



paesaggi fluviali

Il fiume quando arriva in pianura, se trova un letto pronto ad accoglierlo, cambia forma e rallenta il suo fluire. Ciottoli, sabbia, piante e fiori divengono un tutt'uno con l'acqua dando vita a un paesaggio in cui si intrecciano natura, storia e cultura. Il paesaggio ci riguarda, specchio di noi stessi, e non solo valenza estetica e contemplativa, ma anche discorsiva ed etica: ci ricorda chi siamo e chi siamo stati, ci invita a riflettere su ciò che vogliamo essere (M. VV. *Un Paesaggio ritrovato. Dieci anni di Parco*).

«Mi piace pensare alla superficie della terra come alla pagina di un racconto, la cartinescenza di una storia cominciata da pagine precedenti. È la narrazione dipendente dalla pagina che sta leggendo oggi». Tullio Pericoli



all'aria aperta

Ora che hai imparato a conoscere il fiume puoi provare a prenderlo: l'acqua tra le mani e tenere il grande gigante d'acqua un istante con te. Entra e tutto ciò che ti circonda possono diventare spunto e narrazione di piccole-grandi avventure. Immergiti nel verde, concentrati sui suoni e profumi delle cose da permettere a tutti i tuoi sensi di affinare le percezioni. Il benessere del tempo trascorso in natura si farà sentire presto e non potrai più

La via del gigante d'acqua
7 - AR-CULLA SE DONNE



f'Orma. Il fiume a piede libero

A CURA DEL PARCO FLUVIALE GESSO E STURA

Situato nel Parco fluviale Gesso e Stura, a pochi minuti a piedi dal centro di Cuneo, "f'Orma. Il fiume a piede libero" è uno spazio multisensoriale accessibile ed inclusivo dove vivere un contatto diretto ed emozionale con la natura ed in particolare con l'acqua.

Camminando a piedi nudi lungo i sentieri, si scoprono i diversi ambienti che compongono il paesaggio fluviale, con ricadute positive sul benessere psico-fisico. Stazioni attrezzate ed esperienze multisensoriali permettono al visitatore di lavorare sull'equilibrio e la propriocezione, la capacità di percepire e riconoscere la posizione del proprio corpo nello spazio.

Camminare a piedi nudi (*barefooting*) è un gesto semplice, che riporta al piacere del contatto con il terreno e con la natura.

f'Orma presenta un doppio livello di fruizione:

– un'esperienza ludico/didattica adatta a tutti e in particolar modo alle famiglie alla scoperta dei principali ambienti che caratterizzano il paesaggio fluviale attraverso la stimolazione sensoriale.

La *Via del Gigante d'Acqua* è un percorso tematico dedicato ai più piccoli alla scoperta di Gorg, il gigante d'acqua, simbolo del fiume che scorre modellando il paesaggio.

Grazie ad una mappa-libro dedicata, i bambini vengono guidati alla ricerca del gigante utilizzando i sensi, seguendo le tracce che ha lasciato lungo il percorso: le pietre di fiume, i materiali naturali dentro le vasche, le pietre sonore, le impronte, il ruscello e il lago;

– un percorso dedicato all'attività motoria in natura per esercitare l'equilibrio e la proprioccezione attraverso esperienze progettate in collaborazione con l'Azienda Ospedaliera Santa Croce e Carle di Cuneo. Nella "piazza del neuroequilibrio" semplici esercizi permettono di valutare il proprio stato sensoriale; le prove sono adatte a tutti e possono essere eseguite a qualunque età. Lo spazio è stato concepito come luogo accessibile e inclusivo, adatto ad essere fruito da tutti: famiglie con bambini, anziani e persone con disabilità fisiche e motorie. Specifici accorgimenti tecnici consentono l'accesso in autonomia anche a persone non vedenti. All'inizio del percorso è possibile consultare una mappa visivo-tattile orientativa che riporta le principali attività presenti nelle diverse aree dello spazio.

Al suo interno vengono organizzate numerose attività specifiche per adulti e bambini, corsi e laboratori; lo spazio inoltre ospita spettacoli ed eventi.

Realizzato con il contributo dell'Unione Europea nell'ambito del progetto di cooperazione transfrontaliera Interreg ALCOTRA "NAT.SENS. Naturalmente, a spasso con i sensi", l'Orma fa parte di una rete transfrontaliera di percorsi sensoriali ideati per sviluppare nuove forme di eco-turismo alla portata di tutti ed educare al contatto con la natura grazie alla scoperta e al gioco.

Esperienze sensoriali da vivere a piedi nudi e inclusività rappresentano le caratteristiche principali di ciascun percorso, ognuno incentrato su una tematica specifica:

"La foresta in punta di piedi" presso il Parco della Mandria a Venaria Reale (To)

"La montagna ai tuoi piedi" a Morgex (Ao)

"Una fattoria da vivere" presso la Ferme de Chosal a Copponex (Alta Savoia)

