



a.s. 2019-2020

Proposte Didattiche

Lunigiana

Parco Nazionale dell'Appennino

Tosco Emiliano

Golfo dei Poeti e le Cinque Terre

Cave di Marmo di Carrara

Sapori e bellezze di Parma

**SIG
ERI
C** 
SERVIZI PER
IL TURISMO



**Viaggia
Scopri
Conosci**

Attività didattiche e gite scolastiche

Le nostre proposte per scoprire la Lunigiana	2
... La Lunigiana è magica anche di Notte!	6
Ostello La Stele : ideale per i ragazzi.....	7
Le nostre proposte per scoprire le Cinque Terre e il Golfo dei Poeti	8
Carrara e il Marmo di Michelangelo	9
Parma : capitale gastronomica, culturale e naturale	10



Le nostre proposte per scoprire la Lunigiana

2

La Lunigiana, terra di confine tra Toscana, Emilia Romagna e Liguria, è la meta ideale per una gita scolastica all'insegna della natura, della storia, della scoperta.

Con le guide di Sigeric, i ragazzi potranno vivere avventure nei boschi del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano, costruire erbari, cucinare ricette dai sapori antichi, fare viaggi nel tempo alla scoperta delle misteriose Statue Stele, provare in prima persona il Mestiere dell'Archeologo o quello del Pastore, cimentarsi nella geografia con l'utilizzo di un sistema di localizzazione GPS.

Archeologi per un giorno Un viaggio affascinante nell'archeologia alla scoperta delle Statue Stele lunigianesi.



Laboratori didattici dedicati alle Statue Stele della Lunigiana e simulazione di uno scavo archeologico a grandezza naturale, dove i ragazzi possono scavare alla ricerca di reperti preistorici, protostorici e romani.

e per i più curiosi... Antenati di Pietra

Un affascinante viaggio nel passato, alla scoperta delle Statue Stele della Lunigiana, enigmatiche figure scolpite nella pietra dagli antichi abitanti delle valli del Magra.

Il Museo delle Statue Stele è stato recentemente riallestito nella splendida cornice del Castello del Piagnaro e ospita la quasi totalità delle Stele rivenute in Val di Magra fino ad oggi.

Visita guidata combinabile con laboratori con la creta o con l'attività "Archeologi per un giorno".

Un viaggio nel Barocco: Pontremoli e Villa Dosi Delfini

Pontremoli è una capitale del Barocco in Lunigiana, i suoi portali nascondono tesori meravigliosi. Una visita dedicata alla scoperta dei segreti del Barocco, delle illusioni prospettiche e delle magie ottiche della pittura dei palazzi pontremolesi, da scoprire divertendosi con attività didattiche e laboratori per tutte le età.



Sigeric Soc. Coop.

Via P. Bologna, 4 – 54027 Pontremoli (MS)

+ 39 331 8866241 – info@sigeric.it – www.sigeric.it

I doni della Cicogna (6-10 anni)

Segui la Cicogna di Villa Dosi, che ha lasciato doni e indizi sparsi in tutto il giardino della Villa, per trovare il tesoro!

La bottega del pittore (6-14 anni)

Come un vero pittore, prepareremo i colori e le tinte brillanti.

Indovina chi? (11-18 anni)

Con uno strumento di localizzazione GPS, cerca gli indizi sparsi nella tenuta dei Chiosi per indovinare il personaggio misterioso che si trova nella Villa!

Caccia al tesoro di Pontremoli (8-18)

Trova gli indizi... chiedendo ai diretti interessati! Una Caccia al tesoro speciale, che invita ad approfondire la storia e le tradizioni di Pontremoli tramite l'incontro con i suoi abitanti. I partecipanti dovranno rispondere ad una serie di domande, facendosi aiutare da passanti, negozianti e pontremolesi.

3

Un libro di Alberi Un percorso alla scoperta del territorio della Lunigiana, che condurrà i ragazzi in una emozionante esplorazione.



L'attività di sviluppa all'interno dell'area naturale protetta **ANPIL - Fiume Magra** attraverso l'osservazione degli alberi, il riconoscimento di specie arboree comuni (autoctone e non), e l'ascolto di aneddoti, storie, usi popolari, leggende che ne permettano una facile memoria non solo tecnica. Al termine dell'escursione, la classe catalogherà il materiale in un **Libro di Alberi**, non un semplice erbario ma una raccolta di aneddoti, impressioni, storie, usi e tradizioni di ogni albero e pianta conosciuta durante il percorso.

