

IN COLLABORAZIONE CON



Alcune iniziative sono realizzate nell'ambito del programma Interreg ALCOTRA PITER ALPIMED - Progetto CLIMA; PITER ALPIMED - Progetto MOBIL



INSIEME AI COMUNI DI >  
BORGIO SAN DALMAZZO • CASTELLETO STURA • CENTALLO • CERVASCA • MONTANERA  
RITTANA • ROCCASPARVERA • ROCCAIONE • SALMOUR • SANT'ALBANO STURA • TRINITÀ • VIGNOLO

## Parco fluviale Gesso e Stura

Ente Gestore > Comune di Cuneo  
tel. 0171.444501; e-mail [parcofluviale@comune.cuneo.it](mailto:parcofluviale@comune.cuneo.it)

### INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI EVENTI

tel. 0171.444501  
e-mail [eventi.parcfluviale@comune.cuneo.it](mailto:eventi.parcfluviale@comune.cuneo.it)

### Infopoint Parco fluviale

Cuneo, piazzale Walther Cavallera 13  
lunedì-venerdì ore 10.00-13.00/14.30-18.30  
sabato, domenica e festivi ore 9.00-13.00/14.30-18.30

Cuneo aderisce al progetto "Città amica delle foreste".  
Stampato su carta PEFC per la Gestione Forestale Sostenibile.



giugno 2022 settembre

# f'Orma

il fiume a piede libero



## ESPERIENZE A PIEDI NUDI | giugno-settembre

### GIUGNO E SETTEMBRE

| sabato ore 15.30  
**F'ORMA. IL FIUME A PIEDE LIBERO**  
Esperienza sensoriale per adulti  
| sabato ore 17, domenica e festivi ore 15.30 e 17  
**LA VIA DEL GIGANTE D'ACQUA**  
Visita giocata per famiglie

### LUGLIO E AGOSTO

| sabato, domenica e festivi ore 17  
**LA VIA DEL GIGANTE D'ACQUA**  
Visita giocata per famiglie  
| sabato, domenica e festivi ore 18.30  
**F'ORMA. IL FIUME A PIEDE LIBERO**  
Esperienza sensoriale per adulti

## vivi la natura... a piedi nudi

### EVENTI SPECIALI | luglio e agosto

| sabato 9 luglio e 6 agosto ore 8.00-9.00

#### BAREFOOT DEL MATTINO

esperienza sensoriale mattutina per adulti  
*Per dettagli vedi interno pieghevole*

| sabato 9 luglio e 6 agosto ore 10.00-11.30

#### UN RIFUGIO PER GORG

visita a piedi nudi e laboratorio sensoriale per famiglie  
*Per dettagli vedi interno pieghevole*

### INGRESSI LIBERI AL PERCORSO | giugno-settembre

| martedì e giovedì ore 16.00-18.00  
| domenica e festivi ore 9.00-12.00



INFO E PRENOTAZIONI |  
0171.444501; [eventi.parcfluviale@comune.cuneo.it](mailto:eventi.parcfluviale@comune.cuneo.it)



## Giugno

**Sabato 25 giugno, 9 luglio e 6 agosto | ore 8.00-9.00**

■ **BAREFOOT DEL MATTINO | Risveglio a piedi nudi**

*Cuneo, f'Orma, piazzale W. Cavallera 13*

Esperienza a piedi nudi semplice e accessibile a tutti. Il percorso sensoriale f'Orma ci accoglierà di prima mattina per vivere insieme lo spazio e sperimentare una serie di esercizi in grado di regalare a chi li pratica energia e vitalità. Un ottimo modo per affrontare la giornata col piede giusto.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) oppure presso Infopoint Parco/€ 5.

**Sabato 25 giugno, sabato 23 luglio e 27 agosto | ore 10.00-11.30**

■ **VITA DA API | Un pomeriggio in apiario**

*Cuneo, La Casa del Fiume, piazzale W. Cavallera 19*

Con l'arrivo della primavera l'apiario didattico del Parco fluviale è pronto ad accogliere grandi e piccini. Nel giardino della Casa del Fiume vivono infatti importanti insetti, custodi di vita, ambasciatori di biodiversità. Con l'aiuto di una telecamera ci immergeremo all'interno di un'arnia, intrufolandoci delicatamente nel magico mondo delle api.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) oppure presso Infopoint Parco/€ 5.



