piani, è così organizzata:

- al piano terra il bar, due sale da pranzo e i bagni pubblici.
- Il piano superiore invece è adibito a zona notte.

La zona notte offre la classica sistemazione da rifugio con un camerone con 5 letti a castello, due cameroni con 3 letti a castello e un camera con 2 letti a castello. Sono presenti anche 6 camere con letto matrimoniale più letto a castello e bagno privato (servizi igienici e doccia) per un totale di 52 posti letto. Le camerate hanno a disposizione un bagno comune al piano con 4 docce e 4 servizi igienici.

La cucina offre cibi genuini, a km zero e presidi slowfood, perchè dopo aver faticato, gli occhi sono pieni di splendidi panorami, ma lo stomaco no. Tordelli, maccheroni, farrotti, cacciagione, arrostiti e grigliate, e trote, sono solo alcuni esempi.



ESEMPIO DI MENU':

1° giorno

Pranzo: pasta casereccia al pomodoro - spiedino con verdure al forno - tortina donegani

Merenda: frutta fresca

Cena: pasta alle melanzane - polenta incagiata - crostata di marmellata

2° giorno

Colazione: Pane - marmellata - miele - fette biscottate - tè - latte e cioccolato caldo

Pranzo: Pasta al pesto - Bocconcini di tacchino con fagiolini - crostata di marmellata

Merenda: Yougurt

Cena: Minestra di farro - pollo al forno con sformato di verdure - frutta di stagione

3° giorno

Colazione: Pane - marmellata - miele - fette biscottate - tè - latte e cioccolato caldo

Pranzo: Farfalle zucchine e pancetta - prosciutto crudo garfagnino con melone - macedonia di frutta

Merenda: Crostata di marmellata

Cena: Maccherone casereccio al ragout - scaloppina al limone con carote prezzemolate - gelato

4° giorno

Colazione: Pane - marmellata - miele - fette biscottate - tè - latte e cioccolato caldo

Pranzo: Pasta al pomodoro - involtini alla donegani con piselli - torta di mele

Merenda: Strudel dolce

Cena: Crema di zucchine con croutons - spiedino con verdure al forno - crostata di marmellata

5° giorno

Colazione: Pane - marmellata - miele - fette biscottate - tè - latte e cioccolato caldo

Pranzo: Penne primavera - caprese ricca - gelato

Merenda: Torta di mele

Cena: Pasta con salsa di melanzane - Petto di pollo con peperoni - frutta di stagione

6° giorno

Colazione: Pane - marmellata - miele - fette biscottate - tè - latte e cioccolato caldo

Pranzo: Farro pomodoro e basilico - fettina alla pizzaiola - fagiolini - frutta di stagione

Merenda: gelato

Cena: Risotto alla parmigiana - arista al forno con patate - strudel dolce

7° giorno

Colazione: Pane - marmellata - miele - fette biscottate - tè - latte e cioccolato caldo

Pranzo: Maccherone casereccio al pomodoro fresco - griglia con insalata mista - tortina donegani

Pack-lunch: Panini con salumi, formaggi, frittata, pomodoro mozzarella, verdure grigliate

Esempio di menù Km zero per genitori e parenti per il giorno della partenza

Antipasto: degustazione di salumi garfagnini tra i quali biroldo e mondiola con sgabei della Lunigiana, crostino di pane di farina di castagne con lardo

Alternativa vegetariana: Tortino di verdure di stagione, assaggio di formaggio stagionato con miele di castagna, insalatina di farro noci e ricotta

Primo: assaggio di tagliatelle (pasta fresca della cucina del Donegani) al ragout di cinghiale (se in stagione funghi porcini) - ravioli di farina di castagne al profumo di erbe officinali

Alternativa vegetariana: assaggio di tagliatelle al filetto di pomodoro fresco (se in stagione funghi porcini) - ravioli di farina di castagne al profumo di erbe officinali

Secondo e contorno: griglia mista con salsiccia, rosticciana e agnello con fritto dell'orto

Alternativa vegetariana: terrina di formaggio pecorino al forno su crostone di pane

Dolce: tartina donegani ai frutti di bosco

Il menù per bambini viene riportato nella sua interezza seppur, come da progetto, alcuni pranzi e cene non saranno in struttura. Sarà possibile inoltre gestire abitudini alimentari particolari dovute ad intolleranze o ad aspetti etnico/religiosi. Potrebbero verificarsi variazioni nel caso di irreperibilità di alcuni prodotti freschi. Tale variazioni saranno comunque fatte nel rispetto della periodicità e qualità dei prodotti.