

GIOVEDÌ 1 LUGLIO '21

ORE 19.00

**PARCO DI VILLA SAN
LEONARDO AL PALCO
PROCLAMAZIONE DI PRATO
CITTÀ GENTILE**

A SEGUIRE PRESENTAZIONE DEL LIBRO
"LA LEZIONE DELLA FARFALLA" CON
L'AUTORE BESTSELLER
DANIEL LUMERA, PROMOTORE DEL
MOVIMENTO ITALIA GENTILE,
PROGETTO DELL'ASSOCIAZIONE
MY LIFE DESIGN ONLUS



2-3-4 LUGLIO 2021

GIARDINI DELLA PASSERELLA PRATO
GENTIL'ESSERE

**LABORATORI PER ADULTI E BAMBINI - DANZATERAPIA
MEDITAZIONE - PILATES - TREKKING CONSAPEVOLE
TEATRO - CURA DELL'AMBIENTE - SPAZIO GENITORI
HUB FESTIVAL DELL'ITALIA GENTILE DI FIRENZE**

**SPERIMENTARE CONSAPEVOLEZZA
DISSEMINARE GENTILEZZA**

**EVENTI A PARTECIPAZIONE
GRATUITA CON POSTI LIMITATI
E ISCRIZIONE IN LOCO**



CREAZIONI URBANE

L'ULTRAMONDO

**A CURA DI BRIGATA BALLERINI - QUELLI DI PIAZZA CIARDI E DELLE VIE
DEL SERRAGLIO - RICICLIDEA - KEPOS ONLUS - A PICCOLI PASSI
A PUNTO 1 - ARCA - MONDO DOULA**

PROGRAMMA INIZIATIVE

VENERDI 2 LUGLIO 2021

ORE 17,00 - ASPETTANDO GENTIL'ESSERE - PILATES OUTDOOR

ORE 18,00 - "PRESENTAZIONE PROGRAMMA GENTIL'ESSERE"

PRESENTAZIONE PROGRAMMA E SALUTI DEI RAPPRESENTANTI DELLE ISTITUZIONI

- "BIRDWATCHING "

RITROVO PER LA PASSEGGIATA RIVOLTA AI BAMBINI DAI 6 ANNI ALLA SCOPERTA DEI COLORI, DEI PROFUMI E DELLE SENSAZIONI CHE IL FIUME SUSCITA FINO ALL'OSSERVAZIONE CONSAPEVOLE DELLE SPECIE E DEL VOLO DEGLI UCCELLI DEL BISENZIO (ATTIVITA' SU PRENOTAZIONE VIA MAIL BIZZIMILA@GMAIL.COM , PER I BAMBINI NON ACCOMPAGNATI)

ORE 18,30 - "NOI E GLI ELEMENTI"

LABORATORIO DI DANZA TERAPIA RISERVATO AGLI ADULTI

ORE 20,00 - "PIC NIC AI GIARDINI"

OGNUNO PORTA IL PROPRIO PLAID E IL PROPRIO CIBO E CONDIVIDE LA RELAZIONE NEL PIENO RISPETTO DELLA NORMATIVA ANTI COVID

SABATO 3 LUGLIO 2021

ORE 8,30 - "MEDITAZIONE DEL MATTINO"

RISVEGLIO CON LE CAMPANE TIBETANE E PRATICA DEL RESPIRO CONSAPEVOLE

ORE 9,30 - "TREKKING CONSAPEVOLE"

RITROVO PER LA PASSEGGIATA RIVOLTA A ADULTI E RAGAZZI VERSO RIO BUTI ALLA SCOPERTA DEI COLORI, DEI PROFUMI E DELLE SENSAZIONI CHE IL CONTATTO CON LA NATURA SUSCITA

ORE 10,00 - "LA LENTEZZA DELLA GIOCOLERIA"

LABORATORIO GIOCOLERIA LENTA PER TUTTA LA FAMIGLIA

ORE 16,30 - "MANDALA MATERICO"