## Luglio

**Sabato 9 luglio | ore 8.00-9.00 vedi 25 giugno**

■ **BAREFOOT DEL MATTINO | Risveglio a piedi nudi**

*Cuneo, f'Orma, piazzale W. Cavallera 13*

**Sabato 9 luglio e 6 agosto | ore 10.00-11.30**

■ **UN RIFUGIO PER GORG | I laboratori sensoriali... a piede libero**

*Cuneo, f'Orma, piazzale W. Cavallera 13*

Attività per famiglie con bimbi dai 3 anni in su.

A Gorg, il gigante d'acqua che vive al Parco fluviale Gesso e Stura piace sentire, toccare e sperimentare con materiali naturali. In questo laboratorio all'aria aperta dopo una visita sensoriale a piedi nudi allo spazio f'Orma, costruiremo una casetta speciale per Gorg. Utilizzeremo i materiali che proprio lui ci dona al suo passaggio. Il 9 luglio i nostri sensi si concentreranno sull'incontro tra terra e acqua, mentre il 6 agosto su acqua e piante abitanti dei paesaggi fluviali.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) oppure presso Infopoint Parco/€ 5.



**Martedì 12 luglio e 9 agosto | ore 18.30-20.30**

■ **FIT GESSO & STURA | Camminata sportiva al Parco**

*Cuneo, ritrovo zona Santuario degli Angeli (12.07)*

*Cervasca, ritrovo fraz. Santa Croce (9.08)*

Camminata sportiva, aria fresca della sera e natura fluviale intorno a noi sono gli ingredienti del trekking adatto a tutti dedicato allo stare bene in ambiente outdoor.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) oppure presso Infopoint Parco/€ 5.



**Venerdì 15 luglio | ore 17.00-18.30**

■ **UN GIARDINO FAVOLOSO | Eco laboratorio per famiglie**

*Rocavione, Giardin d'Ara*

Attività per famiglie con bimbi di 3-8 anni. Entriamo in contatto con la natura che ci

circonda: ascoltiamo i suoni del bosco, osserviamo i colori dell'estate e lasciamoci trasportare da eco-letture e giochi sensoriali in natura.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) oppure presso Infopoint Parco/€ 5.

**Domenica 17 luglio e 21 agosto | ore 17.00-19.00**

■ **MISSIONE NATURA | Un pomeriggio all'Oasi**

*Sant'Albano Stura, Oasi naturalistica "La Madonnina",*

*ritrovo presso ingresso principale*

Terra, acqua e cielo fanno da cornice all'Oasi, scrigno di biodiversità che saprà incantare grandi e piccini in una coinvolgente visita alla scoperta dei suoi numerosi habitat e abitanti. La stagione permetterà di effettuare approfondimenti non solo sull'avifauna, ma anche su libellule e farfalle che qui trovano un habitat eccezionale.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) oppure presso Infopoint Parco/gratuito.

**Venerdì 22 luglio | ore 18.30-20.00**

■ **TREKKING DELLE LIBELLULE**

*Cuneo, zona Crocetta, ritrovo presso Santuario degli Angeli*

Suoni e colori dell'estate saranno scenografia al trekking serale a misura di famiglie ma adatto a tutti in cui passeggiando per il Parco fluviale scopriremo la bellezza della natura a portata di...occhio. Giunti in zona Crocetta, se saremo fortunati, ci faremo incantare dal volo delle libellule che in questo periodo dell'anno popolano il Parco. Possibilità di pic nic libero nei pressi dei laghetti.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) oppure presso Infopoint Parco/€ 5.



