



## IT.A.CÀ Monferrto Off - Programma completo

### Località varie:

**Descrizione:** Gli appuntamenti del Festival OFF colorano il mese di settembre in attesa della tappa Monferrato dell'evento nazionale Festival IT.A.CÀ Migranti e Viaggiatori in programma dall'8 al 10 ottobre, con una anteprima domenica 3 (si rimanda alla scheda evento dedicata).

### CALENDARIO COMPLETO

Domenica 19 settembre in frazione San Grato di Sessant 80, Asti - "Bagno di foresta di fine estate"  
Linda Emma Frei, ingegnere ambientale e operatrice Nature & Forest therapy (certificazione dell'associazione ANFT), propone una passeggiata facile e lenta, di tipo contemplativo, durante la quale si invitano i partecipanti ad entrare in contatto con il luogo attraverso i sensi. L'attività prende ispirazione dalla pratica dello Shinrin-yoku, incentivato dallo stato del Giappone a partire dall'inizio degli anni 80 come pratica di medicina preventiva e turismo in ambienti forestali. Negli anni sono stati dimostrati gli effetti positivi sulla salute psicofisica delle persone che praticano il bagno di foresta in modo regolare. In Italia si stanno studiando tutt'ora gli effetti delle nostre foreste e dei vari metodi di intervento. La sessione seguirà il metodo dell'Association of Nature & Forest therapy, di origine americana ma presente da anni in diversi Paesi europei. Si tratta di rallentare il ritmo, respirare insieme alla foresta, risvegliare i diversi sensi, ascoltare e contemplare il bosco, essere semplicemente presente nel luogo e nel momento. Questo momento aiuta a recuperare dallo stress, ritrovare sé stessi come parte della più vasta rete della natura, elemento costitutivo della biosfera, in continua interrelazione con gli altri esseri viventi e gli elementi. Ogni persona in realtà trova ciò di cui ha bisogno, e non si può anticipare ogni effetto che la foresta potrà avere. È soprattutto un momento bello di condivisione e di vicinanza, in piccolo gruppo e nel rispetto dell'integrità e della salute di tutti.

### Programma:

ore 9: accoglienza e introduzione al Ristorante Cantina della Stella  
ore 9.30: passeggiata facile fino al bosco, un bel quercu-carpineto, una formazione tipica collinare, diventata sempre più rara nel Monferrato astigiano  
ore 10-12: attività di Shinrin-yoku o bagno di foresta  
ore 12: passeggiata di ritorno al ristorante  
ore 12.20-14.30: pranzo  
ore 14.30-16.30: Intelligenza collettiva territoriale – presentazione di piccole iniziative di aggregazione per tutelare, valorizzare e promuovere il territorio ed i suoi abitanti.  
Sentieri nel verde: presentazione del comitato di San Grato di Sessant "Territorio e paesaggio, sentieri e natura, beni comuni da vivere, proteggere e promuovere" con la promozione dei percorsi, rete sentieri del comprensorio di San Grato di Sessant e Valle Baciglio (Rete sentieri Basso Monferrato Astigiano) ([www.facebook.com/sentierinelverde.at](http://www.facebook.com/sentierinelverde.at))  
Coltiviamo salute... rispettando la Terra, presentazione della rete di aziende agricole astigiane "Conterranea" ([www.conterranea.org](http://www.conterranea.org))  
La cultura del bosco: presentazione del progetto "I Custodi dei boschi" per tutelare le formazioni boschive naturali del Monferrato astigiano attraverso progetti di acquisto e di sensibilizzazione ([www.facebook.com/custodideiboschi](http://www.facebook.com/custodideiboschi))

PER CHI: attività per massimo 12 persone, a partire dai 12 anni. Senza cani.



## MONFERRATO DOMANDA OFFERTA

IL MONFERRATO CASALESE E LA PIANA DEL PO

**COSTO** Bagno di foresta: offerta a partire da €. 10 a favore del progetto del gruppo "I Custodi dei boschi"- Le offerte raccolte verranno versate sul conto dell'associazione Federazione Nazionale Pro Natura (possibilità di fare il versamento in contante sul posto oppure direttamente tramite IBAN da richiedere al momento dell'iscrizione). Costo pranzo vegetariano: €. 15.

Prenotazione obbligatoria al numero di telefono 333.8199943 (Linda)  
[www.facebook.com/medinforest](http://www.facebook.com/medinforest)  
[freilinda22@gmail.com](mailto:freilinda22@gmail.com)

\*\*\*\*\*

Domenica 19 settembre alle ore 10 presso l'azienda vitivinicola Bonzano Vini, a Rosignano Monferrato in località Castello d'Uviglie

e

domenica 26 settembre alle ore 10 presso l'azienda vitivinicola Accornero Vini, a Vignale Monferrato, a Ca' Cima

"MonferVINUM - Enotrekking in Monferrato" >>> EVENTO ANNULLATO

L'Ecomuseo della Pietra da Cantoni promuove l'evento "MonferVINUM - Enotrekking in Monferrato", passeggiate tra le vigne e incontri in cantina con i vini monferrini e chi li produce. Il tragitto che dalla vigna conduce alla cantina è il tragitto di MonferVINUM: storia, paesaggio, gusto, arte, accoglienza e piacevolezze, tra vigneti e infernot, tra filari e pietra da cantoni, in autunno, in Monferrato.

