

PROGRAMMA DEL CAMPO 5/6/7 Settembre 2014-09-04

Queste montagne suscitano nel cuore il senso dell'infinito, con il desiderio di sollevare la mente verso ciò che è sublime.

-- Papa Giovanni Paolo II (Karol Wojtyła)>

Venerdì 5 settembre

ore 18.00	accoglienza al campo e sistemazione
ore 19.00	controllo glicemie - cena
ore 20.30	FILM



Sabato 6 settembre

Ore 7.30 - 8.00	Sveglia
Ore 8.30	COLAZIONE E ACCOGLIENZA NUOVI ARRIVATI

GENITORI

Insieme

Ore 9.30	presentazione della giornata con orari, salutare i propri figli e concentrarsi su di sé ☺
Ore 10.00	Parte 1 - ATTIVITA' NARRATIVO-ESPRESSIVA attraverso l'uso delle immagini
Ore 11.00	controllo glicemie – merenda

Ore 11.30	Parte 2 - ATTIVITA' NARRATIVO-ESPRESSIVA attraverso l'uso delle immagini
Ore 13.00	PRANZO
Ore 14.30	PARTE 1 - “UNA PAROLA PER IL DIABETE”
Ore 16.00	controllo glicemie – merenda
Ore 16.30	PARTE 2 - “UNA PAROLA PER IL DIABETE”
Ore 17.30	RELAX di 15-30 minuti
Ore 18.00	“LE NOSTRE ABILITÀ NELLA GESTIONE DELLO STRESS: COME RESISTERE DAVANTI LE AVVERSITÀ?”
Ore 19.30	controllo glicemie e Cena
Ore 21	Tutti attorno al fuoco
Ore 22	controllo glicemie e riposo



BAMBINI E RAGAZZI

Ore 9.30	GIRO DI MUINTA + Lezione teorica di KAYAK
Ore 11.00	controllo glicemie – merenda
Ore 10.50	<u>PICCOLI</u> Kayak - <u>GRANDI</u> Giochi Scout
Ore 11.45-12.45	<u>GRANDI</u> Kayak - <u>PICCOLI</u> Caccia al Tesoro
Ore 13.00	PRANZO
Ore 14.30	<u>PICCOLI</u> giochi di manipolazione (DASH) o colorare Mandala <u>GRANDI</u> Tornei e giochi da tavolo
Ore 16	controllo glicemie – merenda
Ore 16.30	“GIOCOLERIA”



Domenica 7 settembre

Ore 8.00 Sveglia

Ore 8.30 Colazione

GENITORI

Insieme

Ore 9.30 **“NON ESISTE SOLO LA MENTE: IMPARARE A RESPIRARE, ESERCIZIO DI RILASSAMENTO PSICOFISICO” ☺**

Attraverso l'esercizio della calma di Vogt si può imparare un modo efficace per recuperare il proprio benessere psicofisico e aumentare la propria consapevolezza corporea (da insegnare anche ai propri figli ☺)

Ore 11.30 Passeggiata e prepariamo la GRIGLIATA

Ore 13.00 PRANZO

BAMBINI E RAGAZZI

Ore 9.30 PICCOLI Kayak - GRANDI Giocoleria

Ore 10.30 controllo glicemie – merenda

Ore 11.00 GRANDI Caccia al tesoro in Kayak PICCOLI Giocoleria

Ore 13.00 GRIGLIATA PER TUTTI

Ore 14.30 **GIOCO INTERATTIVO PER GENITORI E BAMBINI/RAGAZZI SUL RICONOSCIMENTO DELLE EMOZIONI - Materiale: carte delle emozioni -*Divisi a coppie il gioco è simile al famoso “TABU”***

ORE 16.30 Fine del campo SALUTI FINALI



In caso di maltempo le attività previste nei campi esterni verranno proposte all'interno con qualche piccola variante.

COSA NECESSARIAMENTE INSERIRE NELLO ZAINO

- Sacco a pelo o in alternativa lenzuola e coperte;
- Materassino per il rilassamento, se l'avete;
- Tute per stare caldi, anche per dormire;
- Felpe e maglie con maniche corte
- 3 cambi completi (nel caso qualcuno facesse inavvertitamente "il bagno")
- Scarponcini da trekking o scarpe da ginnastica
- Calzini coi gommini per bimbi, anche senza gommini per gli adulti;
- K-way o giubbotto impermeabile
- ... magari un costume e degli asciugamani... non si sa mai! 😊



Queste

suscitano nel cuore il senso dell'infinito, con il desiderio di sollevare la mente verso ciò che è sublime.

montagne

-- Papa Giovanni Paolo II (Karol Wojtyła)>