

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

IN COLLABORAZIONE CON



Alcune iniziative sono realizzate nell'ambito di  
Progetto SENSATION finanziato dal programma Interreg ALCOTRA  
Progetto ACOUA - Codice AID 012618/0177 finanziato dall'Agenzia Italiana per la Cooperazione allo Sviluppo



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

## 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.parcofluviale@comune.cuneo.it](mailto:eventi.parcofluviale@comune.cuneo.it)

### INFOPOINT PARCO FLUVIALE

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

[WWW.PARCOFLUVIAGESSOSTURA.IT](http://WWW.PARCOFLUVIAGESSOSTURA.IT)



APRILE-GIUGNO 2024

# f'Orma

il fiume a piede libero



f'Orma è un percorso sensoriale in cui il visitatore sviluppa un contatto diretto ed emozionale con la natura, in particolare con l'ambiente fluviale. L'invito che ti facciamo è di provare a metterti in contatto diretto con ciò che ti circonda, sfilati le scarpe, prova a dialogare con l'ambiente, regala un'impronta delicata al paesaggio, una traccia leggera, segno della tua presenza.



### EVENTI SPECIALI | DAL 7 APRILE

Domenica 7 aprile | ore 10.00-16.00 (In caso di pioggia 14 aprile)

■ F'ORMA. IL FIUME A PIEDE LIBERO | PICNIC CON GORG

Riapertura stagionale del percorso sensoriale.

Ore 10.00-16.00 ingressi liberi e gratuiti al percorso sensoriale.

Ore 10.30 e 14.00 visita giocata per famiglie con laboratorio sensoriale.

Ore 12.00-14.00 possibilità di portare e consumare il proprio picnic nell'area.

Prenotazione obbligatoria su [www.parcofluvialelegessostura.it](http://www.parcofluvialelegessostura.it)

oppure presso Infopoint/gratuito.

Domenica 26 maggio

■ CITTÀ IN NOTE | LA MUSICA DEI LUOGHI

Spettacoli e mini esperienze barefoot.

Prenotazione a Fondazione Artea.

Sabato 8 giugno | ore 17.00

■ ■ POROSA



Performance artistica con Matteo Marchesi e Marialuisa Capurso. Porosa è come un segreto che si sussurra tra gli alberi, un invito ad attraversare i confini tra ciò che è uomo, donna, pianta, erba. È la capacità di lasciar passare il mondo attraverso di sé, di lasciare che la luce danzi tra i suoi fili sottili. *Evento adatto a tutti.*

Prenotazione obbligatoria su [www.parcofluvialelegessostura.it](http://www.parcofluvialelegessostura.it) oppure presso Infopoint/gratuito.

Venerdì 14 giugno | ore 18.30

■ ■ YOGA DEGLI ELEMENTI | Terra, Aria, Acqua, Fuoco



Pratica di hatha yoga per adulti (anche principianti) alla ricerca di flessibilità, rilassamento e silenzio. È possibile partecipare al ciclo completo oppure ai singoli incontri in programma nel mese di luglio.

Prenotazione obbligatoria su [www.parcofluvialelegessostura.it](http://www.parcofluvialelegessostura.it) oppure presso Infopoint/gratuito.

### INGRESSI LIBERI AL PERCORSO | DAL 12 APRILE

Venerdì, sabato, domenica e festivi | ore 14.30-18.00

■ ■ F'ORMA. IL FIUME A PIEDE LIBERO

Possibilità di visite libere allo spazio sensoriale f'Orma.

Ingresso € 2 a persona.

### ESPERIENZE A PIEDI NUDI | DAL 13 APRILE

Sabato 13, 20, 27 aprile | ore 10.00

Sabato 4, 11, 25 maggio | ore 10.00

Sabato 1, 8, 15 giugno | ore 10.00

■ ■ LA VIA DEL GIGANTE D'ACQUA

Vivremo insieme un'entusiasmante avventura a piedi nudi alla ricerca di Gorg, il grande gigante d'acqua. *Visita giocata per famiglie.*

Prenotazione obbligatoria su [www.parcofluvialelegessostura.it](http://www.parcofluvialelegessostura.it) oppure presso Infopoint/€ 4 a persona.



f'Orma. Il fiume a piede libero

Cuneo, piazzale Walther Cavallera 13

INFORMAZIONI

[www.parcofluvialelegessostura.it](http://www.parcofluvialelegessostura.it)

[eventi.parcofluviale@comune.cuneo.it](mailto:eventi.parcofluviale@comune.cuneo.it) | 0171.444501



## PRIMAVERA AL PARCO... MESE PER MESE

### Aprile

Da domenica 7 aprile

#### F'ORMA. IL FIUME A PIEDE LIBERO | A PIEDI NUDI IN NATURA

Cuneo, f'Orma, p.le W. Cavallera 13

Riapertura stagionale del percorso sensoriale.

