

# Bosco Sacro: dedicato ai caregivers

Una giornata di relax in natura dedicata ai caregivers. Al Santuario di San Giovanni e nei boschi limitrofi.

## Vi guida



FABRIZIO



ENRICO



MARCO



FABIO



DATA 18-5 / 29-5 / 7-6  
15-6 / 26-6 / 5-7 / 21-9



LUOGO: Santuario di  
San Giovanni D'Andorno



€ Gratuito per i  
caregivers



EMAIL:  
info@richiamodelbosco.it



# Programma del viaggio

## Programma

Immagina una giornata di relax nel cuore di un bosco rigoglioso, dedicata ai caregivers, coloro che ogni giorno si prendono cura degli altri. Tra il fruscio delle foglie e il canto degli uccelli, il tempo rallenta, permettendo di ritrovare equilibrio e serenità. La giornata inizia con una passeggiata guidata nel verde, seguita da una sessione di forest bathing, per immergersi nei profumi e nei suoni della natura. Un momento di meditazione e respirazione consapevole aiuta a sciogliere tensioni e ritrovare energia. La mattinata prosegue con esercizi di rilassamento e condivisione, creando uno spazio sicuro per esprimere emozioni.

La giornata è offerta grazie al progetto BOSCO SACRO, in collaborazione con Unione Buddhista Italiana, Fondazione Opera Pia Laicale, Domus Letitiae, Consorzio IRIS, Assoc Il Cerchio Vuoto e Richiamo del Bosco.

-ore 9 Ritrovo al Santuario di San Giovanni D'Andorno, alla fontana al centro del piazzale.

-ore 9,15 Saluti ed inizio dell'attività

-ore 13 Pranzo presso la Locanda del Santuario

-ore 14,30 Fine delle attività

Costo: Gratuito, dedicato ai caregivers. Il pranzo è offerto e prevede 2 portate o un piatto unico con il dolce incluso. Bevande escluse.

Accompagnatori: A seconda delle date saranno: Fabrizio, Fabio, Enrico o Marco.









## Difficoltà

La camminata prevista è adatta a tutti, non ci sono particolari dislivelli e particolari difficoltà. Non è adatta per persone con difficoltà motorie.

## Note di viaggio

L'escursione è dedicata a tutte le persone caregivers, è offerta e sostenuta dall'Unione Buddista italiana.

Portare una stuoietta o un materassino da yoga, abiti comodi e abbigliamento consono per potenziali cambiamenti meteo.

Indicare al momento dell'iscrizione se ci sono particolari intolleranze alimentari.

Il numero massimo di partecipanti per ogni data sarà di 15 persone.



# RICHIAMO DEL BOSCO

## ESPERIENZE IN NATURA



## Chi siamo



**Siamo un gruppo di guide  
escursionistiche biellesi  
specializzate in Forest  
Bathing, esperienze in  
Natura e turismo  
sostenibile e accessibile.**

 Piemonte

**Scopri tutte  
le nostre proposte  
in Natura!**

**VISITA IL SITO**



**[Info@richiamodelbosco.it](mailto:Info@richiamodelbosco.it)**