

**L'Agenzia Forestas organizza:
tre giornate in foresta per i bambini
e le loro famiglie**

Vieni con noi ad esplorare le antiche e misteriose foreste della Sardegna.

*Dedicheremo tre giornate ad **attività all'aria aperta, giochi e sport** nelle nostre foreste più belle.*

*Daremo spazio alla libertà e all'emozione, faremo **escursioni** adatte alle famiglie e dedicate ai bambini, lontano dalla tecnologia e dai pressanti impegni quotidiani.*

Impareremo, giocando, a conoscere le infinite risorse e diversità che ci riserva la natura, imparando a rispettarla.



Tre giornate per scoprire,
osservare e sentire la natura



**REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA**

**AGENZIA FORESTAS
AGENZIA FORESTAS**

E Educazione Ambientale-Ente Foreste Sardegna
www.sardegnaforeste.it

Per informazioni e iscrizioni:

noilaforesta@enteforestesardegna.it

tel. 070. 2799247 - 2799275

Le date e i luoghi

15 maggio 2016

Foresta Monte Limbara Nord località
"Vallicciola" (Tempio Pausania)

22 maggio 2016

Foresta Cedrino - Lanaitho località
"Lanaitho"(Oliena)

29 maggio 2016

Foresta Villagrande Strisaili località
"Santa Barbara - Luas"



Favorite il contatto dei bambini con la natura!

I bambini che fanno attività all'aria aperta

- Sono fisicamente più attivi e in forma.
- Hanno capacità motorie più sviluppate.
- Sono più autonomi e sicuri di se stessi.
- Soffrono meno lo stress e sono più sereni.
- Sono più creativi.
- Da adulti si sentiranno responsabili della natura.

TENIAMO PULITA LA FORESTA!

I PICCOLI GUARDIANI DELLA FORESTA

SI PORTANO IL PRANZO AL SACCO CON
UNA BUSTA PER RACCOGLIERE
I RIFIUTI!

In tutte le foreste sono presenti delle aree attrezzate per consumare il pranzo al sacco, nelle immediate vicinanze sono presenti dei piccoli punti ristoro dove poter acquistare bevande e panini.



In collaborazione con Laore Sardegna

Laore

Agenzia regionale
pro s'isvilupu in agricoltura
Agenzia regionale
per lo sviluppo in agricoltura



REGIONE AUTONOMA DE SARDEGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

Le giornate ecologiche

Durante le tre giornate in foresta potrete partecipare a:

- laboratori di Educazione Ambientale destinati a bambini e bambine e famiglie dai quattro ai dieci anni.
- Escursioni per i bambini e le famiglie
- Escursioni per gli adulti
- Passeggiate a cavallo per bambini dai dieci anni e adulti, battesimo della sella per bambini e adulti.
- Passeggiate Nordic walking e fitwalking
- Orienteering
- Arrampicata sugli alberi
- Camminate per bambini, famiglie e portatori di handicap
- Attività di sensibilizzazione sui rapaci
- Escursioni in mountain bike per adulti e mountain bike elettriche per famiglie con bambini a partire da un anno
- Tiro con l'arco
- Laboratori del gusto con degustazione dei mieli prodotti dall'Agenzia Forestas
- Visita della mostra "i tesori naturali dell'isola"
- Visita stand istituzionali Ente Foreste e Corpo Forestale di Vigilanza Ambientale

I partecipanti alle escursioni e ai laboratori verranno accompagnati da guide ambientali escursionistiche esperte

Per informazioni, costi, durata, abbigliamento, età dei destinatari, grado di difficoltà, ecc. visionare il sito www.enteforestesardegna.it/ educazione ambientale o mandare una e-mail a noilaforesta@enteforestesardegna.it - telefono 070.27.99.247 - 070.27.99.275

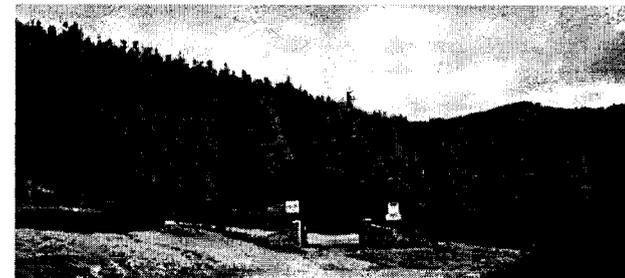
La foresta Monte Limbara Nord loc. "Vallicciola" si trova in Provincia di Olbia-Tempio. Facilmente accessibile dal centro abitato di Tempio Pausania, percorrendo la strada statale 392 in direzione Oschiri, al km 7 si imbocca il bivio per Vallicciola e si prosegue su questa strada per circa 6 Km



La foresta Cedrino-Lanaitho si trova in agro del Comune di Oliena in Provincia di Nuoro. Si accede alla valle di Lanaitho percorrendo la S.P. 46 Oliena-Dorgali sino all'incrocio segnalato per "Su Gologone".



