

La Schiusa

**semine collettive,
fioriture condivise**

2025

19-21 apr

Mia Majon

Programma

**Strèda del Piz 9
Canazei – TN
info@miamajon.it
miamajon.it**

sabato 19

**13.30-14.30 – arrivo a Mia Majon e caffè
piccolo raduno esplicativo**

15.15 – Camminata con il fiume percorreremo il lungo Avisio fino a Penia, per poi tornare dall'altro lato del fiume e fermarci al Boschetto Resistente

16.30-18.30 – Esplorazione.lettura nel Boschetto

lettura condivisa a voce alta con **Elisa Vettori** di **due punti libreria** + tempo libero di contatto personale e connessione con il Boschetto

19.30 – cena leggera

21.00 – Piccola pratica pre-nanna in pigiama

pratica di *self-healing* e massaggio al viso per prepararsi al riposo e alle giornate in contatto con i nostri giardini interiori | con **Gaia** di **Studio Energea**

domenica 20

8.00/8.30 – colazione

10.30 – Corpo (nel) Paesaggio pratica di movimento

risveglieremo il corpo entrando in contatto con il bosco, gli alberi e il paesaggio che ci circonda, ci muoveremo accompagnatè dall'audio-guida di Feste Imboscate x Boschi Infestati | con **Lorenzo Morandini**

12.30 – pranzo al sacco*

14.00-15.00 – Proiezione cortometraggio Gli Alberi

+ breve cerchio di condivisione dopo la visione | con **Luca Vettori**

17.00 – Togliere l'armatura pratica dedicata al contatto

consapevole con le parti del corpo seno / petto | con **Gaia**

la sessione si concentra sulla modalità di auto-massaggio per veicolare espansione ed apertura; attraverso manualità delicate e attente ci apriremo alla familiarizzazione con il nostro corpo, come atto di amore e piacere sensuale.creativo per noi stesse

20.00/20.30 – Banchetto in festa

cenone conviviale sul tavolone per festeggiare e festeggiarci

23.30 – Invito alle nanne chiusura gentile dei festeggiamenti

lunedì 21

8.30/9.00 – colazione

10.00-12.00 – Traccia libera tutte un gioco che ci riporta
bambine

si conta fino a tre e poi si esplora un paesaggio liberamente, si scrutano i dettagli piccoli e grandi, li si fissa nella testa ad occhi chiusi e poi si **torna alla tana** con la propria "traccia" impressa nella mente; ci sarà ad aspettarci alla tana - **al nido** - **un cesto colmo di uova** su cui **disegnare** la traccia memorizzata

12.30 – Pechenèda con panino*

torneo del gioco Pasquale ladino mentre pranziamo insieme

14.00-16.00 – RESTITUZIONE al ↑ nel Boschetto

torneremo al Boschetto, che questa "ultima" volta ci accoglierà come fosse una **galleria espositiva**

porteremo tutti i raccolti, prodotti, oggetti emersi e creati nell'arco di questo percorso di feste e bosco. Questa condivisione la apriremo del tutto, a chi ci ha accompagnatə per qualche pezzetto di strada e a chi vorrà passare per conoscere il Boschetto Resistente e il progetto. Passeremo questo tempo raccontandoci e tenendoci compagnia, prima di quei teneri e fragili saluti dopo un lungo viaggio compiuto insieme.

Vuoi iscriverti?

compila il **modulo** a questo link:

https://docs.google.com/forms/d/1ly90oH1M80WZW74wQIU0xd2UaAQ_ZJbOtcOFQZdzbgw

***pranzo al sacco non incluso** nel prezzo totale dell'esperienza
(da poter acquistare da noi oppure gestire in autonomia)