LABORATORIO PER GENITORI E BAMBINI DI COSTRUZIONE COOPERATIVA DI UN MANDALA CON OGGETTI DI RIUSO PER COMPRENDERE IL POTENZIALE DI OGNUNO DI NOI NEL CAMBIARE IL MONDO CHE CI CIRCONDA

ORE 18,00 - "MEDIT'AZIONE"

ESPERIENZA DI MINDFULNESS PSICOSOMATICA PER ADULTI E RAGAZZI...DAL MOVIMENTO DEL CORPO ALLA SUA IMMOBILITA' FINO ALL'APERTURA ALL'ASCOLTO

ORE 21,00 - "PIANO PIANO"SPETTACOLO TEATRALE.

"SE C'È QUALCOSA CHE VALE LA PENA DI ESSERE FATTA, ALLORA È MEGLIO FARLA MOLTO LENTAMENTE"

DOMENICA 4 LUGLIO 2021

ORE 9,00 - "MEDITAZIONE DEL MATTINO"

ATTIVITÀ DI CONSAPEVOLEZZA AD INIZIO GIORNATA PER ENTRARE IN CONTATTO PROFONDO CON IL PROPRIO CORPO, LA PROPRIA MENTE E IL PROPRIO CUORE

ORE 10,00 - "IL MIO LIBRO DELLA NATURA"

SASSI, FOGLIE, CONCHIGLIE... TUTTA LA NATURA CHE C'È DA ESPLORARE, DISEGNARE, STAMPARE E TAGLIARE PER I BAMBINI DI OGNI ETÀ. (I BAMBINI PIÙ PICCOLI POTRANNO ESSERE AIUTATI DAI LORO GENITORI)

ORE 16,30 - "IL CERCHIO DELLE MAMME"

LE DOULE DI MONDO DOULA (PROFESSIONE DISCIPLINATA AI SENSI DELLA LEGGE 4/2013) ALLESTIRANNO UN ANGOLO MORBIDO DI ASCOLTO, CONDIVISIONE PER PARLARE DELL'ESSERE MAMMA, DELLA TRASFORMAZIONE CHE OGNI DONNA CHE DIVENTA MADRE VIVE

ORE 17,30 - "IN CONTATTO"

LABORATORIO RIVOLTO A GENITORI E BAMBINI CHE VUOLE ESSERE UN'ESPERIENZA PER SENSIBILIZZARE LE FAMIGLIE ALL'EDUCAZIONE ALLA GENTILEZZA, ALLA MODALITÀ DEL TOCCO GENTILE, CON CUI GENITORI E FIGLI POSSONO ENTRARE IN RELAZIONE TRA LORO A PARTIRE DALL'ETÀ NEONATALE FINO ALL'INFANZIA.

- "MI PRENDO CURA DI TE"

ATTIVITÀ DI PULITURA DELLO SPAZIO CHE CI HA OSPITATO. DOPO ESSERSI CURA DEL PROPRIO ESSERE, CONSAPEVOLIZZATO L'ASSENZA DI SEPARAZIONE E DIFFERENZE TRA LE PERSONE NASCE SENZA SFORZO L'ESIGENZA DELLA CURA DELL'AMBIENTE

CONTEMPORANEAMENTE ALLE INIZIATIVE' SARANNO ALLESTITI SPAZI ESPOSITIVI DOVE SI POTRA' VISITARE LA MOSTRA "TRA ARTE E CONSAPEVOLEZZA" DELLA KEPOS ONLUS, GIOCARE CON I MATERIALI DI RIUSO DI RICICLIDEA, ASSISTERE IN STREAMING AL FESTIVAL DELL' ITALIA GENTILE DI FIRENZE ED INFORMARSI SULLE ATTIVITA' SVOLTE DA COLORO CHE HANNO RESO POSSIBILE GENTIL'ESSERE

Tutte le attività verranno svolte nel pieno rispetto delle norme anti covid vigenti al momento