La foresta Villagrande Strisaili-Santa Barbara si trova in agro del Comune di Villagrande Strisaili (in Provincia di Ogliastra) a circa 3 km dal centro abitato, si gira subito sulla sinistra all'indicazione per Nuoro, e si prosegue in una salita piuttosto ripida per circa 2 Km





REGIONE AUTONOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

AGENZIA FORESTAS
AGENZIA FORESTAS



Laore

Agenzia regionale
pro s'isvilupu in agricultura
Agenzia regionale
per lo sviluppo in agricultura



REGIONE AUTONOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA



L'Agenzia Forestas organizza: tre giornate in foresta per i bambini e le loro famiglie

Programma

- laboratori di Educazione Ambientale destinati a bambini e bambine e famiglie dai quattro ai dodici anni
- Escursioni per bambini e le famiglie
- Nordic walking e fitwalking
- Orienteering
- Laboratori del gusto con degustazione dei mieli prodotti dall'Agenzia Forestas
- Attività di sensibilizzazione sui rapaci
- Visita stand istituzionali Agenzia Forestas e Corpo Forestale di Vigilanza Ambientale
- Arrampicata sugli alberi

Programma

- laboratori di Educazione Ambientale destinati a bambini dai sei ai dieci anni.
- Escursioni per i bambini e le famiglie nella valle di Lanaitho
- Escursioni per gli adulti e bambini a partire 10 anni a Tiscali
- Escursione per adulti e famiglie con bambini nella voragine di Tiscali Sos Troccos
- Battesimo della sella avvicinamento al cavallo per bambini a partire dai quattro anni
- Nordic walking e fitwalking
- Laboratori del gusto con degustazione dei mieli prodotti dall'Agenzia Forestas
- Noleggio mountain bike, percorsi guidati in mountain bike
- Attività di sensibilizzazione sui rapaci
- Visita della mostra Agenzia Forestas "i tesori naturali dell'isola"
- Visita stand istituzionali Agenzia Forestas e Corpo Forestale di Vigilanza Ambientale

Programma

- laboratori di Educazione Ambientale destinati a bambini e bambine e famiglie dai quattro ai dieci anni.
- Escursioni per i bambini e le famiglie
- Escursioni a cavallo per bambini dai dieci anni e adulti, battesimo della sella per bambini e adulti.
- Arrampicata sugli alberi
- Tiro con l'arco
- Camminata per bambini, famiglie portatori di handicap
- Escursioni tour in mountain bike per adulti
- Escursioni in mountain bike elettriche per adulti e anche famiglie con bambini a partire da un anno
- Attività di sensibilizzazione sui rapaci
- Laboratori del gusto con degustazione dei mieli prodotti dall'Agenzia Forestas
- Visita della mostra Agenzia Forestas "i tesori naturali dell'isola"
- Visita stand istituzionali Agenzia Forestas e Corpo Forestale di Vigilanza Ambientale

Controllate gli aggiornamenti del programma sul nostro sito
www.sardegnaforeste.it

Per informazioni e iscrizioni:
noi-laforesta@enteforestesardegna.it
tel. 070. 2799247 - 070.2799275



Programma della giornata della foresta Cedrino – Lanaito (Oliena)

22 maggio 2016

Nordic Walking “L’arte del camminare bene ... e vivere il territorio”

A cura della Scuola del Cammino unico centro di formazione per la Sardegna per il Nordic walking e fitwalking referente regionale Msp/Nordic walking Accademy

Destinatari: dagli 8/10 anni in sù

Grado di difficoltà: facile

Partecipanti: 10/15 max per escursione su prenotazione

Costo: € 5,00 pp

Orari: dalle 10:00 alle 11:00 un turno a.m. della durata di 1 h circa

Orari: dalle 14:30 alle 15:30 un turno p.m. della durata di 1 h circa

Abbigliamento consigliato: sportivo o da montagna

Descrizione: disciplina sportiva, che dà al cammino una dimensione di vera e propria attività di fitness, fruibile all’aria aperta e godendo, nel frattempo delle bellezze del territorio. Briefing/teorico/pratici e tecnici per tutti. Utilizzo dei bastoncini specifici forniti dalla associazione dietro presentazione di un documento di identità