Vedi box sull'altro fronte del pieghevole per scoprire le prime attività.



Venerdì 19 aprile | ore 17.00-19.00

#### ELOGIO DELLE INSALATE SELVATICHE

Cuneo, Orto didattico, piste ciclabili lungo Gesso

Il cambiamento del clima modificherà anche le insalate che abbiamo nell'orto? Un seminario/laboratorio per adulti, per imparare a riconoscere alcune tra le insalate spontanee più comuni e comprendere, al contempo, le loro capacità di adattamento e di resistenza alle condizioni climatiche avverse.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) o presso Infopoint/€ 5 a persona.

Sabato 20 aprile, 18 maggio, 15 giugno | ore 15.30-17.00

#### VITA DA API | Un pomeriggio in apiario

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

L'apiario didattico del Parco fluviale è pronto ad accogliere grandi e piccoli.

Con l'ausilio di una telecamera ci occuperemo all'interno di un'arnia, intrufolandoci delicatamente nel magico mondo delle api.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) o presso Infopoint/€ 5 a persona.

Sabato 20 aprile | ore 16.00-17.30

#### AVVENTURA GEOLOGICA | Il trekking alla foresta fossile

Fossano, foresta fossile, ritrovo chiesetta di San Lazzaro

Una laguna salmastra con clima caldo e umido. Alberi simili a conifere, ma con radici come le mangrovie. Un mondo di ghiaccio che sta per arrivare e un mare che sta per sparire. Un'intera foresta che resta seppellita sotto 50 metri di terra e pietre. Non siamo in un romanzo di Verne, ma sulle rive di Stura dove l'instancabile azione dell'acqua fa riemergere e sparire di nuovo i resti della più antica foresta fossile italiana. Trekking adatto a tutti. PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) o presso Infopoint/€ 5 a persona.

### Maggio

Sabato 18 maggio | ore 15.30-17.00

#### VITA DA API | Un pomeriggio in apiario

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

Vedi 20 aprile

Sabato 25 maggio | ore 15.00-16.30

#### UN GIARDINO STRAORDINARIO

Borgo San Dalmazzo, Parco Grandis

Mini laboratorio di bombe di semi + eco-letture.

Entriamo in contatto con l'ambiente che ci circonda: ascoltiamo i suoni della natura urbana, osserviamo i colori della primavera e lasciamoci trasportare da eco-letture e attività sensoriali che faranno esplodere di colore giardini e balconi.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) o presso Infopoint/€ 5 a persona.



Sabato 25 maggio | ore 16.30-18.30

#### DIFESA PERSONALE

Cuneo, Bosco di Camilla, pista ciclabile lungo Gesso

Lezione gratuita di difesa personale rivolta alle donne in collaborazione con il Nucleo Pronto Intervento e Servizi mirati della Polizia Locale di Cuneo. L'evento è aperto alle donne di tutte le fasce di età. **Iscrizioni: 333.4847603/gratuito.**

### Giugno

Sabato 15 giugno | ore 15.30-17.00

#### VITA DA API | Un pomeriggio in apiario

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

Vedi 20 aprile

Sabato 15 giugno | ore 17.30-19.00

#### AVVENTURA BOTANICA | Il trekking delle orchidee

Cuneo, ex Riserva di Tetto Bruciato, ritrovo alla rotatoria del Ponte della Pace  
A poca distanza da Cuneo, un'area di prati aridi e macchie di cespugli sulle sponde del Gesso, dove fioriscono numerose specie di orchidee selvatiche, tutte rigorosamente protette. Un piccolo gioiello botanico tutto da scoprire per imparare gli affascinanti accorgimenti che queste bellissime piante mettono in atto per sopravvivere. Trekking adatto a tutti.

PO su [www.parcofluvialegeossostura.it](http://www.parcofluvialegeossostura.it) o presso Infopoint/€ 5 a persona.

Venerdì 21 giugno | dalle ore 16.30

#### FESTA DEL PARCO

Cuneo, area relax Santuario degli Angeli

Animazioni pomeridiane, possibilità di picnic libero, spettacolo finale. Vi aspettiamo numerosi per festeggiare insieme l'inizio dell'estate. **Gratuito.**

