

ITINERARIO CO-DESIGN

GRUPPO CROSS 2

TITOLO:

Anche lo creativa

SOTTOTITOLO:

Viaggio nel nostro essere libera, leggera e un po' bambina

OPERATORI COINVOLTI:

Tiziana Cocchi e Chiara Niccolini - Camera di Commercio della Toscana Nord-Ovest

Paola Lorenzini - CNA Toscana

Nicoletta Innocenti - Verdidea

Camilla Alisi - Alisi Gioielli

Flavia Ceccherini - Impresa sociale cooperativa Sociolab

Leonardo Santetti - gestore strutture ricettive Firenze

TEMATICA PRINCIPALE: CROSS

RAPPRESENTANTI DEL GRUPPO:

Nicoletta Innocenti - Verdidea

info@verdidea.com

Tiziana Cocchi – CCIAA TNO

tiziana.cocchi@tno.camcom.it

—

TARGET: gruppi di 8 - 12 donne, età indicativa 30 - 60 anni (no limite), medio-alto spendenti

PERIODO: da maggio a ottobre

HIGHLIGHTS GENERALI RELATIVI ALLA TEMATICA PRINCIPALE:

Un _____ invito.
Un richiamo gentile a lasciare, per qualche giorno, le certezze conosciute, le agende fitte,
i _____ ruoli _____ cuciti _____ addosso.
Questo viaggio nasce per donne di ogni età e provenienza, che sentono il desiderio di mettersi in cammino da sole – ma mai isolate – per riscoprire, in un tempo sospeso e condiviso, la parte più autentica e profonda di sé.

Tra le colline della Val d'Orcia, le pievi e le vigne di Peccioli, e la luce senza tempo di Firenze, attraverseremo insieme luoghi che accolgono, ispirano, trasformano. Ma il vero viaggio sarà dentro: nel risveglio di una connessione più intima con noi stesse, nella riscoperta della nostra bambina interiore, nel contatto sincero con altre donne fuori dalla nostra bolla quotidiana.

Nessuna maschera, nessuna aspettativa da soddisfare.

Solo il presente. Solo l'essere.

Lascieremo spazio alla leggerezza, al gioco, alla creatività spontanea. Coltiveremo il silenzio e l'ascolto. Torneremo alla natura come spazio sacro e nutriente, risorsa essenziale per ricostruire un senso di cura – personale e collettiva – troppo spesso smarrito nella società della performance.

Questo viaggio è una parentesi consapevole dal fare costante. È un respiro lungo. Un tempo per rallentare, per lasciarsi attraversare, per tornare in contatto con i propri bisogni profondi, quelli che spesso ignoriamo, presi dal “dover essere”.

“Anche Io Creativa” è anche un incontro con il territorio: con realtà locali radicate, con donne e persone che vivono e coltivano la terra, l'arte, la spiritualità. Sarà un intreccio di esperienze, riti semplici, cammini e momenti creativi. Sarà un percorso di trasformazione delicata ma potente.

E se c'è una regola, è questa: parti da sola, tornerai parte.

Più connessa con te stessa. Più libera. Più viva.

Un Viaggio Aperto al Mondo e a Te Stessa

Per abbracciare un pubblico più ampio e favorire un'ulteriore uscita dalla zona di comfort, questa esperienza sarà proposta in **due versioni linguistiche distinte**, in modo da poter accogliere partecipanti sia dal mercato italiano che da quello straniero.

Crediamo nell'autodeterminazione del gruppo: avrai la **libertà di partecipare o meno alle singole attività** proposte, seguendo i tuoi ritmi e le tue esigenze. Questo è un viaggio per te, a modo tuo.

Alla fine del viaggio, porterai con te non solo ricordi preziosi, ma anche dei **manufatti creati dalle tue stesse mani**. Questi oggetti saranno un tangibile promemoria del messaggio trasformativo del viaggio, un pezzo del tuo percorso da conservare.

Per rendere questo viaggio il più possibile **accessibile, inclusivo e sostenibile**, sia dal punto di vista ambientale che sociale, i mezzi di trasporto scelti saranno le **e-bike e i transfer NCC o, se necessario, le cargo-bike**. Ci impegniamo a minimizzare l'impatto e a massimizzare il benessere di tutti, dal primo all'ultimo chilometro.

—

GIORNO 1

PECCIOLI - TENUTA DI GHIZZANO -

Ritrovo a *Peccioli*.