Una giornata col pastore Un'esperienza unica a contatto con la natura per conoscere la vita quotidiana di un pastore alle pendici dell'Appennino.

Una giornata col pastore, a spasso con il gregge e i pastori nella bellissima cornice del paesaggio della **Valdantena**, sul tracciato della **Via Francigena** Toscana: la vita del gregge, i cani da conduzione e da guardia, la mungitura, il formaggio, un'esperienza all'aria aperta assaporando antichi saperi.



La Torta d'Erbi della Lunigiana La Regina della cucina lunigianese, un piatto povero a base di erbe di campo che è diverso in ogni stagione.



Un'esperienza tra natura e tradizione. Un trekking nel cuore del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano, durante il quale saranno raccolte erbe commestibili. Al rientro all'Ostello "La Stele" di Treschietto, i ragazzi si cimenteranno nel preparare alcune delle tradizionali ricette della cucina lunigianese: torta d'erbi e lasagne "bastarde" di farina di castagne.

Sigeric Soc. Coop.

Via P. Bologna, 4 – 54027 Pontremoli (MS)

+ 39 331 8866241 – info@sigeric.it – www.sigeric.it



Laboratori al Bioparco Montagna Verde

Una giornata nel cuore del **Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano**, immersi nella ruralità.

L'Agriturismo "Montagna Verde" è il luogo ideale per attività didattiche e soggiorni immersi nella natura, al fine di conoscere la agro-biodiversità e il rapporto "sostenibile" uomo-paesaggio: laboratori di orticoltura, percorso degustativo, laboratorio del pane, laboratorio del formaggio.

Il bosco d'Autunno Per i nostri antenati la pianta del **Castagno** era definita "l'albero del Pane": le castagne costituivano la principale fonte di sostentamento. La raccolta di questo frutto e la produzione della farina fanno parte delle tradizioni e della cultura del territorio di tutto l'Appennino.

Una passeggiata nei boschi colorati dall'Autunno, nel cuore del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano, per approfondire le specificità ambientali, territoriali e storiche

del periodo autunnale in Lunigiana: raccoglieremo le castagne, riconosceremo funghi e piante d'autunno, e visiteremo insieme un essiccatoio in funzione, per imparare come si produce la Farina di Castagne. Tanti i **laboratori** possibili: *Visita guidata del Bioparco, Visita dell'Essiccatoio, Laboratorio del pane antico: preparazione del pane, cottura e ritiro a fine giornata, Laboratorio del miele e della cera, Show cooking e degustazione di farine.*



Caccia al tesoro GPS Alla ricerca del tesoro nascosto in un'area naturale protetta, imparando l'utilizzo di un localizzatore GPS.

I ragazzi, divisi in squadre, dovranno individuare luoghi, informazioni e indizi, con l'aiuto di una mappa e di uno strumento **localizzatore GPS** (Sistema di Posizionamento Geografico).



Pellegrini per un giorno Camminare su antichi sentieri come i pellegrini medievali per

vivere da protagonisti l'esperienza di un viaggio tra passato e presente. L'itinerario didattico ha lo scopo di illustrare a bambini e ragazzi tutti gli aspetti storici, culturali e ambientali di una delle Vie storiche più importanti della Cristianità e della storia

Europea, soffermandosi sui principali monumenti della Lunigiana.

Sigeric Soc. Coop.

Via P. Bologna, 4 – 54027 Pontremoli (MS)

+ 39 331 8866241 – info@sigeric.it – www.sigeric.it

Escursioni in E-Bike: scopri la Lunigiana su due ruote! L'emozione e il divertimento di un'escursione in sella alle nostre E-Bike, in una terra di borghi, castelli e natura incontaminata.

Le nostre E-Bike, biciclette a pedalata assistita, permettono a tutti di pedalare alla scoperta della Lunigiana Toscana, lungo la Via Francigena, nel Parco Nazionale dell'Appennino Tosco - Emiliano.

Per gli studenti delle Scuole Superiori, itinerari dedicati per scoprire arte, storia, ambiente e sapori della Lunigiana in un modo tutto nuovo, avventuroso e divertente. Un'esperienza unica!



Sigeric Soc. Coop.

Via P. Bologna, 4 – 54027 Pontremoli (MS)

+ 39 331 8866241 – info@sigeric.it – www.sigeric.it

... La Lunigiana è magica anche di Notte!

