



- WORKSHOP
- SOSTE STORICO - ARTISTICHE
- PASSEGGIATE SPORTIVE
- TREKKING URBANO
- DEGUSTAZIONI GRATUITE
- BIKE EXPERIENCE

CULTURA SPORT AMBIENTE



Comune di
Sant'Anatolia di Narco

MUSEO
DELLA
CANAPA

Con il patrocinio di



Regione Umbria  FSC  Fondo per lo Sviluppo
e la Coostruzione



SABATO 21 OTTOBRE

Ore 9.30

Sant'Anatolia di Narco - Convento di Santa Croce

Workshop: ambiente, cultura, alimentazione

Saluti Istituzionali

Tullio Fibraroli, Sindaco - Comune di Sant'Anatolia di Narco
Paola Agabiti, Assessore Turismo, Cultura - Regione Umbria
Roberto Andreutti, Istituto Tecnico Agrario della Valnerina
Sant'Anatolia di Narco

A seguire Interventi:

Sant'Anatolia di Narco: ambiente, cultura, alimentazione
Glenda Giampaoli - Museo della Canapa

Influenza dell'Esercizio Fisico sull'Uomo

Francesco Coscia - Azienda Ospedaliera Brunico-San Candido, Dipartimento di medicina, Corso di laurea in Scienze e tecniche dello sport - UNIPG

La corretta Alimentazione: i prodotti legati alla biodiversità territoriale con particolare riferimento ai valori nutrizionali e all'importanza nell'ambito di una dieta sana
Francesca Maria Sarti, Dott.ssa Samira Giovannini - DSA3 - UNIPG
Andrea Valigi, Nutrizionista Sportivo

FAO 2022 Anno Internazionale della Montagna per lo sviluppo sostenibile

Human and Mountain-Our health, their health

Paola Virginia Gigliotti - Mountain Partnership FAO, Dipartimento di medicina, Corso di laurea in Scienze e tecniche dello sport - UNIPG

Ore 11.00 Coffee Break

Ore 11.30

Trekking urbano di Sant'Anatolia di Narco

ed escursione lungo l'itinerario della canapa, la Ferrovia Spoleto-Norcia, l'abbazia dei SS Felice e Mauro in compagnia di un'antropologa e di una guida escursionistica per conoscere il territorio attraverso curiosità, storie, fiabe, natura e arte.

Punto di raccolta: Palazzo comunale Sant'Anatolia di Narco.
Difficoltà: facile - percorso ad anello

Lunghezza: 3 km

Dislivello: 50 m

Chiude il percorso una degustazione gratuita di prodotti legati alla biodiversità territoriale presso l'Abbazia dei SS Felice e Mauro

Info e Prenotazioni: 328 072 6567 whatsapp

Ore 15:00

Inaugurazione dei nuovi spazi espositivi del Comune di Sant'Anatolia di Narco: Foresteria, e-bike rental, info point, Atelier di tessitura

Ore 15:30

Museo della Canapa - Piazza del Vecchio Comune

Visita sensoriale al Museo della Canapa

Ore 16:30

Atelier di tessitura - Museo della Canapa

Favole a merenda - Presentazione del progetto

"Il fiume Nera racconta"
a cura dell'Associazione Il Giardino di Matisse

Lettura ad alta voce della fiaba

"Un Principe Azzurro con tanti cavalli"

a cura di: Manuela Amadio, Anna Maria Evangelisti, Annarita Antonelli, Agostino Lucidi e i piccoli artisti Desar e Giulia

Merenda con mele e mandorle: lo "sdigiunittu" di Santa Cristina

Ore 17:30

Orchestra Mütante Mysticanza - Trio Acustic Folk
Piazza Comune Vecchio

DOMENICA 22 OTTOBRE

Ore 9:30

Caso

La montagna di Sant'Anatolia di Narco e la Valcasana in bike

Tour guidato in bike con una guida cicloturistica attraverso i borghi di Caso e Gavelli, ammirando il Coscerno e la Valcasana

Punto di raccolta: Caso - Piazza del lavatoio

Difficoltà: intermedia

Lunghezza: 15 Km

Dislivello: 500 m

Possibilità di noleggio e-bike e bike: L'escursione comprende: guida cicloturistica

Info e prenotazioni: Ciclostazione Valnerina 347 2692456

Ore 9:30

Caso

La montagna di Sant'Anatolia di Narco e la Valcasana ... camminando

Trekking urbano del castello di Caso ed escursione al Piano delle Melette, Chiesa della Madonna delle Grazie, Chiesa di Santa Cristina in compagnia di un'antropologa e di una guida escursionistica per conoscere il territorio attraverso curiosità, storie, fiabe, natura e arte.

Soste letterarie e lettura di alcuni brani dal libro "Sant'Anatolia di Narco e la leggenda della musica del vento" scritto da Alfiero Rossi
Si consigliano scarpe da trekking e borraccia

Punto di raccolta: Caso - Piazza dei lavatoi

Difficoltà: intermedia

Lunghezza: 4 Km

Dislivello: 330 m

Info e prenotazioni: 328 072 6567 whatsapp

Ore 10:30

Caso - Piazza dei lavatoi

Di erbe, di bacche e di aromi del bosco della Valcasana
Attività per famiglie, passeggiata di raccolta e laboratorio di riconoscimento erbe

A cura della fattoria didattica "Zafferano e Dintorni"
Per info e prenotazioni: 349 5245022

Ore 12.00

Caso - Piazza dei lavatoi

Lo Spagna in Valnerina

Inaugurazione dell'intervento di riqualificazione dell'Oratorio di San Giovanni Battista

Interventi musicali di Francesco Montani al flauto e Fazio Bartocci alla tastiera

Ore 13.00 14.00

Degustazione gratuite di prodotti legati alla biodiversità territoriale
a cura della Comunità di Caso

Ore 15.00

Gavelli

Passeggiata sportiva all'interno del castello di Gavelli

con soste storico-artistiche sulle tracce di Giovanni di Pietro detto lo Spagna, allievo del Perugino

Ore 17.00

Gavelli - Piazza della Fontana

La merenda del pastore

degustazione gratuita di formaggi ovicaprini legati alla biodiversità territoriale

Info: 0743 613149 int. 8 | info@museodellacanapa.it