



LA CURA DEL BOSCO, Associazione di Promozione Sociale ed ETS di Piacenza, organizza

## ***Improvvisamente, nel Bosco***

un'esperienza formativa che unisce tecniche d'improvvisazione, pratiche di rilassamento e riduzione dello stress a contatto con la Natura.

**Il progetto**, sostenuto dalla Fondazione di Piacenza e Vigevano, si sviluppa in due weekend all'insegna dell'improvvisazione coniugata alle pratiche di Forest Bathing, potenziando attraverso divertenti esercizi le competenze espressive, emotive e comunicative dei partecipanti in un ambiente, il bosco, che offre nuove forme creative e di benessere.

**Gli obiettivi** principali del progetto sono lo sviluppo delle competenze socializzanti e creative (team building e problem solving) divertendosi, rilassandosi e creando connessioni nella Natura.

### **A chi si rivolge?**

Il progetto si rivolge a tutti coloro che per lavoro o per passione interagiscono con gruppi in ambienti diversi: ovviamente Istruttori di Forest Bathing, Guide Escursionistiche ed Educatori Ambientali, ma anche Dirigenti Sportivi, Guide Turistiche, Facilitatori, Counselor, Insegnanti, Operatori sanitari, Volontari, Attori professionisti e dilettanti, a tutti coloro che vogliono facilitare la comunicazione, l'innovazione e l'espressione creativa proprie e di gruppo, all'aria aperta.

### **Quando?**

il **9 e il 10 novembre 2024** presso l'Agriturismo "il Giardino degli Alberi Maestri" di Bettola (Piacenza), dalle ore 10.30 alle ore 17.30 di ogni giornata e il **15 e il 16 marzo 2025** presso l'Agriturismo "Boschi Celati" di Fossadello (Piacenza), sempre dalle ore 10.30 alle ore 17.30 di ogni giornata, per un totale complessivo di 28 ore .

Al completamento dell'intera esperienza (28 ore in presenza) verrà rilasciato Attestato di Partecipazione.

### **Contributo di partecipazione**

L'intera esperienza prevede una quota di partecipazione di **100 Euro** a persona per **entrambi** i weekend.

Pasti ed eventuali pernottamenti sono a carico del partecipante. Per informazioni in proposito LA CURA DEL BOSCO è comunque a Vostra disposizione.

**I conduttori:** *Marco Martinelli* e *Simona Minarelli*, psicologi e psicoterapeuti, formati nelle tecniche d'improvvisazione e diplomati presso lo CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale) come Operatori Forest Bathing DBN (Discipline Bio Naturali).

Per ulteriori informazioni sulle attività de LA CURA DEL BOSCO: [www.lacuradelbosco.org](http://www.lacuradelbosco.org)

Responsabile del Progetto e referente a cui rivolgersi per l'iscrizione è Simona Minarelli:

[simona.minarelli@libero.it](mailto:simona.minarelli@libero.it)

360.991128