### GLOBALMENTE

#### Settimana civica di Cuneo

I mesi di aprile e maggio saranno ricchi di proposte realizzate nell'ambito del progetto **Lungo le vie dell'ACQUA: ambiente, cultura, qualità di vita per educare alla cittadinanza globale.** Incontri, laboratori, scambi per una prima travolgente edizione di **'GLOBALMENTE | Settimana civica di Cuneo'** in cui la comunità avrà modo di trovarsi a riflettere su temi che dal locale sfociano nel globale e viceversa portando ad attivare azioni di lotta al cambiamento climatico, della tutela dell'ambiente e della gestione sostenibile dell'acqua in prospettiva globale e inclusiva. **Qui di seguito trovi il dettaglio delle proposte promosse dal Parco fluviale Gesso e Stura. Tutte le iniziative sono gratuite. INFO: [www.comune.cuneo.it/globalmente](http://www.comune.cuneo.it/globalmente) [lungoleviedellacqua@comune.cuneo.it](mailto:lungoleviedellacqua@comune.cuneo.it)**

#### GLOBALMENTE | LE ANTICIPAZIONI

Venerdì 3 maggio | ore 15.00

#### C'ERA UNA VOLTA IL FIUME | Passato, presente e futuro di una risorsa vitale

Cuneo, La Casa del Fiume, p.le W. Cavallera 19

Convegno organizzato da Coordinamento Associazioni Ambientaliste di Cuneo in collaborazione con il Parco fluviale. **Ingresso libero.**

Sabato 4 maggio | ore 15.00-17.00

#### VITA DA API | Speciale GLOBALMENTE

Cuneo, La Casa del Fiume, p.le W. Cavallera 19

Pomeriggio dedicato alle api, sentinelle di biodiversità. Visita in apiario didattico e a

seguire mostra *Change. cambia il clima cambiamo anche noi*, focus biodiversità.

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

Sabato 11 maggio | ore 15.00-16.30

#### ORTO RESISTENTE LAB. E ORTO DIDATTICO APERTO

Cuneo, Orto didattico, pista ciclabile lungo Gesso

Laboratorio per bimbi dai 5 anni in su. Nell'orto didattico non crescono solo ghiotte verdure, ma anche tante specie vegetali, arboree e floreali, importanti indicatori di biodiversità. Non solo luogo che ci regala cibo, ma ambiente che ci insegna principi utili sull'equilibrio degli ecosistemi e della natura. Inoltre durante il pomeriggio sarà possibile visitare la struttura recentemente rinnovata e scambiare 'chiacchiere orticole' con gli operatori del Parco fluviale.

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

Domenica 12 maggio

#### LABORATORI ARTISTICO-AMBIENTALI E TALK CON ALESSIA IOTTI - ALTERALES E IL TEAM DIDATTICA DEL PARCO FLUVIALE

Cuneo, La Casa del Fiume e f'Orma

Alessia Iotti è fumettista e attivista ambientale. Con i suoi disegni si impegna a spiegare in modo semplice ed efficace il cambiamento climatico, le strategie da adottare per limitare il nostro impatto sul pianeta e salvare l'ambiente.

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



#### ore 10.00 | LA CRISI CLIMATICA ESISTE, NON È UN UNICORNO

Se pensi che sia importante fare la differenza, se ami il green (ma anche gli altri colori), se ti preoccupi di come salvare il Pianeta, questo evento fa per te. Incontro per famiglie con bimbi dai 9 anni in su con Alessia Iotti - Alterales autrice di 'La crisi climatica esiste, non è un unicorno' (Mondadori, 2023). Dialogano con lei i bimbi del progetto 'Le valigie del cambiamento' e il Team didattica del Parco.

#### ore 11.00 | INSIEME SIAMO FORESTA

Esperienza a piedi nudi + laboratorio artistico per famiglie con bimbi dai 9 anni in su. La chiave del futuro sta nella collaborazione. Gli alberi più di chiunque ci insegnano che il gioco di squadra è vincente. Noi siamo in grado di sentirci una foresta, di fidarci degli altri, di collaborare?

#### ore 15.00 | VEDERE PER CRESCERE

Come cresciamo? Che forma vogliamo prendere? Possiamo davvero crescere all'infinito? Per capire la crescita di un albero basta osservare i suoi cerchi, ma come visualizzare la nostra crescita? Un laboratorio per famiglie con bimbi dai 7 anni in su per esplorare i nostri limiti e scoprire che il mondo non si può allargare ma il nostro sguardo sì.

14-26 maggio | Mostra visitabile dal martedì alla domenica

### Archeoplastica

Cuneo, Palazzo Santa Croce, via Santa Croce 6

Archeoplastica è un progetto di sensibilizzazione al tema dell'inquinamento delle acque causato dalla plastica. In esposizione una selezione di reperti provenienti da diverse località italiane. **Ingresso libero e gratuito.**

### e poi ancora

PLASTIC FREE | TREK ECOLOGICO | UPCYCLING | SWAP PARTY | CICERONI DEL CLIMA | ORTO LUNARE | PIANO COMUNALE DI EDUCAZIONE ALLA CITTADINANZA GLOBALE | ECOANSIA