L'iniziativa si svolge sul triplice asse vino - vigna - paesaggio – il vero "respiro" culturale e di tradizione del territorio monferrino. Gli appuntamenti sono indirizzati all'esplorazione e alla conoscenza di un complesso sistema di relazioni, incentrato sui cardini della tipicità e della qualità del prodotto; un sistema che coinvolge diversi orizzonti: dalla microstoria del produttore alla storia locale, dalle tecniche di vinificazione all'enogastronomia, dal gusto al paesaggio.

E a settembre, mese della vendemmia e della Festa del Vino del Monferrato, sono due gli appuntamenti in calendario:

Domenica 19 settembre, i passi si muoveranno nelle vigne dell'azienda vitivinicola Bonzano Vini, a Rosignano Monferrato, loc. Castello d'Uviglie. Ritrovo ore 10.

Domenica 26 settembre, ad accogliere i partecipanti dell'entotrekking saranno i colli vignalesi e l'azienda vitivinicola Accornero Vini, a Vignale Monferrato, a Ca' Cima. Ritrovo ore 10.

La prenotazione è obbligatoria.

Gli appuntamenti sono organizzati nel rispetto della normativa anti Covid-19.

Per info, costi e prenotazioni: 348.2211219 - [info@ecomuseopietracantoni.it](mailto:info@ecomuseopietracantoni.it) - [chebisa@virgilio.it](mailto:chebisa@virgilio.it)

\*\*\*\*\*



## MONFERRATO DOMANDA OFFERTA

IL MONFERRATO CASALESE E LA PIANA DEL PO

Dal 23 al 26 settembre Gran Trekking del Monferrato dei Castelli Bruciati. Percorso in 4 tappe per un totale di 100 km attraverso 11 comuni della Valle Cerrina per visitare un territorio sconosciuto nel basso Monferrato, percorrendo sentieri naturalistici, storici, culturali e devozionali incontrando 35 chiese, 8 castelli e innumerevoli panorami incantati.

Per informazioni ed iscrizioni: Augusto Cavallo (Guida Escursionistica professionale e Istruttore di Nordic Walking SINW) 339.4188277 – [augusto.cavallo66@gmail.com](mailto:augusto.cavallo66@gmail.com)  
<http://camminidivini.altervista.org/gran-trekking-del-monferrato-dei-castelli-bruciati-edautunnale/>  
<https://www.facebook.com/augustonordic/>

\*\*\*\*\*

Sabato 25 Settembre a Cantavenna, frazione di Cantavenna di Gabiano (AL)

Passeggiata didattica sul "respiro del Bosco"

La passeggiata è a cura di ARPA Piemonte e dell'Ente di Gestione delle Aree Protette del Po Piemontese. Il ritrovo è previsto al Belvedere sul Po in frazione Cantavenna di Gabiano alle ore 14.30.

È prevista la visita all'Isola di Senescenza, oggetto di monitoraggio da parte di ARPA Piemonte ed una camminata lungo il Sentiero Forestale nelle Rocche di Cantavenna 702

Si illustreranno gli aspetti collegati al funzionamento dell'ecosistema del bosco, attraverso le principali comunità boschive attraversate; con piccoli esperimenti sul ruolo della CO2 effettuati dal prof. Buffa dell'Università di Torino si potranno visualizzare gli scambi della fotosintesi e con l'osservazione e il biomonitoraggio dei muschi terrigeni si potrà valutare la qualità dell'aria. È prevista inoltre una dimostrazione delle tecniche di Forest Therapy con Linda Frei

\*\*\*\*\*

Sabato 2 e domenica 3 ottobre nei giardini e nei boschi delle dimore storiche dei

Castelli di San Giorgio e di Camino - "Pennelli pellegrini - sketching in Monferrato - un grand tour tra dame e faggi rossi"

L'evento, alla sua terza edizione, è a cura dell'Associazione Il Picchio in collaborazione con il Festival Vualà.

I giardini e i boschi delle dimore storiche dei Castelli di San Giorgio e di Camino daranno rifugio e respiro ad un gruppo di acquarellisti e carnettisti che ci meraviglieranno con parole ed immagini sul Genius loci della Natura, immergendosi nella natura, nell'arte del Monferrato.

Anche quest'anno possiamo contare sulla partecipazione di artisti ospiti che ci accompagneranno nel nostro viaggio: Lorenzo Dotti (carnettista, illustratore naturalista, <http://lorenzodottisketcher.blogspot.com>) e Momicca Falcone (illustratrice scientifica e docente presso il Liceo Artistico "Alciati" di Vercelli) saranno con noi a disegnare, dispensare consigli e mostrarci le loro eccezionali abilità di racconto con il pennello.

info & contatti [monferrato@festivalitaca.net](mailto:monferrato@festivalitaca.net) - tel. +39 335 7440495 (Roberto) / +39 333 1194571 (Cathy)

\*\*\*\*\*

Per maggiori informazioni potete scaricare il comunicato stampa allegato.

**Dal:** 19-09-2021

**Per giorni:** 1

Foto

