

## Info

Telefono - whatsapp - telegram: 370 110 7202  
prealpicansiglio@gmail.com

<https://t.ly/H6176>

L'iscrizione è **OBBLIGATORIA** e deve pervenire entro le ore 18.00 del giorno precedente all'iniziativa. Tutte le attività sono a posti limitati!

La partecipazione alle iniziative è gratuita, comprensiva anche di aperitivi e semplici degustazioni, di visita guidata condotta da Guida Ambientale Escursionistica (associata AIGAE) e, dove previsto, della presenza di un esperto.



“IL COMUNE DI SAN VITO LO CAPO ORGANIZZA:

# NATURA SAPORI E BENESSERE

**Dal 24 Aprile  
al 1 Maggio 2024**

# NATURA SAPORI E BENESSERE

Una settimana alla scoperta del territorio di San Vito Lo Capo con escursioni, laboratori, degustazioni, musiche e letture.

*“Una settimana per conoscere e valorizzare San Vito Lo Capo, le sue montagne, la costa, l'archeologia e gli angoli meno conosciuti, comprese le due straordinarie Riserve Naturali: Zingaro e Monte Cofano. Una settimana dove camminare per il piacere, la bellezza e la salute, dove degustare i prodotti, dove scoprire gli antichi mestieri e gli aspetti etnobotanici del territorio. Dove mettere il Ben-Essere delle persone al Centro di Tutto. Una settimana dedicata alla gioia, alla “lentezza” e all'intensità.*

## Mercoledì 24 aprile

### LA LUNA PIENA SI SPECCHIA NEL MARE DELLA TORRE

Escursione crepuscolare con luna piena e con concerto finale al cospetto della Torre dell'Isulidda, con le musiche della violinista Lisa Landgraf *Teatro comunale*.  
Con degustazione finale.  
17.00-20.00 FACILE



## Giovedì 25 aprile

### MONTE MONACO E I SAPORI DELLA LIBERTÀ

Nel giorno della Festa della Liberazione saliremo verso il Monte Monaco dove ci fermeremo a conoscere i prodotti del Territorio e le storie della montagna di San Vito con Giovanni. *Teatro comunale* 9.30-16.00 - FACILE MEDIA

## Venerdì 26 aprile

### BAGNO DI NATURA

Un “Bagno di Foresta” ovvero un'attività di approfondimento sensoriale in Natura. Lago di Venere. *Contrada Sauci*.  
Con aperitivo finale. 9.30-12.30  
FACILE



## Sabato 27 aprile

### LASSÙ DOVE VOLANO LE AQUILE

Alla scoperta della Riserva dello Zingaro percorrendo i sentieri alti e rientrando per il sentiero costiero. Aquila del Bonelli e Orchidee oltre alle altre meraviglie della Riserva. *Riserva dello Zingaro*. Con merenda finale.  
9.30-16.00. MEDIA

## Domenica 28 aprile

### ANDAR PER ERBE: SCOPRIRE IL TESORO SELVATICO

Una giornata dedicata alla conoscenza delle erbe selvatiche, del loro uso e trasformazione con Frascino Officinali. *Castelluzzo*.  
Con laboratorio e degustazione.  
9.30-13.00. FACILE



## Lunedì 29 aprile - Martedì 30 aprile

ALLA SCOPERTA DEL NOSTRO TERRITORIO CON GLI ALUNNI DELLE SCUOLE DI SAN VITO LO CAPO

## Martedì 30 aprile

### UN TRAMONTO DI BELLEZZA

Escursione crepuscolare verso la Grotta dei Cavalli, con letture tratte da “L'uomo che piantava gli alberi” di Jean Giono. *Cala Mancina*.  
Aperitivo finale.  
17.30-20.30. FACILE



## Mercoledì 1 maggio

### UNA RISERVA SUL MARE

Alla scoperta della Riserva del Monte Cofano con escursione ad anello per conoscere gli aspetti più suggestivi di questo gioiello costiero. *Macari. Baia Santa Margherita*. • Con merenda • 9.30-16.00. MEDIA