Peccioli, Borgo dei Borghi 2024 e bandiera arancione del TCI, è un piccolo Comune delle Terre di Pisa famoso per il progetto di valorizzazione della sua discarica immaginata come un girone dantesco con giganti dalle fattezze umane (altrimenti detti "Presenze"), sculture che fuoriescono dal terreno raggiungendo un'altezza fino a 9 metri. Il borgo e i suoi quartieri costituiscono infatti uno straordinario museo diffuso a cielo aperto per gli amanti dell'arte contemporanea.

Noleggio e-bike per Tenuta di Ghizzano Resort presso *Biking Tuscany Tour* con possibilità di noleggio di cargo-bike.

Arrivo a *Tenuta di Ghizzano Resort* e accoglienza con tisana depurativa

La Tenuta di Ghizzano è oggi una Villa residenziale, sede di una delle aziende agricole più antiche del territorio, ma anche una delle più innovative, gestita da Ginevra Venerosi Pesciolini e della Tenuta di Ghizzano Resort, gestita dalla sorella Francesca Venerosi Pesciolini.

La Tenuta, completamente *biologica e biodinamica* conta oggi circa 280 ettari, di cui 18 a vigneto, 15 a oliveto, 100 ettari a colture cerealicole e 150 tra boschi e pioppete.

Meditazione nel *Giardino Sonoro* della Tenuta, giardino all'italiana ricavato dall'ex antico "Pomaio" di fine '800, un tempo luogo di giochi delle due sorelle Venerosi Pesciolini.

In alternativa alla meditazione, esperienza emozionale con *Le Metamorfosi* di Ovidio, otto sculture in terracotta e legno dell'artista Immacolata Datti (immacolatadatti.it) dedicate appunto alle Metamorfosi di Ovidio, con musica creata dai musicisti David Barittoni e Giacomo De' Caterini, e voce dell'attrice di teatro Antonella Civale. Le musiche di David e Giacomo serpeggiano per il giardino in prossimità delle sculture che, attraverso la voce di Antonella, raccontano la propria metamorfosi.

Check-in alloggi

Cena presso l'*Home Restaurant "The View"* che offre prodotti stagionali di produzione locale

Post cena Momento simbolico di costituzione del gruppo con attività di coaching

GIORNO 2 FIRENZE - MONTERIGGIONI

Colazione in struttura

Check-out e partenza per Firenze con transfer NCC

Attività di *life sketching* a Firenze (disegno a mano libera dal vivo). Si vuole proporre un'esperienza unica che unisca l'arte del disegno all'esplorazione interiore. Con solo un taccuino e una matita, si può rallentare, osservare i dettagli attorno a sé e connettersi

veramente con il momento presente. È un'attività a impatto zero, che permette di interagire con l'ambiente in modo autentico e rispettoso. Ma c'è di più: il life sketching è un potente strumento per accettare i propri difetti e abbandonare il giudizio. Nel disegno dal vivo non esiste la perfezione. Ogni linea "sbagliata", ogni tratto incerto, diventa parte integrante del processo creativo e del risultato finale. Imparerai a vedere la bellezza nell'imperfezione, a lasciare andare l'ansia di un disegno "perfetto" e a celebrare la spontaneità e l'unicità del tuo tratto.

Pranzo presso *"I ragazzi di sipario"*. Pranzare qui non è solo un luogo dove gustare deliziosi piatti toscani, ma un vero e proprio simbolo di inclusività e sostenibilità. Qui, giovani con disabilità intellettiva sono i protagonisti in sala e in cucina, dimostrando come la passione e la collaborazione creino un valore unico. È un'esperienza che nutre l'anima, sostenendo un progetto sociale e gustando l'autentica cucina fiorentina in un ambiente accogliente e rispettoso.

Visita presso *Alisi Gioielli*, un piccolo atelier di design nel pieno centro di Firenze, gestito dalle due sorelle Camilla e Susanna Alisi. All'interno della loro bottega artigiana presenteranno il progetto "Ali di Venere" che unisce l'arte alle grandi donne della storia di Firenze. Donne che hanno fatto grandi cose e che con le loro azioni hanno determinato il corso del loro futuro che è diventato anche il nostro: Venere, Elettrice Palatina, Plautilla Nelli, Beatrice Portinari e Caterina de' Medici. Ad ognuna di loro ci possiamo riferire per trovare delle connessioni che ci stimolino a livello di accettazione e diversità.