Fitwalking “L’arte del camminare bene e vivere il territorio”

A cura della Scuola del Cammino unico centro di formazione per la Sardegna per il fitwalking

Destinatari: dagli 8/10 anni in sù

Partecipanti: 25 max per escursione su prenotazione;

Costo: € 5,00 pp

Grado di difficoltà: basso

Orari: dalle 11:30 alle 12:30 un turno a.m. della durata di 1 h circa

Orari: dalle 16:00 alle 17:00 un turno p.m. della durata di 1 h circa

Abbigliamento consigliato: sportivo con scarpe da running

Descrizione: disciplina sportiva, che dà al cammino una dimensione di vera e propria attività di fitness, fruibile all'aria aperta e godendo , nel frattempo delle bellezze del territorio. Briefing/teorico/pratici e tecnici per tutti

Battesimo della sella “pony in foresta”

A cura della Equitours Orgosolo

Destinatari: bambini dai 4 anni

Costo: € 5,00 pp

Orari: dalle 10:00 turni della durata di circa 10 minuti circa

Grado di difficoltà: facile

Abbigliamento consigliato: sportivo, comodo, bandana per il casco

Dotazioni: la società fornisce caschi antinfortunistici

Descrizione: battesimo della sella per bambini e avvicinamento al cavallo all'aria aperta circondati dai paesaggi incontaminati del territorio circostante.

Laboratorio del gusto.. degustazione dei mieli prodotti dall'Agenzia Forestas e apicoltura

A cura dell'Agenzia Laore Sardegna

Destinatari: adulti

Partecipanti: 20 MAX fino ad esaurimento dei posti

Costo: gratuito

Orari: dalle 10:30 alle 11:15 circa, un turno a.m. della durata di 30/ 45 minuti circa

Orari: dalle 15:30 alle 16:15 circa, un turno p.m. della durata di 30/45 minuti circa

Descrizione: Assaggio dei mieli prodotti dall'Agenzia Forestas della Sardegna con apposito kit individuale fornito dall'organizzazione, descrizione organolettica dei mieli, differenze, cenni di apicoltura.

Laboratori di Educazione Ambientale .. destinati a bambini e bambine

A cura dell'Agenzia Forestas

Destinatari: bambini da 6-10 anni (senza la presenza di un adulto)

Partecipanti: 10/15 MAX per laboratorio

Costo : gratuito

Grado di difficoltà: facile

Orari: dalle ore 10:30 alle 11:30, un turno a.m. della durata di 1 h circa

Orari: dalle ore 15:30 alle 16:30, un turno a.m. della durata di 1 h circa

Abbigliamento consigliato: sportivo, comodo

Attività di sensibilizzazione sui rapaci

A cura della ASD Occhi di Falco

Destinatari: tutte le età

Partecipanti: 10/15 MAX per laboratorio

Costo : gratuito

Grado di difficoltà: facile

Orari: dalle 12:00 alle 13:00, un turno a.m. della durata di 1 h circa

Orari: dalle 16:00 alle 17:00, un turno a.m. della durata di 1 h circa

Descrizione: i bambini potranno osservare da vicino alcuni rapaci e comprenderne la loro importanza all'interno dell'ecosistema.

Escursioni a Tiscali per famiglie e adulti

A cura di Sardinia Inside in Oliena

Destinatari: adulti e bambini dai 10 anni

Partecipanti: 30 max per escursione su prenotazione

Costo: € 20,00 adulti - € 10,00 bambini, (escluso biglietto di ingresso al villaggio Tiscali).

Grado di difficoltà: medio

Orari: dalle 9:00 alle 15:30 circa un turno a.m. della durata di 5-6 h circa

Abbigliamento consigliato: sportivo a strati, scarpe da trekking; cappellino, zaino a spalla, consigliata una giacca contro il vento o la pioggia.

Consigli: portare acqua, frutta, pranzo al sacco, snack energetico, protezione solare.

Escursioni per famiglie nella valle di Lanaito

A cura di Sardinia Inside in Oliena

Destinatari: adulti e bambini

Partecipanti: 20/25 max per escursione su prenotazione

Costo: € 7,00 adulti - € 3,00 bambini dai 6 anni – bambini sotto i 6 anni gratis.