**Sabato 23 luglio | ore 10.00-11.30 vedi 25 giugno**

■ **VITA DA API | Un pomeriggio in apiario**

*Cuneo, La Casa del Fiume, piazzale W. Cavallera 19*

## Agosto

**Sabato 6 agosto | ore 8.00-9.00 vedi 25 giugno**

■ **BAREFOOT DEL MATTINO | Risveglio a piedi nudi**

*Cuneo, f'Orma, piazzale W. Cavallera 13*

**Sabato 6 agosto | ore 10.00-11.30 vedi 9 luglio**

■ **UN RIFUGIO PER GORG | I laboratori sensoriali... a piede libero**

*Cuneo, f'Orma, piazzale W. Cavallera 13*

**Martedì 9 agosto | ore 18.30-20.30 vedi 12 luglio**

■ **FIT GESSO & STURA | Camminata sportiva al Parco fluviale**

*Cervasca, ritrovo fraz. Santa Croce*

**Domenica 21 agosto | ore 17.00-19.00 vedi 17 luglio**

■ **MISSIONE NATURA | Un pomeriggio all'Oasi**

*Sant'Albano Stura, Oasi naturalistica "La Madonnina",*

**Domenica 27 agosto | ore 10.00-11.30 vedi 25 giugno**

■ **VITA DA API | Un pomeriggio in apiario**

*Cuneo, La Casa del Fiume*



**Domenica 28 agosto | ore 10.00-12.00**

■ **MISSIONE LAGHETTI**

*Cuneo, zona Crocetta*

Una speciale attività per famiglie con bambini alla nuova area umida di Crocetta, con tanti quiz, giochi e curiosità sulla biodiversità.

PC a 0171.444501 oppure [eventi.parcofluviale@comune.cuneo.it](mailto:eventi.parcofluviale@comune.cuneo.it)/gratuito.

## camp & corsi per ragazzi

**Martedì 28 e Mercoledì 29 giugno | ore 8.30-13.00**

**Venerdì 1 luglio | ore 8.30-18.00**

■ **MTB MASTERCLASS | mini bike camp**

*Cuneo, La Casa del Fiume e territorio del Parco fluviale*

Campo pratico e uscite sul territorio per divertirvi e imparare tante cose sulla MTB. La masterclass si rivolge ai ragazzi che nell'anno scolastico 2021-2022 hanno frequentato le classi 1<sup>^</sup>, 2<sup>^</sup> e 3<sup>^</sup> della scuola secondaria di 1° grado e classe 1<sup>^</sup> della scuola secondaria di secondo grado\*.

Prenotazione obbligatoria su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) fino al 22 giugno. Partecipazione gratuita. Posti limitati.



**29 agosto-2 settembre | 1° turno (4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup> della scuola primaria\*)**

**5-9 settembre | 2° turno (scuola sec. di 1° grado\*)**

■ **CLIMATE CHANGE CAMP | La tenda blu**

*Cuneo, La Casa del Fiume e territorio del Parco fluviale*

La metafora del 4° camp del Parco fluviale sui cambiamenti climatici è una tenda blu. Divertimento e scoperta sono gli ingredienti della proposta che prevede intense giornate di attività in natura. Vi aspettiamo per vivere insieme una settimana fatta di uscite sul territorio, esperimenti, laboratori, giochi sostenibili e tanto altro per avvicinarci sempre più a un rapporto di cura del Pianeta Terra. Prenotazione obbligatoria su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) dall'11 al 31 luglio. Partecipazione gratuita. Posti limitati.



**Martedì 13, 20 e 27 settembre | ore 17.00-18.30**

■ **I MARTEDÌ IN MTB > Mini corso pratico di guida**

*Cuneo, impianto ciclismo, ritrovo presso Infopoint Parco fluviale*

Corso base sulla bicicletta per bimbi di 8-11 anni\*. Nozioni teoriche e pratiche permetteranno ai piccoli ciclisti di avvicinarsi al mezzo con maggior consapevolezza.

13.09 | Conosciamo la nostra bici: storia, regolazione, pulizia, giochi ed esercizi

20.09 | Esercizi su circuito: curve, slalom e tanto equilibrio

27.09 | Escursione lungo la ciclabile lato Gesso anche con mamma e papà

Prenotazione obbligatoria su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) oppure presso Infopoint Parco. Partecipazione gratuita. Posti limitati.

I partecipanti devono essere provvisti di bicicletta, casco, una camera d'aria.



\*Le iniziative si rivolgono ai ragazzi residenti nei comuni del Parco fluviale Gesso e Stura e in quelli aderenti al progetto Piter Alpimed MOBIL.  
INFO: 0171.444560; [didattica.parcofluviale@comune.cuneo.it](mailto:didattica.parcofluviale@comune.cuneo.it)