Visita presso il laboratorio di *Veronica Balzanl*, restauratrice e pittrice su carta, tavola e pastiglia con la tecnica medievale della tempera al rosso d'uovo; elaborazione di un manufatto.

Partenza in direzione Val d'Orcia

Pernottamento nei dintorni di Monteriggioni

Momento di team building

GIORNO 3

VOLO IN MONGOLFIERA

Sentiamoci leggere "Esperienza in mongolfiera"

Check-out struttura pernottamento

Volo in Mongolfiera sulle Campagne di Monteriggioni

Lasciarsi trasportare dal vento tra le dolci colline di Monteriggioni, dove l'avventura ha inizio alle prime luci del giorno. A bordo di un esclusivo microcosmo sospeso, con un massimo 18 passeggeri, per vivere un'ebbrezza unica, impossibile da immaginare prima di averla sperimentata.

Un'esperienza da volo d'uccello, tra romantiche suggestioni e affascinanti prospettive, che regalerà ricordi indelebili. L'escursione durerà fino alle ore 11:00 circa, permettendovi di ammirare il risveglio della natura in tutta la sua magia. Il campo di atterraggio si trova nei dintorni di Pienza

Esperienza *Nessuna paura, solo meraviglia* – Se il volo intimorisce, è normale sentirsi un po' emozionati la prima volta, ma bastano i primi dieci minuti per lasciarsi conquistare dalla magia del viaggio. Lo sguardo si perderà tra le sfumature del paesaggio, la mente si libererà e con lei anche il cuore, in un'esperienza di pura libertà.

Nel pomeriggio partenza in direzione *Podere il Casale*, Pienza

Tour guidato della fattoria: dalle stalle al caseificio (durata 45 minuti)

Degustazione di formaggi a latte crudo e vini biologici di produzione (durata circa 2h)

L'Abbraccio della Quercia delle Checche: Un Rito di Rinascita

Dal Casale alla quercia delle checche ci sono circa 20 min di macchina. Un Abbraccio che Rigenera – Avvicinatevi al suo maestoso tronco, lasciate che le mani ne percepiscano la forza antica, che la corteccia vi racconti di secoli di vento e sole. Abbracciatela — non come un gesto, ma come un rito di connessione. Chiudete gli occhi, ascoltate il fruscio delle foglie, il battito della terra. Per un attimo, sarete radicati con lei, e il mondo fuori svanirà.

Team Building all'Ombra della Grande Madre – Seduti alla sua base, in cerchio, il gruppo diventa comunità. Esercizi di ascolto, condivisione di storie, meditazioni guidate: ogni attività è un filo che tesse legami più profondi, ispirati dalla saggezza silenziosa della quercia. Qui, lontani dal frastuono, le voci si fanno sincere, le risate più leggere, i silenzi più eloquenti.

Tramonto alle terme Bagno Vignoni

Nemmeno 10 minuti separano la monumentale Quercia con il piccolo borgo termale di Bagno Vignoni.

Piccolo gioiello nella Val d'Orcia, Bagno Vignoni è un borgo medievale dove il tempo sembra essersi fermato. Al suo cuore, una monumentale vasca termale – un'antica piscina rinascimentale colma di acqua sulfurea – domina la piazza, creando un'atmosfera magica. Sedute sulle panchine a ridosso della cascatelle che portano le acque termali dal centro alle piscine libere, si osserva il sole tuffarsi dietro le colline, mentre l'acqua termale – già cara a pellegrini e nobili rinascimentali – sembra accendersi di una luce propria.

Pernottamento in centro all'hotel "*Le Terme a Bagno Vignoni*"

Cena tipica al ristorante "*Il Loggiato*"

Al finire della serata bagno in notturna nella piscina dell'hotel e *Saluto alla Luna* con rituale di meditazione con insegnante di Yoga.

Esempio di Meditazione lunare

Galleggiamento assistito nelle acque sulfuree (34°C) durante *Yoga Nidra*, guidati dal riflesso della luna sull'acqua.

Le proprietà rilassanti dello zolfo potenziano gli effetti *Chandra* (freschezza/calma), mentre i minerali aiutano il rilascio miofasciale durante gli allungamenti.

GIORNO 4

RIENTRO

Check-out e saluti