

COME UNA VOLTA



SAINT-GEORGES

COME UNA VOLTA: Vita al ritmo della natura

Appuntamento parcheggio Maison Pellissier. Passeggiata guidata adatta a tutti per scoprire la filiera della segale percorrendo i vari itinerari che conducono ai forni e ai mulini presenti sul territorio, restaurati nella loro forma originaria, per conoscere le persone che in questi luoghi abitano e lavorano in piena armonia con la natura, proprio "come una volta". Il tutto coronato da un aperitivo specialissimo a marchio Qualità Gran Paradiso!

ATTIVITÀ GRATUITA

- **Sabato 24 Luglio** 9.30 - 13; 15 - 18.30
- **Venerdì 30 Luglio** 9.30 - 13; 15 - 18.30
- **Venerdì 6 Agosto** 9.30 - 13; 15 - 18.30
- **Sabato 21 Agosto** 9.30 - 13; 15 - 18.30

PASSEGGIATA AL CREPUSCOLO... CON APERITIVO!

Appuntamento Parcheggio area verde davanti a Maison Pellissier. Dopo un piacevole aperitivo offerto presso uno degli operatori a marchio di qualità, passeggiata tranquilla nei boschi vicini al fondovalle, tutta dedicata ad assaporare la magia che regala il crepuscolo.

- **Venerdì 25 Giugno** 18.00 - 21.00
- **Venerdì 9 Luglio** 18.00 - 21.00
- **Mercoledì 25 Agosto** 18.00 - 21.00

PASSEGGIATA ALL'ALBA... CON COLAZIONE!

Appuntamento Parcheggio area verde davanti a Maison Pellissier. Passeggiata tranquilla nei boschi vicini al fondovalle, immersi nella natura che si risveglia. Al termine della passeggiata, colazione offerta presso un operatore con marchio qualità del Parco.

- **Domenica 25 Luglio** 5.00 - 9.00
- **Giovedì 19 Agosto** 5.00 - 9.00

COME UNA VOLTA: l'agricoltura eroica della Valle d'Aosta

Appuntamento parcheggio Area verde di Villeneuve. Passeggiata verso il castello Châtel Argent e tra i vigneti fino a raggiungere i campi dell'Azienda agricola Potager de Famille, dove sarà possibile visitare i campi ma anche fare la spesa...direttamente nell'orto!

ATTIVITÀ GRATUITA

- **Giovedì 22 Luglio** 17.00 - 20.30
- **Giovedì 19 Agosto** 17.00 - 20.30

FESTA DELLA SEGALE

Come ogni anno Rhêmes Saint Georges offre un momento dedicato alla presentazione del progetto La Vallée du Seigle, con gli aggiornamenti sullo sviluppo del progetto stesso e il racconto delle persone che l'hanno reso possibile con la loro attiva partecipazione.

ATTIVITÀ GRATUITA

- **Sabato 14 Agosto** Ore 14:30 - 18:30
- Info e prenotazioni T. 0165.907634

FIABE SONORE: I musicanti di Brema

Appuntamento area esterna di Maison Pellissier; attività dedicata ai bambini 3-12 anni. A cura dei maestri Luca Gamberoglio e Andrea Costamagna, una interpretazione dinamica e coinvolgente di una delle fiabe più conosciute dei fratelli Grimm: I musicanti di Brema.

ATTIVITÀ GRATUITA

- **Giovedì 5 Agosto** 16,30 - 18.00

ESCURSIONE "IL MONDO DELLE PIANTE"

Appuntamento davanti alla Chiesa. Passeggiata guidata lungo il sentiero che porta al Casotto dei guardaparco al Mont Blanc, tutta dedicata al mondo delle piante: particolarità, curiosità, usi di fiori e piante nella cultura popolare.

- **Domenica 1 Agosto** 9.30-17.00

NOTRE-DAME

UOMO & NATURA: yoga in vetta

Dal 19 Giugno al 3 Luglio ogni giorno dalle 16.30 alle 17.30 una lezione di yoga con Daniela Dal Pos nella splendida cornice del Rifugio delle Marmotte.

- **Venerdì 25 Giugno** Aperitivo offerto!

Prenotazioni obbligatorie presso il Rifugio: 389 348 8785 info@rifugiodellemarmotte.it

STORIE SONORE: I Cassetti di Elena

Appuntamento Hotel Granta Parey a Chanavey. Attività dedicata ai bambini 0-10 anni: storie sonore che nascono intorno ai suoni, suoni e rumori capaci di innescare la fantasia e la memoria.

ATTIVITÀ GRATUITA

- **Venerdì 16 Luglio** 16,30 - 18.00

IL PAESAGGIO RACCONTA: Passeggiata con l'interprete ambientale

Appuntamento a Chanavey presso il Centro Visitatori del Parco; escursione con Guida del Parco esperta in interpretazione ambientale per imparare a guardare con occhi nuovi il paesaggio intorno a noi e scoprire quale storia ci racconta.

- **Sabato 17 Luglio** 15.00 - 18.00
- **Mercoledì 18 Agosto** 15.00-18.00

PASSEGGIATA AL CREPUSCOLO... CON APERITIVO!

Appuntamento a Chanavey, Centro Visitatori del Parco.

