

CALENDARIO MARE COSTA DINTORNI 2012-06-26

TAPPE ORGANIZZATE DALL'ASSOCIAZIONE MEDITERRANEO DI LIVORNO

Livorno 30 Maggio 2012.

Calendario e programma delle vacanze di "Mare, Costa e dintorni 2012"

Anche quest'anno, grazie al contributo della regione toscana l'Associazione Mediterraneo di Livorno organizza una parte delle vacanze di Mare, Costa e Dintorni nel mese di Agosto. Queste vacanze sono rivolte ai pazienti dei servizi di salute mentale della Toscana allo scopo di favorire scambi di conoscenza tra pari, corretti stili di vita e movimento sportivo, lo sviluppo di nuovi gruppi di Auto Muto Aiuto e l'associazionismo sul nostro territorio.

Il programma prevede due soggiorni in foresteria a montioni (Suvereto a Piombino), di sette giorni ciascuno, per ventiquattro persone a turno. Saranno organizzate uscite in barca a vela e di trekking:

- 1° Turno dal 18 al 24 Agosto (con partenza il 24)
- 2° Turno dal 24 al 30 Agosto (con partenza il 30)

Inoltre tre crociere per otto persone ciascuna sull'Imbarcazione Sambac:

- prima crociera dal 10 al 14 agosto (con sbarco il 14)
- seconda crociera dal 16 al 20 agosto (con sbarco il 20)
- terza crociera dal 22 al 26 agosto (con sbarco il 26)

Per ulteriori informazioni e prenotazioni chiamare l'Associazione Mediterraneo allo 0586-500219 dal Lunedì al Venerdì dalle ore 09:00 alle ore 12:00.

CALENDARIO E DI MARE COSTA DINTORNI 2012 **ORGANIZZATO DALL'ASSOCIAZIONE AUTO MUTUO AIUTO DI** **MASSA CARRARA**

Massa Carrara 30 Maggio 2012.

Azione Telamone (Orbetello)

Logistica: Bungalow "Camping Telamone"

Periodo dal 21 al 28 luglio.

Disponibilità: 18 persone.

Programma attività Telamone.

-Escursione " Isola di Giannutri Parco N. Arcipelago Toscano "

-Scambi di esperienze tra gruppi di auto muto aiuto locali

-Esperienza di cucina vegetariana.

-Attività fisica c/o la piscina condotta dagli animatori del camping, giochi di squadra nell'acqua ed esercizi di acqua gym

-Partecipazione ad allestimenti teatrali del gruppo animatori.

Azione "Apuane "loc. Marina di Massa.

Logistica "Ostello Turimar " Maria di Massa

Periodo dal 26 Agosto al 1 Settembre

Disponibilità 18 persone

Programma attività Marina di Massa.

Quest'anno le attività dell'azione di Marina di Massa, saranno organizzate insieme agli utenti di Viareggio.

- Escursione Trekking località "Campocecina"
- Conferenza Stampa: esperienze a confronto nei territori per la salute mentale di Viareggio e Massa Carrara, seguirà buffet.
- Passeggiata nell'arte cittadina del grande artista "Botero"(Pietrasanta)
- Crociera in barca "Golfo Cinque Terre " offerta dal servizio di Viareggio

Azione Località "Chiusi " Siena.

Logistica " Ostello"

Periodo dal 16 Settembre al 23

Disponibilità 18 persone

Programma Attività Siena

- Conferenza Stampa: organizzata dal DSM di Siena esperienze a confronto tra G.A.M.A locali, Associazioni e Università seguirà buffet
- Esperienza di cucina vegetariana
- Visita Musei
- Passeggiate alla ricerca delle bellezze artistiche e naturali di Siena e dintorni.

Azione Mugello località "Passo Al Giogo "(Fi)

Logistica: struttura e Foresteria

Disponibilità 18 persone per 4 giorni

Programmazione in corso Mugello

Azione dedicata agli scambi di esperienze formative

Azione Mugello località "Passo al Giogo " (Fi)

Logistica: struttura e Foresteria

Disponibilità 15 persone per 4 giorni

Programmazione in corso Mugello

Azione dedicata agli scambi di esperienze formative

Per prenotare

Chiamare il seguente numero: Centro di Socializzazione 0585-45778 / 0585-813209

Referenti: Daniela, Alessandra, Elisa.

Orari: mattina 9.30-13:00 pomeriggio 15.00-17.00

Mail: mbertelloni@libero.it

Retetoscana.usm@libero.it

Sito Rete Toscana: www.retetoscanausm.org.

Per prenotare itinerari gestiti dall'Associazione "L'Alba "(Pi)

Rivolgersi al numero 050-544211, referente Eva Campioni

Mail: associazionelaba@gmail.com

TAPPE ORGANIZZATE DALL'ASSOCIAZIONE L'ALBA DI PISA

Oggetto:informazione sulle date per le Azioni Pisa e Lucca –Progetto Mare e Costa 2012.

Siamo lieti di informarvi che anche quest'anno , grazie al supporto della Regione Toscana, saranno avviate le azioni di Pisa e di Lucca gestite dall'Associazione L'Alba.

Le azioni fanno parte del “ Progetto Mare e Costa , il viaggio 2012 “ che vede il coinvolgimento della Rete Regionale Toscana Utenti Salute Mentale , L'Associazione Mediterraneo di Livorno e L'Associazione AutoAiutoMutoAiuto Psichiatrico di Massa nell'organizzazione di vacanze autogestite, allo scopo di promuovere la cultura dell'auto-aiuto, dell'associazionismo degli utenti e uno stile di vita salutare, con il miglioramento delle abitudini alimentari e l'attività fisica.

L'Azione di Pisa si svolgerà a Coltano, presso l'Agriturismo Terre Di Coltano, dal 15 al 20 luglio (con partenza la mattina del 21 luglio).

L'Azione di Lucca si svolgerà a Torre del Lago, presso il Camping Bosco Verde, dal 2 settembre all'8 settembre (con partenza la mattina del 9 settembre).

Per prenotarsi telefonare alla segreteria dell'Associazione L'Alba, numero 050-544211 il giovedì mattina dalle 10 alle 13:00 oppure inviare una mail all'indirizzo di posta elettronica

AssociazioneLAlba@gmail.com

Altre informazioni sul progetto sono disponibili a questo indirizzo:

www.progettoilviaggio.it