Grado di difficoltà: facile

Orari: dalle 10:00 alle 12:00 circa un turno a.m. della durata di circa 1,5/2 h circa

Orari: dalle 14:00 alle 16:00 circa un turno p.m. della durata di circa 1,5/2 h circa

Abbigliamento consigliato: sportivo con scarpe da trekking; cappellino, zaino a spalla.

Consigli: portare acqua, protezione solare.

Escursioni nella voragine di Tiscali loc. Sos Troccos per adulti e famiglie

A cura di Sardinia Inside in Oliena

Destinatari: adulti e bambini dai 10 anni

Partecipanti: 20/25 max per escursione su prenotazione

Costo: € 25,00 pp adulti e bambini comprensivo del noleggio caschi protettivi con illuminazione

Grado di difficoltà: medio

Orari: dalle 9:00 alle 13:30 circa un turno a.m. della durata di 3-4 h circa

Abbigliamento consigliato: sportivo con scarpe da trekking, cappellino, zaino a spalla.

Consigli: portare acqua, frutta, pranzo al sacco, snack energetici, protezione solare

Descrizione: partenza dal punto di incontro in loc. Budurrai-Lanaito sino al raggiungimento della voragine di Tiscali, entrata in grotta dove si potrà ammirare, un fenomeno naturale consistente in un fascio di luce che attraversa una cavità naturale che illumina l'ambiente circostante

Percorsi guidati, escursioni individuali con noleggio di mountain bike, per adulti e famiglie

A cura di CTS Via Vai di Nuoro

Destinatari: adulti e bambini

Partecipanti: 10 max per percorso guidato su prenotazione (fino a esaurimento bici)

Costo: € 15,00 (percorso guidato con bici a nolo), comprensivo di caschi di protezione, al prezzo possono essere applicati sconti famiglia

Costo: € 8,00 (percorso guidato con bici propria) senza casco di protezione

Grado di difficoltà: basso-medio

Orari: dalle 10:00 alle 11:00 – dalle 11:30 alle 12:30 due turni a.m. di circa 1 h

Orari: dalle 14:00 alle 15:00 – dalle 15:30 alle 16:30 due turni p.m. di circa 1 h

Costo Nolo mountain bike: mezza giornata € 15,00 – giornata intera € 25,00

Abbigliamento consigliato: sportivo a strati, bandana da utilizzare come sottocasco,

Consigli: portare acqua, protezione solare, snack energetico

Descrizione attività: Noleggio mountain bike per escursioni individuali nella valle del Lanaitho (le bike dell'organizzazione sono 10 in totale), possibilità di poter effettuare il percorso guidato con mountain bike propria - caschi di protezione forniti dall'organizzazione in caso di noleggio e percorso guidato con mountain bike a nolo.

Ore 17,00 termine giornata

A disposizione:

- *Segreteria informativa*
- *Primo soccorso*

Non è prevista la somministrazione di pasti da parte dell'organizzazione, dunque, pranzo al sacco, è disponibile anche un'area attrezzata con panche e tavoli!

Per chi fosse interessato, nell'area adiacente è presente la cooperativa per la somministrazione di panini e bevande mentre nelle vicinanze dell'area della manifestazione sono presenti agriturismi e ristoranti

Ed una volta finito il pranzo, porta via i rifiuti con te!

Altre iniziative

Durante la manifestazione si celebrerà la giornata europea della Rete Natura 2000 con la presentazione dei progetti Life+ ai quali l'Agenzia Forestas collabora, ovvero il progetto sul Cervo sardo-corso One deer two islands ed il progetto sul Grifone Under Grifon wings

Inoltre, , presso la struttura la mostra dell'Agenzia Forestas "I tesori naturali di un'isola", e il gazebo istituzionale del Corpo Forestale di Vigilanza Ambientale.

Per informazioni ed iscrizioni scrivete a noilaforesta@enteforestesardegna.it o telefonate al numero 070.2799275– 247 dalle ore 8:00 alle ore 14:30 dal lunedì al venerdì.





Programma della giornata della foresta Villagrande Strisaili Parco di Santa Barbara - Luas (Villagrande Strisaili)

29 maggio 2016

Escursioni per i bambini e le famiglie

"I segreti del bosco, scopriamoli insieme!"