Dopo un piacevole aperitivo offerto presso uno degli operatori a marchio di qualità, passeggiata tranquilla nei boschi vicini al fondovalle, tutta dedicata ad assaporare la magia che regala il crepuscolo.

- **Sabato 17 Luglio** 18.30 - 21.00
- **Mercoledì 18 Agosto** 18.30 - 21.00

IMMERSIONE IN FORESTA ALL'ALBA... CON COLAZIONE!

Appuntamento parcheggio del villaggio Pellaud. Si parte alle prime luci dell'alba per l'incredibile esperienza del "bagno di foresta". L'effetto foresta ci farà riflettere su un organismo umano unificato, in grado di orientarsi nell'ambiente e di lasciarsi attrarre dalle informazioni e dagli elementi che possono di volta in volta migliorare il suo ben essere psicofisico. Al termine colazione offerta a tutti i partecipanti

- **Sabato 31 Luglio** 5.00-9.00
- **Venerdì 20 Agosto** 5.00-9.00

IMMERSIONE IN FORESTA AL CREPUSCOLO...CON APERITIVO!

Appuntamento parcheggio del villaggio Pellaud. Dopo un piacevole aperitivo offerto, si dà inizio all'incredibile esperienza del "bagno di foresta". L'effetto foresta ci farà riflettere su un organismo umano unificato, in grado di orientarsi nell'ambiente e di lasciarsi attrarre dalle informazioni e dagli elementi che possono di volta in volta migliorare il suo ben essere psicofisico.

- **Venerdì 23 Luglio** 18.30-21.30
- **Mercoledì 4 Agosto** 18.30-21.30

ARTE E NATURA. LABORATORIO CREATIVO PER BAMBINI

Dai 4 ai 10 anni.

Appuntamento al villaggio Pellaud. Esperienze di creatività tramite l'utilizzo di diverse tecniche espressive per realizzare opere immerse nell'ambiente, elaborazioni colorate e fantasiose, sculture leggere. Merenda offerta a fine attività.

ATTIVITÀ GRATUITA

- **Lunedì 2 Agosto** ore 15.30 - 17.00

Info e iscrizioni T. 340.7224851

Atelier Sottosopra

ESCURSIONE "VITA DA PREDATORI"

Appuntamento al Centro visitatori di Chanavey. Escursione con guida alla scoperta del mondo dei predatori del Parco. Pranzo al sacco. Al termine dell'escursione, il gruppo potrà partecipare all'attività **Esperti in campo**, incontro con il Direttore del Parco Dott. Bruno Bassano, per un interessante approfondimento sul lupo.

- **Domenica 8 Agosto** 9.30-16.00

UOMO & NATURA: Mindfulness in Rifugio

Trekking di due giorni con guida esperta di Immersioni in Foresta e Pier Luigi Rizzi - armatore mindfulness. Il **mindfulness trekking** e tutte le attività di meditazione nella natura sono un'esperienza di benessere psicofisico e un prezioso spazio da dedicare a se stessi ed alla crescita personale, il tutto nella meravigliosa cornice del **Rifugio delle Marmotte**, struttura con marchio Qualità Gran Paradiso gestito dai volontari dell'Operazione Mato Grosso.

- **Da Martedì 10 Agosto** ore 14.00
- **a Mercoledì 11 Agosto** ore 16.00

ESCURSIONE "RACCONTARE LA MERAVIGLIA: PASSI E PAROLE AL RITMO DELLA NATURA"

Una giornata immersi nella natura per ritrovare l'equilibrio tra le due principali entità del nostro essere: il corpo e la mente. camminando verso il **Rifugio Benevolo** recupereremo insieme il legame tra natura e cultura. Accompagnati da una guida ambientale escursionistica e da un'autrice andremo a scoprire i segreti più profondi, sfogliando con la prima il libro della natura e con la seconda testi di **Henry David Thoreau** e non solo. Caffè e aperitivo offerti!

- **Giovedì 26 Agosto** 9.00-17.00

RHÊMES À MANGER

Assaggi itineranti in e-bike.

Prodotti locali & mobilità sostenibile in un'unica giornata.

- **Venerdì 27 Agosto** 10.00 - 15.00

Info e prenotazioni T. 347.1022973

ESCURSIONE "UN RIFUGIO PER TUTTI"

Escursione al **Rifugio delle Marmotte** tutta dedicata alle persone con disabilità, accompagnate da guide e volontari appositamente formati. L'iniziativa, promossa dal Comune di Rhêmes Notre Dame nell'ambito del progetto **Come una volta**, nasce dalla collaborazione tra il Rifugio delle Marmotte (Operazione Mato Grosso), Aspert - Associazione per tutti di Courmayeur e l'Associazione Talitakum a.s.d. di Carignano.

- **Sabato 4 Settembre** 9.30-18

Info presso il Rifugio: 389 348 8785 info@rifugiodellemarmotte.it

Tutte le attività sono svolte nel rispetto delle norme anti Covid. Prenotazione obbligatoria sulla pagina del sito del Parco Nazionale Gran Paradiso oppure ai recapiti indicati in locandina.

www.pngp.it/escursioni2021 (Valle di Rhêmes)
www.pngp.it/iniziative