

il Centro Ricerche Atlantide in collaborazione con l'Ente di Gestione delle  
Riserve Pedemontane e delle Terre d'Acqua presenta

# Frammenti di primavera 2015

**6 marzo IL SOLE NERO** incontro scientifico con Walter Ferreri sulla eclissi solare parziale del 20 marzo, con il racconto dei miti che da sempre accompagnano questo evento. 12 euro.

**dal 13 marzo al 27 marzo** per tre venerdì sera **CORSO di BIRDWATCHING** con Stefano Costa ornitologo e inanellatore, per avvicinarsi all'affascinante mondo del birdwatching e dell'inanellamento, conoscere ed imparare a riconoscere le principali specie di uccelli del Parco Lama del Sesia. È prevista una uscita in campo in data da definire. 45 euro.

**14 marzo ASPETTANDO LA NOTTE** passeggiata nel bosco in attesa dello spuntare delle stelle e del momento in cui molti animali iniziano le loro attività. 6 euro.

**29 marzo**

**A PIEDI NUDI NEL PARCO** una giornata in natura all'insegna del benessere per risvegliare spirito e corpo dopo l'inverno. 6 euro.

**LA BESSA NEL MIRINO** giornata fotografica nella Riserva Naturale della Bessa in compagnia di una guida naturalistica e di un fotografo, per realizzare un ritratto primaverile di questo splendido ambiente. 50 euro.

**12 aprile ANDAR PER ERBETTE** passeggiata per imparare a riconoscere le più comuni piante spontanee e mangerecce. Al termine merenda sinoira a base di erbe. 6 euro (merenda esclusa).

**dal 16 aprile al 17 maggio** quattro incontri e un'uscita per imparare dove, come e quando osservare e fotografare le farfalle, attraverso il **CORSO** di avvicinamento al **BUTTERFLY-WATCHING**. 60 euro.

**19 aprile**

**LA BARAGGIA NEL MIRINO** giornata fotografica nella Riserva Naturale della Baraggia con una guida naturalistica e un fotografo per realizzare un ritratto primaverile di questo splendido ambiente. 50 euro.

## NATURA FUORI ... NATURA DENTRO

Esercizi di riconnessione ecologica. Il nostro benessere è strettamente collegato a quello dell'ambiente e viceversa. Una giornata immersi in natura, per prenderci cura di entrambi, risvegliando la consapevolezza di questa profonda connessione. 30 euro.



Parco naturale  
Lama del Sesia



Provincia  
di Vercelli



**25 aprile LE VOCI DEL BOSCO** un viaggio nella natura con favole, racconti, personaggi letterari e un laboratorio di eco-scrittura. 6 euro.

**dal 9 maggio al 23 maggio DALL'EMOZIONE ALLO SCATTO**

per tre sabati pomeriggio consecutivi, corso pratico di fotografia naturalistica e di paesaggio al Parco della Burcina, con Raffaele Baroffio. La tecnica di ripresa diventa uno strumento per trasmettere emozioni attraverso la fotocamera. 65 euro.

**10 maggio MADRE NATURA** in occasione della Festa della mamma, una passeggiata alla scoperta delle strategie di accudimento degli animali che vivono al Parco delle Lama del Sesia. 12 euro a famiglia.

**24 maggio** corso dimostrativo per l'**AUTOCOSTRUZIONE SOLARE TERMICO** a cura dell'Associazione Rete Solare per l'Autocostruzione. Nella giornata si costruirà un pannello solare fino a renderlo funzionante. I partecipanti riceveranno tutte le informazioni per potersi costruire da soli un impianto solare. 65 euro.

**20 giugno ZANZARE, VESPE, TAFANI** ... problemi estivi. Cosa propone l'ecologia in tema di difesa di bambini e adulti, secondo ricette presenti in Ecovivere e Ecomanuale di Casa. Laboratorio a cura di O. Navello. 15 euro.

*E molto altro ancora ...*

Laboratori mensili di feltro con **SHOP AMELIA SHEEP** per creare oggetti unici secondo l'antica e tradizionale lavorazione della lana cardata. [www.facebook.com/shopameliasheep](http://www.facebook.com/shopameliasheep)

Proposte di **NORDIC WALKING** per ottenere tutti i benefici dell'attività fisica all'aria aperta attraverso uno sport completo e adatto a tutti. Tonifica la muscolatura, scioglie le tensioni cervicali, aiuta a scaricare lo stress, migliora la postura, stimola favorevolmente l'apparato cardiocircolatorio. Conduce Anna Pepe, istruttrice di nordic walking e guida naturalistica.

**CERAMICA RAKU** laboratorio per principianti ed esperti, per avvicinarsi a questo tipo di lavorazione o per affinare la tecnica, condotto dal maestro Giovanni Crippa.

Visite all'**OSSERVATORIO ASTRONOMICO** di Pino T.se

*... chiedi informazioni al Centro Ricerche Atlantide.*

**ATTIVA LA TUA VACANZA NEL NOVARESE**

Progetto a cura dell'Agenzia Turistica Locale della Provincia di Novara  
[www.turismonovara.it](http://www.turismonovara.it)

*Frammenti di primavera* 2015

Per informazioni e prenotazioni (sempre necessarie) scrivere a [centroatlantide@yahoo.it](mailto:centroatlantide@yahoo.it) o telefonare ai numeri **347.2454481** e **339.7488620**  
sito web: [cravercelli.webnode.it](http://cravercelli.webnode.it) [www.lamedelsesia.vc.it](http://www.lamedelsesia.vc.it)

Le iniziative si svolgeranno nelle varie zone dell'Ente di Gestione delle Riserve Pedemontane e delle Terre d'Acqua.  
Le locandine specifiche riporteranno durata e orari, luogo e modalità di svolgimento delle proposte.