Comunicato stampa

**PER RIFIORIRE DOPO LA PANDEMIA RIPARTE DA MATERA E DAL LAGO DI SCANNO (AQ)**

**IL CAMMINO DELLE PANCHINE, IL TREKKING ESPERIENZIALE DELL’ESSERE.**

***Il primo appuntamento nella città dei Sassi nel weekend dal 21 al 23 maggio,***

***a Scanno dal 28 al 30 maggio.***

Come **rifiorire** dopo la pandemia, abbandonando quello che è stato definito uno stato di **“languishing”,** per abbracciare invece il **“flourishing”,** di cui ha parlato recentemente anche il **New York Times[[1]](#footnote-0)?** Con il **Cammino delle Panchine,** il **trekking esperienziale** dell’**Essere** per la riscoperta dei propri **talenti e autenticità** in connessione **con gli altri.** Unpercorso formativo unico attraverso **7 panchine, i 7 colori** dell’arcobaleno e **7 parole,** inaugurato lo scorso anno sul **Lago di Scanno (AQ), che dal 21 al 23 maggio** approda per il primo appuntamento nella città di **Matera,** un luogo che è un disarmante inno alla bellezza, patrimonio mondiale dell'umanità riconosciuto dall'**Unesco** e **Capitale europea della Cultura 2019**. Nel weekend successivo, **dal 28 al 30 maggio**, ritorno in **terra abruzzese**, là dove tutto è cominciato.

Dalla panchina madre di **Scanno (AQ),** dove soffia il vento dell’amore di **Caterina Schiappa** per suo padre. **La ragazza della panchina,** visionaria, Trainer, Genio Positivo e Digital Talent Warming, da una sosta consapevole, ha dato vita alla **Digital Bench**, per divulgare unicità e accelerare positività. E poi, dall’interrogativo della stessa su cosa fare per l’umanità durante la quarantena dello scorso anno, “so-stando” su quella panchina, è nato un **flash mob virtuale** partendo dalle **7 parole** relative a ciò che conta nella **vita: Essere, Creare, Includere, Trasformare, Ascoltare, Divulgare, Donare.** Un evento, che si è poi trasformato nella prima edizione del **Cammino delle Panchine** intorno al **Lago di Scanno**, in seguito dalla collaborazione con **Evolution Travel** è nata **l’edizione materana** e le successive date sul **Lago di Scanno**, inoltre sono in previsione altre edizioni per conoscere **altre località italiane e non solo**.

Il Cammino non è soltanto un **percorso fisico**, ma anche di tipo **esperienziale dell'Essere**, costruito su misura del partecipante e rivolto a tutti coloro - **persone e liberi professionisti, studenti, famiglie, gruppi di amici, aziende** - che vogliono vivere un cammino di **crescita personale** a contatto con la **natura** e con il proprio **Io**, per accompagnarlo verso un **Noi** di grande importanza in questo momento storico ed evolutivo per l'essere umano, perché come accade alle lucciole nel **miracolo delle mangrovie[[2]](#footnote-1)**, più impariamo a collaborare con gli altri, aiutandoli a trovare la loro luce, più brilleremo tutti.

È una **formazione itinerante, culturale ed ecologica unica**, per un totale di circa **15 km** realizzati in 2 giornate e accompagnati da **formatori professionisti**, seguendo un **percorso di mobilità lenta**. In Basilicata si snoderà attraverso la Murgia e i Sassi che circondano il territorio materano, con il suo groviglio inimitabile di **case-grotta**, **stupende chiese rupestri**, **paesaggi biblici**, **sfarzosi palazzi barocchi** e **borghi ricchi di storia.** Il camminotoccherà luoghi quali **Piazza di San Pietro Caveoso,** il **Ponte Nepalese, Belvedere di Murgia Timone,** la parte finale del **Parco della Murgia Materana**, **Santuario Palomba, Madonna delle Vergini, Grotta Chitaridd.** In **Abruzzo** si svolgerà invece a partire dal **Lago di Scanno**, procedendo lungo la **Strada dei Soldati, località Cullitto, la Stazione intermedia della Seggiovia, località Sturzitto, la Statua del Papa.** Il tutto condito dall’imperdibile **enogastronomia locale** e dalle **visite guidate** alla città di **Matera** e al paese di **Scanno.**

Presso ogni panchina il formatore professionista presente accompagnerà il percorso con una **narrazione** e con **esercizi di consapevolezza**; tra una panchina e l’altra, il camminare offrirà anche possibilità di **introspezione**: ognuno, seguendo il proprio passo e la propria andatura, riscoprirà qualcosa di sé; coglierà intuizioni; rifletterà sul tema proposto dalla panchina appena lasciata preparandosi a quella successiva; si confronterà con chi gli cammina a fianco.