A cura della Società Irei srl di Villagrande Strisaili

Destinatari: famiglie con bambini da 3 a 5 anni – bambini senza adulti sopra i 5 anni

Partecipanti: 15 MAX per escursione su prenotazione

Costo: € 1,00 pp

Grado di difficoltà: semplice

Orari: dalle 9:30 alle 11:00 – dalle 11:30 alle 13:00 – dalle 15:00-16:30, tre turni della durata di circa 1h 30' ciascuno (circa)

Abbigliamento: si consiglia abbigliamento sportivo con scarpe comode, zainetto con acqua, protezione solare e capellino.

Descrizione attività: Dopo una brevissima presentazione dell'attività, seguendo un percorso prestabilito, si andrà alla ricerca di emergenze archeologiche all'interno del parco di Santa Barbara. I bambini aiutati dagli operatori della società compileranno una scheda descrittiva del monumento individuato.

Escursione tour in mountain bike per adulti

A cura della Società MTB Sardinia con sede in Cardedu

Destinatari: dai 18 anni

Partecipanti: 10 MAX per tour su prenotazione

Costo: €15,00 pp

Grado di difficoltà: escursionistico

Orari: dalle 9:30 alle 11:00 – dalle ore 11:30 alle 13:30 (circa) due turni a.m. della durata di circa 1 h 30'

Orari: dalle 15:30 alle 17.00 (circa) un turno p.m. della durata di circa 1 h 30'

Dotazioni fornite dalla Società: mountain bike, casco

Abbigliamento: abbigliamento comodo leggero a strati, zainetto con acqua, snack energetico

Descrizione attività: tour in mountain bike consigliato solo a chi ama pedalare ma soprattutto a chi ama e apprezza la natura, l'attività si svolge sotto l'attento controllo di una guida certificata ed è rivolta principalmente agli adulti.

Altre opzioni: possibilità di noleggio mountain bike elettrica costo € 15,00 pp. (circa)

Escursioni a cavallo e battesimo della sella per bambini

A cura del Centro Equestre Monte Idolo in Arzana

Destinatari: adulti, bambini e famiglie

Partecipanti: 6 max alla volta

Costo: € 5,00 battesimo della sella per bambini sul pony - avvicinamento al cavallo

Orari dalle ore : 10:00 turni della durata di circa 10 minuti

Grado di difficoltà: facile

Abbigliamento consigliato: comodo

Dotazioni: la società fornisce caschi e corpetti antinfortunistici

Descrizione: (battesimo della sella) giornata dedicata ai piccoli cavalieri che in compagnia di alcuni piccoli amabili e docili pony effettueranno la loro prima passeggiata a cavallo in un breve percorso accompagnati da un istruttore in massima sicurezza e attenzione.

Costo: € 25,00 pp per escursione a cavallo

Orari: dalle 10:00 intera giornata sino alle 17:00 turni della durata di 1 h

Grado di difficoltà: medio-alto

Abbigliamento consigliato: sportivo, comodo con calzature chiuse

Laboratori itineranti di Educazione Ambientale biowatching destinati a bambini e bambine più adulti.

A cura di Contini Maria Stefania dell'Associazione Alla scoperta di...

Destinatari: famiglie con bambini tra i 4 e 10 anni

Partecipanti: 20 MAX bambini più adulti su prenotazione

Costo: € 10,00 (bambino più adulto) secondo bambino € 5,00

Grado di difficoltà: per tutti

Orari: dalle 10:30 alle 12:30 circa, un turno a.m. della durata di circa 2 h

Orari: dalle 15:00 alle 17:00 circa, un turno p.m. della durata di circa 2 h

Dotazioni: a disposizione materiali per i calchi delle impronte degli animali

Abbigliamento: si consiglia un abbigliamento comodo a strati, scarpe chiuse,

Descrizione attività: una passeggiata alla ricerca dei segni di presenza degli animali cercando di fare silenzio per percepire le loro tracce sul territorio; costruzione dei calchi delle impronte

Escursione per bambini e famiglie "... in bici elettrica sul lago"

A cura della Società E-motion snc in Ulassai

Destinatari: adulti, bambini da 1 a 8 anni

Partecipanti: 13 adulti e MAX 5 bambini per escursione su prenotazione

Costo: € 5,00 (servizio guida) - noleggio e-bike € 10,00 pp - noleggio carrellini bimbi e partecipazione bambini gratuito

Grado di difficoltà: lieve

Orari: dalle 10:00 alle 12:00 circa, un turno a.m. della durata di circa 1 h 30'-2 h

Orari: dalle 15:00 alle 17:00 circa, un turno p.m. della durata di circa 1 h 30'-2 h

Dotazioni: a disposizione dei partecipanti verranno messe le e-bike, caschi, borse

laterali cicloturismo, i rimorchi bimbi

Abbigliamento: si consiglia un abbigliamento comodo a strati, scarpe chiuse, bandana per il casco, giacca a vento, protezione solare, acqua, snack energetico, chi preferisce portare la bike personale deve portare anche tutta l'attrezzatura compreso il casco.

