

Cerchiamo Volontari per Cerchiamo Volontari per

il trasporto assistito oncologico, studenti disabili e anziani. **Chiamaci per saperne di più, ti aspettiamo!!!**

Scopri la Mindfulness - La meditazione consapevole con Lorella Battini

Lunedì 5 maggio 2025 ore 18.30 - **Fermati e ascolta il tuo respiro**

Lunedì 12 maggio 2025 ore 18.30 - **Il tuo corpo non mente**

Incontro con l'autore con Stefano Ventura

giovedì 8 maggio 2025 ore 18.00 **IL CODICE INCA La maledizione di Inti il dio Sole**

giovedì 22 maggio 2025 ore 18.00 **IL CICLO COMPIUTO. Tra mito, storia e numeri primi**

visita guidata con Roberto Spaggiari **Bosco Spaggiari - San Prospero la magia della primavera**

domenica 11 maggio 2025 ore 10.00 **Ritrovo all'ingresso del bosco Str. Quingenti, 20, San Prospero Parma**

Testimonianze in prima persona di richiedenti asilo dove racconteranno le paure, dolori e gioie di un lungo viaggio

La rassegna coordinata con CIAC di Parma si terranno presso la sede di Intercral Parma via sartori, 39 Parma

Martedì 6 maggio ore 18.00

martedì 20 maggio ore 18.00

martedì 27 maggio ore 18.00

Gite Giornaliere

ISOLA GORGONA	visita naturalistica all'isola carcere con Franca Zanichelli	120,00 €	domenica 4 maggio
FERRARA	visita guidata alla mostra Mucha E Boldini	80,00 €	sabato 10 maggio
REGGIA VENARIA	patrimonio UNESCO espressione del barocco con i suoi stupendi giardini	72,00 €	sabato 17 maggio
TRENTINO DELLE CENTO VALLI	una esperienza unica che da anni si ripete	89,00 €	sabato 24 maggio
BRESCIA	Palazzo Martinengo ospita la mostra la Belle Époque di Boldini e De Nittis	60,00 €	venerdì 30 maggio
MONZA	la splendida Reggia e i tesori del Duomo visite guidate	78,00 €	domenica 1 giugno
ASOLO E VILLE PALLADIANE	visita guidata di Asolo e alle ville palladiane di-Barbaro e di Emo	65,00 €	sabato 7 giugno
COMACCHIO E LE SUE VALLI'	delta del Po giro fra i Casoni accompagnati da Franca Zanichelli	80,00 €	domenica 8 giugno
VILLE DELLA LUCCHESIA	visita guidata alla meravigliosa Villa Reale Marlia e Villa Torrigiani	110,00 €	sabato 14 giugno
BOLZANO	Museo Messner Mountain castello Firmiano	82,00 €	sabato 21 giugno
PAVIA E PARCO DEL TICINO	con F. Zanichelli biodiversità del Parco Geraci e Museo Kosmos di Pavia	0,00 €	domenica 14 settembre
PONTREMOLI	visita guidata al suggestivo museo delle Stele e ai Palazzi Barocchi	69,00 €	sabato 20 settembre
MAROSTICA E GIPSOTECA CANOVA	gioiellino medioevale e visita guidata alle opere del Canova	78,00 €	sabato 18 ottobre
LEVANTO E LERICI	Lerici e il suo mercato e Levanto con pranzo di pesce	80,00 €	sabato 25 ottobre

conosci qualcuno che ha bisogno di fare due chiacchiere per scongiurare la solitudine **Pronto, come stai?**

Puoi chiamare il 0521.646992 dalle 15.00 alle 17.30 Troverai tanti volontari disponibili ad ascoltare

e condividere emozioni, disagi in serenità. Per ulteriori informazioni puoi chiamare o inviare una mail a presidente@intercralparma.it



SPECIALE ISCHIA tutte le domeniche mattina partenza da Parma per Ischia IN BUS O IN TRENO – da marzo a novembre 2025

Hotel Terme S. Lorenzo****	Hotel Villa Svizzera****	Lacco Ameno	Hotel La Palma & Fortino****	Sant'Angelo
Hotel Gran Paradiso****	Hotel Terme Cristallo****	Casamicciola T.	Hotel Zi Carmela***	Forio
Hotel San Valentino****	Hotel President****			Ischia Porto

Speciale Tour Pantelleria da maggio a settembre min. 2 partecipanti Voli da Verona Bergamo Bologna

