

# CON-SENSO

Camminata itinerante in gruppo con esperienze artistiche

**5 aprile 2020** (dalle 10 al tramonto)

**C'è una profonda connessione tra l'essere umano, l'ambiente e il benessere.**

Siamo il risultato di una continua trasformazione in cui la relazione con l'ambiente artificiale delle città ci ha cambiati. Il ritorno ad una connessione profonda e consapevole ci aiuta ad autoregolarci e ritrovare un ritmo più sano. La creatività sembra svilupparsi maggiormente quando gli individui sono immersi in posti in cui la natura predomina

**CON-SENSO un piccolo viaggio sensoriale guidato nella natura circostante il Convento di Acqua Premula.**

Cammineremo per ricontattarci con la terra (simbolo di sostegno e radicamento con la storia del territorio su cui moviamo passi consapevoli) per incontrarci e incontrare, a tratti, lungo il percorso scelto, spazi creativi ed esperenziali.

## PROGRAMMA:

**ORE 9.30** ritrovo presso Convento di Acqua Premula.

**ORE 10.00** partenza in camminata dal Convento verso la chiesetta di Petrognano

**ORE 12.00** pranzo degustazione al sacco sensoriale in natura servito dai ragazzi della Scuola Alberghiera di Spoleto

**ORE 13.30** ripartenza verso Montesanto

**ORE 15.30** live painting **CUBECOnATURAL-** Esperienza artistica e performativa con l'artista Davide Pompili

**ORE 16.30** ripartenza verso il Convento di Acqua Premula

**ORE 17.30/18** mach di ascolto e letture tra il poeta Franco Arminio e la psicoterapeuta corporea Rita Fiumara

Un breve cammino lungo uno dei tanti sentieri possibili della zona per scoprire insieme dove i passi mossi in consapevolezza e le arti ci guidano e ci portano.

Un piccolo viaggio anche interiore.