Descrizione attività: una gita in bicicletta elettrica con percorsi semplici su strada asfaltata lungo le sponde del lago Alto Flumendosa, che regalerà alla vista degli splendidi paesaggi.

Escursioni per adulti

A cura della Società E-motion snc in Ulassai

Destinatari: adulti

Partecipanti: 20 MAX per escursione su prenotazione

Costo: € 7,00 pp.

Grado di difficoltà: lieve (T)

Orari: dalle ore 9:30 alle 12:30 un turno a.m. di circa 3 h ciascuno fino al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti

Orari: dalle ore 15:00 alle 17:00 un turno a.m. di circa 3 h ciascuno fino al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti.

Abbigliamento: si consiglia un abbigliamento comodo e a strati, scarpe chiuse, giacca a vento, protezione solare, zainetto con acqua e snack energetico.

Descrizione: Una piacevole escursione volta alla conoscenza del territorio circostante, tra boschi lussureggianti, sorgenti oligominerali e chiese campestri.

Laboratorio del gusto.. degustazione dei mieli prodotti dall'Agencia Forestas e apicoltura

A cura dell'Agencia Laore Sardegna

Destinatari: adulti

Partecipanti: 20 MAX fino ad esaurimento dei posti

Costo: gratuito

Orari: dalle 10:30 alle 11:15 circa, un turno a.m. della durata di 30/45 minuti circa

Orari: dalle 15:30 alle 16:15 circa, un turno p.m. della durata di 30/45 minuti circa

Descrizione: presso il centro aziendale loc. Luas, verrà predisposto l'assaggio dei mieli prodotti dall'Agencia Forestas della Sardegna con apposito kit individuale fornito dall'organizzazione, descrizione organolettica dei mieli, differenze, cenni di apicoltura, sempre nello stesso centro sarà visitabile il laboratorio per la smielatura e confezionamento del miele.

Attività di sensibilizzazione sui rapaci

A cura della ASD Occhi di Falco

Destinatari: tutte le età

Partecipanti: 10/15 MAX per laboratorio

Costo : gratuito

Grado di difficoltà: facile

Orari: dalle 12:00 alle 13:00, un turno a.m. della durata di 1 h circa

Orari: dalle 16:00 alle 17:00, un turno a.m. della durata di 1 h circa

Descrizione: i bambini potranno osservare da vicino alcuni rapaci e comprenderne la loro importanza all'interno dell'ecosistema.

Arrampicata sugli alberi ...

a cura della a cura della UISP Unione Italiana Sport per tutti

Destinatari: tutte le età, famiglie, bambini, adulti

Partecipanti: 1 per volta per prova pratica

Costo: gratuito

Grado di difficoltà: facile

Abbigliamento consigliato: sportivo

Orari: dalle ore 10:00 alle 13:00 diversi turni a.m. durata di 20' minuti circa

Orari: dalle ore 14:00 alle 16 diversi turni p.m. della durata di 20' minuti circa

Descrizione: dopo il tree climbing, o arrampicata sugli alberi, è un divertente ed insolito modo per giocare ed imparare, permette a chiunque di provare l'emozione di salire su un albero, anche fino a molti metri di altezza, in assoluta sicurezza. Gli arrampicatori sono dotati di imbracatura e casco protettivo, un assistente a terra tiene costantemente pretensionata la fune di sicurezza così da permettere il movimento senza possibilità di cadute.

Tiro con l'arco ...

a cura della UISP Unione Italiana Sport per tutti

Destinatari: adulti, bambini sopra i nove anni

Partecipanti: da 2/3 per volta per prova pratica

Costo: gratuito

Grado di difficoltà: facile

Abbigliamento consigliato: sportivo

Orari: dalle ore 10:00/13:00 diversi turni a.m. durata di 20' minuti circa

Orari: 14:00/16 diversi turni p.m. della durata di 20' minuti circa

Descrizione: Il contatto con l'ambiente e la natura è parte essenziale di questo sport, si approfitta della bella stagione per praticarlo all'aria aperta. Le frecce vengono scagliate contro bersagli circolari e contrassegnati da cerchi concentrici di differente colore, posti a distanze diverse.