Per gite scolastiche e soggiorni più lunghi, proposte in notturna per scoprire il fascino delle leggende, degli animali misteriosi, delle tradizioni che animano la notte lunigianese!

La Leggenda del Lupo Mannaro

Un viaggio tra realtà e fantasia, seguendo le fila della storia più amata dai pontremolesi: quella del Lupo Mannaro, che si nasconde nei vicoli del borgo medievale del Piagnaro, ai piedi del castello!

Una guida-attore accompagnerà i ragazzi alla scoperta della storia di Pontremoli, inscenando la leggenda del Lupo Mannaro.



Il Bosco di Notte

Immersi nella natura del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano, risveglieremo i sensi ascoltando i suoni e seguendo le tracce degli animali che si risvegliano al calar del sole.

La Via Francigena al tramonto: i Pastori della Val d'Antena

Come veri pellegrini, percorreremo un piccolo tratto della Via Francigena d'Appennino e troveremo riparo in una Yurta, una tenda che offre ospitalità e cibo ai viaggiatori e ai pastori che si muovono a piedi nella Valdantena. Durante il percorso, cena a base di prodotti del pastore.



Ostello La Stele: ideale per i ragazzi

7

Soggiorna con i tuoi studenti nella Valle del Bagnone, nel cuore del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano. L'Ostello La Stele, immerso nella natura, è ideale per scolaresche e gruppi giovanili.



Una struttura funzionale, di recente realizzazione, inserita nel Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano.

Tra gli uliveti e i boschi di Bagnone (MS), nel cuore della Lunigiana.

- 50 POSTI LETTO su due piani, con molteplici possibilità di sistemazione: camera singola, camera matrimoniale, camerate da 4 a 12 posti.
- cena.
- AMPI SPAZI ESTERNI: area parco gioco, campo da calcio, area pic nic.



Sigeric Soc. Coop.

Via P. Bologna, 4 – 54027 Pontremoli (MS)

+ 39 331 8866241 – info@sigeric.it – www.sigeric.it



Le nostre proposte per scoprire le Cinque Terre e il Golfo dei Poeti

8

Le Cinque Terre, il Golfo della Spezia e il Levante Ligure hanno un fascino unico: scopriilo con i tuoi studenti, attraverso itinerari, escursioni e percorsi trekking.

Escursioni alle Cinque Terre

Il Parco Nazionale delle Cinque Terre offre un paesaggio unico, che dimostra come l'uomo sia riuscito a convivere per secoli con una natura aspra e difficile. Ce l'hanno raccontato artisti e poeti, affascinati dai terrazzamenti a picco sul mare, dalla vita contadina, dalla tenacia dei popoli che hanno abitato questi borghi.

Scopriilo via mare, in treno o a piedi, con affascinanti trekking lungo i sentieri che collegano i borghi, passando tra vigneti e coltivazioni.



Portovenere e l'Isola Palmaria

Un Parco Regionale tra terra e mare, un piccolo arcipelago a poche centinaia di metri dall'affascinante borgo di Portovenere. L'isola Palmaria è oggi un'oasi dove la natura ancora incontaminata permette di conoscere gli animali e le piante tipiche del Mediterraneo.



Luni, Splendida Civitas

L'antica città romana di Luna, la "sorella splendente del Sole", è oggi un Parco e un Museo Archeologico recentemente restaurato che racconta le vicende del più importante porto del Nord del Mediterraneo all'epoca dei Romani.



Sarzana: un viaggio nel Medioevo

Borgo medievale attraversato dalla Via Francigena, Sarzana è protetta da due imponenti fortezze e nasconde capolavori di pittura e di scultura che rivelano l'importanza di questa terra di confine, contesa tra Liguria e Toscana.

Sigeric Soc. Coop.

Via P. Bologna, 4 – 54027 Pontremoli (MS)

+ 39 331 8866241 – info@sigeric.it – www.sigeric.it



Carrara e il Marmo di Michelangelo

9

Un viaggio alla scoperta dell'arte, delle tradizioni, e dei sapori e dell'industria del celebre Marmo di Carrara, esportato in tutto il mondo.



Visita del Museo del Cavatore e dei bacini marmiferi

A Carrara, il lavoro del marmo è seguito in tutte le fasi: dall'estrazione, al tagli e alla lavorazione, all'esportazione. Questo itinerario panoramico, si concentra sull'industria del Marmo dall'epoca romana ad oggi.

