



SETTIMANA DELLA SALUTE MENTALE 2024 - ULSS 1 DOLOMITI

Sabato 5 ottobre ore 14.30

**PASSEGGIATA IN VAL DI SAN MARTINO APERTA A TUTTI:
IL BENESSERE PER LA MENTE E NON SOLO**

In occasione della **Settimana della Salute Mentale 2024** il gruppo “*Montagna che Aiuta - CAI Feltre*” propone una passeggiata di montagnaterapia in Val di San Martino a Vignui.

Scopo dell’iniziativa è far vivere a tutti i partecipanti le sensazioni benefiche dell’ambiente naturale dell’incantevole valle.

Programma

Ore 14.30 ritrovo al Casel di Vignui. Saluti e presentazione gruppo *Montagna che Aiuta – CAI Feltre*.

Ore 14.45 partenza dal Casel di Vignui per una camminata di circa 4 Km (andata e ritorno) fino alla baita degli Alpini.

Ore 16.00 arrivo baita degli Alpini. In collaborazione con il gruppo Alpini di Vignui verrà offerta ai partecipanti una merenda conviviale.

Ore 16.45 ritorno e saluti finali al Casel di Vignui alle ore 18.00.

ISCRIZIONI: entro venerdì 4 ottobre a mezzo email: montagnacheaiuta@caifeltre.it