



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Imola



ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA

SOTTO IL SOLE IN MOVIMENTO: CAMMINARE ALL'ARIA APERTA

Venerdì 24 marzo 2023 ore 17.00

Passeggiata sonora: alla scoperta dei suoni della città

Auditorium Osservanza, Via Vittorio Padovani 9 Imola (palestra pubblica all'aperto del Parco dell'Osservanza di Imola)

Programma

I partecipanti, dopo una breve spiegazione relativa alla modalità di esecuzione della passeggiata, svolgeranno IN SILENZIO un percorso attraverso la città, ascoltando i suoni e rumori dell'ambiente circostante, passando da suoni urbani a suoni della natura: auto ed autobus, voci di persone, suoni dei motori delle caldaie, odori legati ai ristoranti presenti sul percorso, cinguettio degli uccelli.

Questo permetterà ai partecipanti di stabilire un contatto stretto con il territorio, che molto spesso viene perso a causa della frenesia della vita.

Al termine della camminata si tornerà al punto di partenza per confrontarsi sulle sensazioni e le emozioni che essa ha suscitato.

Si possono prendere appunti su un taccuino, quindi è consigliato portare con sé taccuino e matita. È permesso fare foto o filmati, ma i cellulari devono essere spenti o in modalità aereo.

Al termine della camminata ci si tratterà 15 minuti per le riflessioni sulle emozioni, i suoni e gli odori che sono stati ascoltati e sentiti lungo il percorso.

Ritrovo del gruppo alle ore 17. Verrà creato un gruppo di massimo 30 persone, per un percorso di circa 2 chilometri, con un tempo di percorrenza stimato sui 40 minuti.

A chi è rivolta

Rivolta a tutte/i. Non è richiesta pertanto alcuna preparazione specifica sull'argomento, in sede verranno fornite tutte le informazioni per poter affrontare al meglio la passeggiata.

Obiettivo: stimolare la capacità di ascoltare e passeggiare in maniera diversa in ambiente urbano ed extraurbano.

Si consiglia abbigliamento comodo e scarpa da ginnastica.

La camminata si svolgerà anche in caso di maltempo, attrezzandosi con idoneo abbigliamento antipioggia.