Camminata per famiglie

a cura della a cura della UISP Unione Italiana Sport per tutti

Destinatari: adulti, bambini, portatori di handicap

Partecipanti: 15/20 max prova pratica

Costo: gratuito

Grado di difficoltà: facile

Orari: dalle ore 10:00 alle 11:30 un unico turno della durata di circa 1,5 h

Abbigliamento consigliato: sportivo, comodo, cappellino, zaino

Consigli: portare zainetto con acqua e snack energetico, protezione solare.

Concorso fotografico ...

a cura della PROLOCO Villagrande Strisaili

Destinatari: per tutti

Partecipanti: illimitato

Costo: gratuito

Orari: dalle ore 10:00 alle 16:30 premiazione

Abbigliamento consigliato: comodo, cappellino

Consigli: portare macchina fotografica

Descrizione: alla scoperta della foresta e dei suoi abitanti, le fotografie dei

partecipanti verranno stampate e alle ore 16:30 verrà effettuata la premiazione.

ore 17,00 termine giornata

A disposizione:

- *Segreteria informativa*
- *Primo soccorso*

***Non è prevista la somministrazione di pasti da parte dell'organizzazione, dunque, pranzo al sacco.
E' disponibile anche un'area attrezzata con panche e tavoli!***

Per chi fosse interessato sono presenti bar, punti ristoro per la somministrazione di panini e bevande mentre nelle vicinanze dell'area della manifestazione sono presenti albergo, agriturismi e ristoranti

Ed una volta finito il pranzo, porta via i rifiuti con te!

Altre iniziative

Durante la giornata sarà visitabile il gazebo istituzionale del Corpo Forestale di Vigilanza Ambientale e presso il centro aziendale Luas il laboratorio di smielatura con visite guidate e spiegazioni da parte del personale Agenzia Forestas e la mostra dell'Agenzia Forestas "I tesori naturali di un'isola" sulla biodiversità della Sardegna.

Per informazioni ed iscrizioni scrivete a noilaforesta@enteforestesardegna.it o telefonate al numero 070.27.99.275 – 070.27.99.247



Programma della giornata della foresta Monte Limbara Nord località "Vallicciola" (Tempio Pausania)

15 maggio 2016

**Laboratorio di Educazione Ambientale "Noccioli e alberi .. aspettando i
...venti.. isole che parlano.. ai bambini" destinati a bambini e bambine.**

A cura della Associazione Sarditudine in Palau

Destinatari: bambini da 4-12 anni

Partecipanti: 15 MAX per laboratorio su prenotazione

Costo: € 8,00 pp

Grado di difficoltà: basso, richiesta la presenza di un adulto.

Orari: dalle 10:00 alle 12:00, un turno a.m. della durata di circa 2 h

Abbigliamento: comodo

Descrizione attività: attività di gioco informazione sui temi dell'ambiente, del territorio dell'uso sostenibile, prima fase di gioco dove si dà spazio alla scoperta e esplorazione polisensoriale degli elementi naturali e una seconda fase di attività manuale creativa con la realizzazione di piccoli semenzai.

Nordic Walking "L'arte del camminare bene ... e vivere il territorio"

A cura della Scuola del Cammino unico centro di formazione per la Sardegna per il Nordic walking e fitwalking referente regionale Msp/Nordic walking Accademy

Destinatari: dagli 8/10 anni in su

Grado di difficoltà: facile

Partecipanti: 10/15 max per escursione su prenotazione

Costo: € 5,00 pp

Orari: dalle 10:00 alle 11:00 un turno a.m. della durata di 1 h circa

Orari: dalle 14:30 alle 15:30 un turno p.m. della durata di 1 h circa

Abbigliamento consigliato: sportivo o da montagna

Descrizione: disciplina sportiva, che dà al cammino una dimensione di vera e propria attività di fitness, fruibile all'aria aperta e godendo, nel frattempo delle bellezze del territorio. Briefing/teorico/pratici e tecnici per tutti. Utilizzo dei bastoncini specifici forniti dalla associazione dietro presentazione di un documento di identità

Fitwalking "L'arte del camminare bene e vivere il territorio"