 “Sono felice e orgogliosa che il Cammino delle Panchine riparta e lo faccia da Matera e dai suoi dintorni, territorio magico tutto da scoprire – ha dichiarato **Caterina Schiappa** - Dopo questo lungo anno di pandemia vi invitiamo a rimettervi in marcia, secondo il vostro passo, sperimentando questo cammino fortemente innovativo*,* per accogliere due sfide importanti: cominciare a riappropriarci della natura, abbandonando un po’ il digitale, e cogliere l’opportunità per ritrovarci assieme*.* Grazie ad Angela Rondinone di Evolution Travel per la sua preziosa collaborazione, che ha reso possibile il perpetuarsi di questo percorso formativo unico, di forte rilevanza ed interesse per l’intera comunità, coniugando la passione il trekking, all’interesse per il contesto storico- culturale locale e alla promozione turistica”.

Altri weekend sono già previsti, sempre nella città di Matera, per il **18-20 giugno** e il **23-25 luglio, a Scanno**

per il **26-27 giugno** e per il **30 luglio – 1 agosto.**

Per informazioni <https://digitalbench.it/ilcamminodellepanchine/>

***Digital Bench***

*È la* ***“panchina digitale”*** *che ha lo scopo di elevare le coscienze individuali per trasformare ed evolvere contenuti, al fine di abbattere il più possibile il fenomeno del* ***“negativity bias”,*** *con il proposito di* ***divulgare unicità e accelerare positività.*** *È il luogo virtuale in cui* ***Caterina Schiappa, Trainer e Digital Talent Warming****, a inizio 2019, comincia a realizzare pillole video molto easy e smart, incontrando esperti di settore. Il nome nasce subito dopo, come una scintilla****,*** *prendendo spunto dalla panchina sul Lago di Scanno che per Caterina Schiappa ha sempre rappresentato non solo il punto di partenza e di arrivo per il suo allenamento sportivo, ma soprattutto**il punto di ritorno verso sé stessa, luogo di lunghe riflessioni in cui cogliere le sue migliori intuizioni e in cui, appunto, in quel febbraio 2019 ritorna per un dialogo con sé stessa dopo la scomparsa del padre.*

*La* ***value proposition*** *di* ***Digital Bench*** *si basa sull’attivazione dei nuovi paradigmi di frontiera* ***della Scienza della Felicità****, come meta competenza da allenare per creare* ***ecosistemi e organizzazioni positive, inclusive, sostenibil****i: più chimica positiva, più noi, più saper essere, più pratiche positive. Digital Bench fa fiorire nell’organizzazione* ***nuovi modelli di trasformazione culturale e mindset****, con uno sguardo originale di senso, interviene a tutti i livelli del sistema organizzativo professionale e manageriale, riconosce e capitalizza il passato e supporta un ulteriore passaggio di crescita personale, crea uno spazio di valore aggiunto e apprendimento positivo per maggior efficacia e benessere.*

*Da annoverare tra i suoi percorsi formativi: la* ***Digital Talent Warming****, il suo fiore all’occhiello, percorso che vede la co-creazione insieme al cliente (libero professionista, imprenditore o azienda) di un format innovativo digitale che può essere considerato una vera “Social Web Tv” della propria attività, con i vari canali, già sperimentata sulla stessa Digital Bench;* ***Il Cammino delle Panchine****, percorso a tappe attraverso 7 panchine, rappresentanti 7 colori e 7 parole su cui So-Stare, intorno al lago di Scanno (AQ), il “borgo del respiro”, e a Matera;* ***“Smart Walking****” è la versione digitale del percorso “Il Cammino delle Panchine”;* ***A lezione sulla panchina digitale****, un’Academy di Alta Formazione focalizzata su 10 tematiche. Nel complesso una* ***scelta didattica consapevole*** *per includere* ***apprendimenti digital+human*** *che la pandemia ha accelerato nelle realtà organizzative e che richiede* ***nuove prospettive formative.***

***Ufficio Stampa***

***Vanessa Postacchini***

***347. 6833183 -*** vanesspst@gmail.com

1. *Blum, D. “The Other Side of Languishing Is Flourishing. Here’s How to Get There”. The New York Times 4 maggio 2021.*

[*https://www.nytimes.com/2021/05/04/well/mind/flourishing-languishing.html?action=click&module=Well&pgtype=Homepage&section=Well*](https://www.nytimes.com/2021/05/04/well/mind/flourishing-languishing.html?action=click&module=Well&pgtype=Homepage&section=Well) [↑](#footnote-ref-0)
2. *Shawn, A. (2018). “Big Potential”, Cap 1 La forza delle connessioni nascoste. Ed Scuola di Palo Alto.* [↑](#footnote-ref-1)