

VareseNews

Acqua, legami ancestrali e messaggi della natura: una full immersion nel bosco per ritrovare se stessi

Pubblicato: Venerdì 18 Agosto 2023



Cascate di Ferrera



Cascata di Ferrera, Via Cesare Battisti



Ferrera di varese

Non prendete impegni per i giorni **25 e 26 agosto**: alle **cascate di Ferrera** vi attende un **ritiro esperienziale “full immersion”** con **pernottamento in un contesto meraviglioso**, presso l'associazione “Al Picchio Verde” (struttura collegata alle cascate attraverso un sentiero che si snoda nel bosco).

Si tratta di un'**opportunità ascolto e crescita personale**, in **due giorni di ritiro** durante i quali saranno centrali, l'elemento acqua fuori e dentro di noi, la musica e le frequenze sonore, i messaggi della natura, i legami ancestrali. Nel viaggio **Francesca Coizet, musicista professionista**, condurrà l'esperienza espressiva e corporea **sulle note del flauto**.

Durante le sessioni sarà possibile:

- concedersi tempo speciale
- sviluppare **biofilia** e **rispetto per l'ambiente**
- **conoscere meglio il nostro territorio e la sua conformazione**
- sperimentare la **comunicazione interspecie** attraverso la musica e vivere un **concerto botanico in natura** attraverso l'esperienza meditativa dell'ascolto profondo e della tecnologia Plantsplay e Music of the plants
- vivere **una vacanza di rilassamento e "sound detox"** in pieno contatto con la natura
- **creare nuovi legami**
- contattare il proprio **potere creativo** e apprendere **nuovi strumenti di benessere**
- **godere della bellezza di un luogo magico**



L'evento è inserito all'interno delle attività autorizzate dal dipartimento di educazione ambientale dell'ente Parco Campo dei Fiori, **in un ciclo che attraverserà tutti gli elementi e i loro suoni nell'arco delle stagioni, per tutto l'anno 2023-2024.**

[Scopri ulteriori info e le prossime date cliccando qui](#)

L'appuntamento è per i giorni **venerdì 25 agosto a partire dalle 18.30 alle 21.30** (Energie del tramonto) e **sabato 26 agosto dalle 7.00 alle 10.00** (Energie dell'alba).

Il **contributo** per la partecipazione è il seguente:

- **Singola sessione: 25 € a persona**
- **Tramonto + alba: 40 € a persona**

Il pernottamento

L'ampio spazio immerso nel verde permetterà di dormire in tenda sotto le stelle ma sarà possibile dormire anche in camere confortevoli e curate.

- **Tenda + colazione: 10 € a persona**
- **Camera + colazione: 20 € a persona**

I costi sono comprensivi di quota associativa.

Se porterete con voi qualcuno potrete accedere ad un prezzo dedicato.

CONTATTA GLI ORGANIZZATORI E PARTECIPA

Francesca Coizet
@: francesca.coizet@gmail.com
M: 347 8904678

[Instagram](#) | [Facebook](#)

Associazione “Al Picchio Verde”
Via Luinese 37, Cunardo (Va)
@: alpicchioverde.aps@gmail.com
M: 351 707 0230 (Boris)

[Instagram](#) | [Facebook](#)

La location: le cascate di Ferrera

Prima di creare le meravigliose **cascate in località Ferrera** (Va), il torrente Margorabbia percorre la Valganna e attraversa laghi, orridi, grotte sotterranee. Il suo percorso attraversa luoghi del nostro territorio varesino, raccogliendo energie e storie che porta con sé nel suo canto. Lo scorrere dell’acqua ci riporta al fluire, tra tante esperienze ci insegna a osservare le resistenze e a lasciarle andare. Comprendere come agisce questo elemento in noi in relazione alla natura, offre preziosi strumenti di crescita e benessere personali. L’elemento acqua è custode della biodiversità, della vita, della memoria del paesaggio esterno e interno e la restituisce quando impariamo ad *ascoltare*.

Chi è Francesca Coizet

“Sono una musicista professionista. Nel 2001 mi sono laureata in conservatorio in flauto traverso e ho da subito integrato la mia attività concertistica approfondendo l’esperienza espressiva e corporea della musica.

Specializzata in musicoterapia, suono vibrazionale, nada yoga; concentro le mie ricerche sulla neurofisiologia delle piante e la relazione dell’uomo con l’ecosistema attraverso l’esperienza della musica, dell’ascolto e della coscienza del corpo. La Natura è musica ad altissimo livello, è un campo vibrazionale in perpetua trasformazione.

Il mio progetto più recente, *Concerto Botanico*, sfrutta la tecnologia e la conoscenza nell’ambito delle neuroscienze per poter ascoltare la musica prodotta dalle piante, e co-creare con loro esperienze artistiche ed emozionali nel suono e nella relazione con il mondo vegetale”.

di VareseNews Business – marketing@varesenews.it