A cura della **Scuola del Cammino** unico centro di formazione per la Sardegna per il fitwalking

Destinatari: dagli 8/10 anni in sù

Partecipanti: 25 max per escursione su prenotazione;

Costo: € 5,00 pp

Grado di difficoltà: basso

Orari: dalle 11:30 alle 12:30 un turno a.m. della durata di 1 h circa

Orari: dalle 16:00 alle 17:00 un turno p.m. della durata di 1 h circa

Abbigliamento consigliato: sportivo con scarpe da running

Descrizione: disciplina sportiva, che dà al cammino una dimensione di vera e propria attività di fitness, fruibile all'aria aperta e godendo, nel frattempo delle bellezze del territorio. Briefing/teorico/pratici e tecnici per tutti

Camminata per i bambini e le famiglie

A cura della Associazione **Tutt'a Pedi in Aggius**

Destinatari: famiglie con bambini a partire dagli 8 anni

Partecipanti: 30 MAX per attività su prenotazione

Costo: € 10,00 adulti - € 5,00 bambini

Grado di difficoltà: turista

Orari: dalle 10:00 alle 13:00 un turno a.m. della durata di circa 3 h circa

Orari: dalle 14:30 alle 17:00 un turno p.m. della durata di circa 2,5 - 3 h circa

Abbigliamento: comodo, scarpe da trekking, abbigliamento adatto in caso di pioggia, zaino, cappellino.

Consigli: portare acqua, frutta, pranzo al sacco, snack energetico

Descrizione attività: camminata trekking ad anello, partenza e rientro a Vallicciola, leggere pendenze facilmente superabili.

Avvicinamento all'orienteeing per trascorrere una sana giornata all'aria aperta

a cura della **FISO Federazione Italiana Sport orienteeing**

Destinatari: tutte le età, famiglie, bambini, adulti

Partecipanti: 15 per volta per escursione prova pratica

Costo: € 3,00 tessera assicurativa

Grado di difficoltà: basso

Orari: 10:00/10:45 - 11:00/11:45 - 12:00/12:45 tre turni a.m. della durata di 30/45' minuti circa

Orari: 14:00/14:45 - 15:00/15:45 due turni p.m. della durata di 30'/45' minuti circa

Abbigliamento: Comodo, sportivo

Laboratorio del gusto.... degustazione dei mieli prodotti dall'Agencia Forestas e cenni di apicoltura

A cura dell'Agencia Laore Sardegna

Destinatari: adulti

Partecipanti: 20 MAX fino ad esaurimento dei posti

Costo: gratuito

Orari: dalle 10:30 alle 11:15 circa, un turno a.m. della durata di 30/45 minuti circa

Orari: dalle 15:30 alle 16:15 circa, un turno p.m. della durata di 30/45 minuti circa

Descrizione: attività di assaggio dei mieli prodotti dall'Ente Foreste della Sardegna con apposito kit individuale fornito dall'organizzazione, descrizione organolettica dei mieli, differenze, cenni di apicoltura.

Attività di sensibilizzazione sui rapaci

A cura della ASD Occhi di Falco

Destinatari: tutte le età

Partecipanti: 10/15 MAX per laboratorio

Costo : gratuito

Grado di difficoltà: facile

Orari: dalle 12:00 alle 13:00, un turno a.m. della durata di 1 h circa

Orari: dalle 16:00 alle 17:00, un turno a.m. della durata di 1 h circa

Descrizione: i bambini potranno osservare da vicino alcuni rapaci e comprenderne la loro importanza all'interno dell'ecosistema.

Ore 17,00 termine giornata

A disposizione:

☐ Segreteria informativa

☐ Primo soccorso

Non è prevista la somministrazione di pasti da parte dell'organizzazione, dunque, pranzo al sacco, è disponibile anche un'area attrezzata con panche e tavoli!

Ed una volta finito il pranzo, porta via i rifiuti con te!

Per chi fosse interessato, nell'area adiacente è presente un bar e punto ristoro per la somministrazione di panini e bevande mentre nelle vicinanze dell'area della manifestazione sono presenti albergo, agriturismi e ristoranti.

Altre iniziative

Durante la giornata sarà visitabile il gazebo istituzionale del Corpo Forestale di Vigilanza Ambientale.

Per informazioni ed iscrizioni scrivete a noilaforesta@enteforestesardegna.it o telefonate al numero

070.2799275 – 070.27.99.247