Visita di una larderia e degustazione di lardo di Colonnata

Non solo artigianato e scultura, ma anche sapori! Tra le vette delle Apuane, il Marmo è stato la culla perfetta per la stagionatura del gustoso Lardo di Colonnata IGP. La visita permette di scoprire da vicino i segreti e le tradizioni di questo prodotto.

Il centro storico di Carrara: una città-museo

Il Duomo di Carrara e le sue piazze custodiscono tesori di scultura e ricordano il passaggio di numerosi scultori e artisti, attirati in città dalle cave. Oggi, le opere principali e molti gessi preparatori sono custodite tra l'Accademia delle Belle Arti, Villa Fabbriotti con l'esposizione CARMI - Carrara e Michelangelo, e il Centro Arti Plastiche.



Da Michelangelo ai giorni nostri: visita di un atelier di scultura

Ancora oggi, Carrara è un centro artistico di rilevanza internazionale: scopri da vicino il mondo della scultura, visitando un laboratorio operativo.

Sigeric Soc. Coop.

Via P. Bologna, 4 – 54027 Pontremoli (MS)

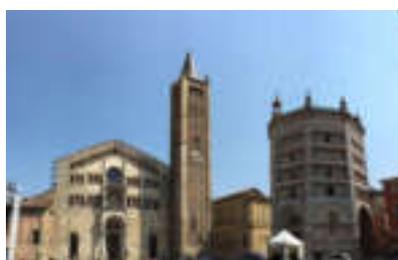
+ 39 331 8866241 – info@sigeric.it – www.sigeric.it



Parma: capitale gastronomica, culturale e naturale

10

Con il riconoscimento di Città Creativa UNESCO per la Gastronomia e il titolo di Capitale Italiana della Cultura per il 2020, Parma è stata riconosciuta a tutti gli effetti come una capitale artistica e culinaria.



Parma: capitale artistica e culinaria

L'itinerario permette di scoprire tutte le meraviglie di Parma, approfondendo le fasi di produzione e le caratteristiche del Parmigiano Reggiano, il re dei formaggi, e lo sviluppo artistico di una piccola cittadina che, da borgo medievale, è diventata la capitale di un Ducato.



Pedala e Gusta Parma

Un itinerario per scoprire le bellezze e i sapori di Parma vivendo un'esperienza unica, in sella ad una bici! Con prodotti di qualità come il Prosciutto e il Parmigiano Reggiano, Parma è la capitale del sapore, riconosciuta dall'UNESCO come "Città creativa per la Gastronomia". Ma questa piccola città di provincia è anche una vera e propria capitale artistica. Questo itinerario permette di vivere la città in tutte le sue caratteristiche, in modo ecologico, responsabile e salutare.



La Foresta Alta Val Parma e il Lago Santo

Una giornata nella Val Parma nel cuore del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano. Un'antica Valle che ospitava il più imponente ghiacciaio dell'Appennino settentrionale, e dove nel corso dei secoli Uomo e Natura hanno convissuto in armonia.



A seconda della stagionalità, è possibile concentrare l'itinerario su diversi temi!

Sigeric Soc. Coop.

Via P. Bologna, 4 – 54027 Pontremoli (MS)

+ 39 331 8866241 – info@sigeric.it – www.sigeric.it



I boschi della Duchessa e dei Caprioli

Un'itinerario tra boschi, prati e specchi d'acqua, tra storia e natura: un viaggio nel tempo, nei giardini della duchessa Maria Luigia D'Austria, alle porte di Parma. Un'area protetta costituita oltre trent'anni fa.



Il fascino delle colline parmensi: Torrechiara e i prosciuttifici

Nella campagna parmense, ai piedi dell'Appennino Tosco Emiliano, dove sapori e bellezza si mescolano. Scopriremo come viene preparato il Prosciutto di Parma e visiteremo uno dei più affascinanti manieri di tutta la provincia: il Castello di Torrechiara.

11

La Via Francigena dell'Appennino Parmense: Fornovo e Berceto

Ripercorrendo il cammino di Sigerico, ci concentreremo sulle tracce culturali, artistiche e naturalistiche della Via Francigena nell'Appennino Parmense: i rilievi sul Duomo di Fornovo e di Berceto, i sentieri e le dolci salite delle montagne del Parmigiano Reggiano.



Sigeric Soc. Coop.

Via P. Bologna, 4 – 54027 Pontremoli (MS)

+ 39 331 8866241 – info@sigeric.it – www.sigeric.it