

## SECOND MOBILITY IN KARPENISI (GREECE)



Co-funded by  
the European Union



The second mobility within the Erasmus+ project *Strengthening Environmental Education Methods for Students with Special Educational Needs*, in which our school is participating, took place from **Monday, August 25th, to Friday, August 29th**.

The theme of this mobility, which on this occasion was held in the Greek town of **Karpenisi**, was *Experiential Outdoor Education and Mindfulness in Nature*.

On the first working day, **Tuesday August 26<sup>th</sup>**, all participating teachers were welcomed by the host school: **Educational Center for Environment and Sustainability of Karpenisi** and they visited *Laboratory Center for Children with Special Educational Needs*, a special vocational education and training school in the region of Evrytania. There, participants could see the way teachers work with special needs students in order to achieve an inclusive education and were shown different specific classrooms and the spaces used to develop soft and physical skills like personal autonomy and psychomotricity.

Then, they started the High Mountains Environmental Activities Program on the plane tree forest of Gorgianades with a 4-km hiking route. It was followed by an aromatherapy workshop and all the teachers were also introduced to the practice of mindfulness meditation in nature, practising concentration and self-discipline exercises to learn how to listen to sounds and noises whose origin was the environment.

While in the forest, they were able to experience mindfulness activities within that context, keeping silent while walking, discovering animal footprints and listening to how the water flowed in the mountain stream.

At night, the whole group travelled to the highest spot in the Karpenisi mountains in order to enjoy an activity of observation and urography of the night star sky in the city, where they had the opportunity to learn about stars, constellations and the mythology legends related to those constellations.

On the second working day, **Wednesday, August 27<sup>th</sup>**, participants continued the activities related to the High Mountains Environmental Activities Program by completing a 6-km hiking route in the Mavri Siplia water gorge, where they could enjoy the nature, stunning landscape, caves, and fairy-tale waterfalls of the mountains. They also had the chance to learn some historical facts related to that location, finishing the activity with a refreshing swim in one of those beautiful waterfalls.

The afternoon was devoted to visit the village of Tornos, where they did a short hiking route and, at night, they tasted some typical Greek dishes while listening typical Greek music played by the host team and learning the typical Greek dance.

On the morning of **Thursday, August 28<sup>th</sup>**, participants visited the Koufovrysi monument (Deaf Fountain), which is surrounded by a dense forest of centuries-old fir trees and aromatic herbs. It is dedicated to honour the memory of the battle between the Greek People's Liberation Army and the Italian soldiers on October 28th, 1942.

Afterwards, it was the moment when all participants shared what they had enjoyed the most and what could have been improved. The Spanish team expressed their gratitude for the hospitality, the warmth, and the interesting activities prepared by the Greek team.

The day concluded visiting the picturesque village of Krikello to taste the famous Greek moussaka and a traditional dish from the Karpenissi region made with zucchini flowers. Time to say goodbye and wish all participants a safe journey back to their respective countries.

**FOR MORE INFORMATION ABOUT THE PROJECT**, visit: <https://www.seed4sen.net/>

## **PRIMERA MOVILIDAD EN KARPENISI (GRECIA)**

La segunda movilidad dentro del proyecto Erasmus+ *Strengthening Environmental Education Methods for Students with Special Educational Needs*, en el que participa nuestro centro, tuvo lugar desde el **lunes 25 hasta el viernes 29 de agosto**.

La temática de esta movilidad, que en esta ocasión se realizó en la localidad griega de **Karpenisi**, fue *Educación Experiencial al Aire Libre y Mindfulness en la Naturaleza*.

El primer día de trabajo, el **martes 26 de agosto**, todos los docentes participantes fueron recibidos por la escuela anfitriona: el Centro Educativo para el Medio Ambiente y la Sostenibilidad de Karpenisi, y visitaron el Centro de Recursos para Niños con Necesidades Educativas Especiales, una escuela especial de formación profesional de la región de Evrytania. Allí, los participantes pudieron conocer la manera en que los profesores trabajan con estudiantes con necesidades especiales para lograr una educación inclusiva, y se le mostraron diferentes aulas específicas y espacios destinados al desarrollo de habilidades blandas y físicas, como la autonomía personal y la psicomotricidad.

A continuación, comenzó el Programa de Actividades Ambientales de Alta Montaña en el bosque de plátanos de Gorgianades, con una ruta de senderismo de 4 km. La actividad estuvo seguida de un taller de aromaterapia, y todos los docentes fueron también iniciados en la práctica de la meditación mindfulness en la naturaleza, realizando ejercicios de concentración y autodisciplina para aprender a escuchar sonidos y ruidos cuyo origen era el entorno.

Mientras permanecían en el bosque, pudieron experimentar actividades de mindfulness en ese contexto, guardando silencio mientras caminaban, descubriendo huellas de animales y escuchando cómo fluía el agua del arroyo de montaña.

Por la noche, todo el grupo viajó al punto más alto de las montañas de Karpenisi para disfrutar de una actividad de observación y uranografía del cielo estrellado, donde tuvieron la oportunidad de aprender sobre estrellas, constelaciones y las leyendas mitológicas relacionadas con ellas.

El segundo día de trabajo, el **miércoles 27 de agosto**, los participantes continuaron con las actividades del Programa de Actividades Ambientales de Alta Montaña, completando una ruta de senderismo de 6 km por la garganta de agua de Mavri Siplia, donde pudieron disfrutar de la naturaleza, del impresionante paisaje, de cuevas y de cascadas de ensueño. También tuvieron la oportunidad de conocer algunos hechos históricos relacionados con ese lugar, finalizando la actividad con un refrescante baño en una de esas hermosas cascadas.

Por la tarde, visitaron el pueblo de Tornos, donde realizaron una breve ruta de senderismo y, ya por la noche, degustaron algunos platos típicos griegos mientras escuchaban música tradicional griega interpretada por el equipo anfitrión y aprendían el baile típico griego.

En la mañana del **jueves 28 de agosto**, los participantes visitaron el monumento de Koufovrysi (Fuente Sorda), rodeado de un denso bosque de abetos centenarios y hierbas aromáticas. Está dedicado a honrar la memoria de la batalla entre el Ejército Popular de Liberación de Grecia y los soldados italianos, ocurrida el 28 de octubre de 1942.

Posteriormente, fue el momento en que todos los participantes compartieron lo que más habían disfrutado y lo que podría haberse mejorado. El equipo español expresó su gratitud por la hospitalidad, la calidez y las interesantes actividades preparadas por el equipo griego.

La jornada concluyó con la visita al pintoresco pueblo de Krikello para degustar la famosa *moussaka* griega y un plato tradicional de la región de Karpenisi elaborado con flores de calabacín. Fue el momento de despedirse y desear a todos los participantes un buen viaje de regreso a sus respectivos países.

**PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE EL PROYECTO**, visite: <https://www.seed4sen.net/>

#### **DISCLAIMER**



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained there in.

Authors: International team of the Erasmus+ project

License: This material is available under the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license. This means it can be copied, modified, distributed, and used, provided that proper credit is given.

License details: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.en>

This project is co-funded by the European Union under the Erasmus+ program.

The content of this material is the sole responsibility of the authors and does not necessarily reflect the official position of the European Commission.

