



## ASTRO-CAMP

Il Camp si propone di creare una piccola comunità inclusiva attraverso un'esperienza che dia la possibilità ai Giovani beneficiari di socializzare, conoscere il mondo di Croce Rossa, creare un legame con la natura e incentivare un processo di cambiamento che metta in risalto una corretta alimentazione, l'importanza dell'attività fisica e di uno stile di vita sano.

Durante tutto il corso del campo le tematiche che verranno affrontate saranno le seguenti:

- alimentazione: i partecipanti proveranno in prima persona una corretta e sana alimentazione attraverso una dieta settimanale progettata da una Nutrizionista affiancata da attività che possano mettere in risalto gli aspetti più importanti di una sana e corretta alimentazione. Dalla prima colazione alla cena, saranno prediletti pasti secondo una dieta mediterranea atenzionando anche la provenienza e la sostenibilità.

- attività fisica: Il campo sarà all'insegna dello sport e della corretta attività fisica. Tutte le attività, delle diverse tematiche affrontate durante il campo, avranno infatti come caratteristica principale il dinamismo. La struttura, infatti, offre un ampio spazio dove poter giocare e provare a conoscere diversi sport individuali e di squadra. Durante tutta la durata dell'esperienza infatti, verranno organizzati tornei a squadre che avranno l'obiettivo di sostenere e promuovere la socialità.

- sostenibilità: il Camp sarà organizzato affinché l'impatto ecologico sia ridotto al minimo. Durante una giornata, sarà organizzata un'escursione che possa dare la possibilità ai partecipanti di avvicinarsi alla natura e creare un rapporto con la stessa.

Durante i laboratori di educazione alimentare, non verranno persi di vista gli aspetti ecologici di una buona e sana alimentazione affiancate ad attività specifiche sul tema.

- colpi di calore: Il camp è organizzato durante il mese di luglio, periodo soggetto a grandi ondate di calore. Motivo per cui saranno organizzate attività di prevenzione ai colpi di calore che mettono alla prova i soggetti più vulnerabili tra cui i bambini.

I laboratori avranno lo scopo di creare anche una continuità con i laboratori sulla sostenibilità e la natura poiché tra le cause delle ondate di calore c'è il cambiamento climatico

- croce rossa: Al termine del campo estivo, come giornata conclusiva, verranno organizzate delle attività alla scoperta di Croce rossa e dei suoi principi e valori.

I bambini avranno la possibilità di far propria la mission di croce rossa alla scoperta di cosa fa il Comitato di Torino a livello territoriale.

L'obiettivo è quello di portare un esempio di cittadinanza attiva che li potrebbe vedere protagonisti al termine del campo essendo loro in età molto ravvicinata con i Giovani di Croce Rossa.

I partecipanti avranno l'opportunità di conoscere Giovani di altre città, scuole e esperienze grazie alla collaborazione con il Comitato di Leini.

Inoltre, durante il campo estivo saranno presenti associazioni di Scout che supporteranno i Giovani di Croce Rossa durante l'uscita alla scoperta della natura.

Il filo conduttore tra tutte le giornate sarà l'astronomia e la scoperta dei pianeti. La curiosità sarà la *skill* che più durante la settimana i partecipanti dovranno utilizzare.



Giorno 1 Giornata extra: domenica 24/07/2022

Tamponi presso il Comitato di Torino per tutto lo staff e i partecipanti

Giorno 2

Tema della Giornata: Alimentazione e attività fisica

- INIZIO DELL'ESPLORAZIONE, META: PIANETA TERRA
- ritrovo in via Bologna e partenza per la struttura ore 9:00
- registrazione arrivi e sistemazione nelle camere
- apertura ufficiale campo
- condivisione contratto formativo e regole del campo
- Creazione dello striscione rappresentativo
- pranzo ore 12:00
- Gioco libero + Caccia al Tesoro con un focus sulle multietnie
- cena ore 19:00
- attività di conoscenza e team building

Giorno 3

Tema della Giornata: colpi di calore (sole)

- colazione ore 8:00
- attività fisica: risveglio muscolare (creazione routine da portare a casa) - Creazione dello zainetto 'kit sopravvivenza' per esplorare i pianeti - pranzo ore 12:00
- Laboratorio 'piccoli chimici' sulla prevenzione ai colpi di calore - cena ore 19:00
- serata discoteca

Giorno 4

Tema della Giornata: Sostenibilità (PLUTONE - PIANETA NANO) - impronta ecologia + riciclo+ costruzione re mida navicella + libro - colazione ore 8:00

- attività fisica: risveglio muscolare (creazione routine da portare a casa) - Calcolo dell'impronta ecologica attraverso i colori
- Costruzione della 'Navicella Spaziale' attraverso i materiali del centro 'Re Mida' - pranzo ore 12:00
- Gioco libero
- Laboratorio dell'associazione 'Eufemia' sul riciclo
- cena ore 19:00
- Giochi serali



#### Giorno 5 - GITA

- colazione ore 8:00
- risveglio muscolare
- partenza dalla struttura ore 10:00
- Visita e partecipazione ai percorsi del 'Parco Avventura Chaberton' - cena ore 19:00
- serata giochi di aggregazione

#### Giorno 6

Tema della Giornata: Croce Rossa (Marte)

- colazione ore 8:00
- attività fisica: risveglio muscolare (creazione routine da portare a casa)
- sistemazione struttura e partenza (incluso i partecipanti)
- merenda
- chiusura campo: chiusura del contratto formativo, condivisione del percorso, verifica delle aspettative dei partecipanti

#### Giorno 7

Tema della Giornata: LA CRI – Storia e principi

- Ore 08.00: sveglia e colazione
- Ore 09.30: risveglio muscolare
- Ore 10.30: sistemazione struttura insieme ai partecipanti e partenza verso 11:30 - Pranzo al sacco
- Attività storia della CRI
- Battaglia di Solferino + principi
- Chiusura campo e premiazioni