Abbiamo istituito un gruppo di ascolto e discussione

Vieni a portare le tue esperienze e le tue considerazioni per arricchirti con il confronto libero e aperto

Ci troviamo il primo lunedì del mese alle ore 18.00 se vuoi aderire scrivici

Speciale Estate con Voli da Parma

Sicilia Isole delle Femmine Hotel Saracen Sands****	12 -21 maggio	10 gg	935,00 €	21 -30 maggio	10 gg	985,00 €		
5 - 13 giugno	9 gg	995,00 €	13 - 23 giugno	11 gg	1.165,00 €	19 giugno - 1 luglio	15 gg	1.495,00 €
23 giugno - 2 luglio	10 gg*	1.195,00 €	2 - 11 luglio	10 gg	1.290,00 €	12 -21 settembre	10 gg	1.195,00 €
21 - 30 settembre*	10 gg	1.090,00 €						
Sardegna del Sud Marina Rey Beach Resort	9 - 18 giugno	10 gg	1.195,00 €	18 - 27 giugno	10 gg	1.350,00 €		
27 giugno - 7 luglio	11 gg	1.495,00 €	7 -16 luglio	10 gg	1.495,00 €	16 -25 luglio	10 gg	1.565,00 €
25 agosto - 3 settembre	10 gg	1.380,00 €	3 - 13 settembre	10 gg	1.295,00 €	18 - 27 settembre	10 gg	995,00 €

Tour isole & costiera Amalfitana 2025 da Parma Ischia - Capri - Procida - Amalfi e Positano

27.04 AL 11.05 / 19.10 AL 02.11	605,00 €	11.05 AL 25.05	610,00 €	25/.05 AL 08.06 e 21.09 al 05.10	635,00 €
08.06 AL 29.06	670,00 €			29.06 AL 13.07	750,00 €
03.08* AL 24.08*	780,00 €	24.08 AL 07.09	710,00 €	07.09 AL 21.09	700,00 €
				05.10 AL 19.10	625,00 €

Speciale pacchetto in treno AV da Reggio Emilia - CILENTO estate 2025- Paestum Fruit Village Medea Beach Resort

Dal 1 al 10 giugno	10 gg	€ 835,00	Dal 01 al 19 giugno	10 gg	€ 895,00
Dal 19 al 29 giugno	11 gg	€ 1.105,00	Dal 14 al 28 settembre	15 gg	€ 965,00

Vacanza studio a Londra e Dublino ragazzi 13/19 anni

3 - 17 luglio	15 gg	3.545,00 €	LONDRA	30 giugno - 14 luglio	15 gg	3.590,00 €	DUBLINO
---------------	-------	------------	---------------	-----------------------	-------	------------	----------------

Intercral Parma incontra la Natura con Franca Zanichelli Escursioni da SuperEroi per viaggiatori

Visita giardino degli Iris a Faviano S. **6 maggio ore 15/17** Visita WWF Oasi Ghirardi a Centro visite le Predelle **27 maggio ore 10/13**

SOGGIORNI E LUNGO RAGGIO

SICILIA AL MARE IN TOUR	<i>Modica beach**** escursioni a: Modica, Ragusa Obla, Noto Ispica</i>	945,00 €	12 – 21 maggio
MAREMMA E GIGLIO	<i>Con Franca Zanichelli</i>	430,00 €	16 – 18 maggio
TOUR SICILIA OCCIDENT.	<i>Palermo, Monreale, Cefalù, Segesta Erice, Favignana Levanzo S. Vito</i>	1.080,00 €	15 – 21 maggio
TOUR SICILIA + MARE	<i>soggiorno a Serenus Resort**** escursione: Enna, Noto, Ortigia</i>	980,00 €	20 – 29 maggio
MARCHE GROTAMARE	<i>Club RESORT Le Terrazze*** Bus da Parma</i>	680,00 €	21 – 30 maggio
NAMIBIA	<i>desert Experience</i>	da 3.890,00 €	29 maggio – 9 giugno
ISTANBUL	<i>terra tra due continenti</i>	995,00 €	30 maggio – 2 giugno
MARCHE GROTAMARE	<i>Club RESORT Le Terrazze*** Bus da Parma</i>	750,00 €	30 maggio – 8 giugno
MARCHE GROTAMARE	<i>Club RESORT Le Terrazze*** Bus da Parma</i>	810,00 €	1 – 10 giugno
ISTANBUL	<i>sapori e colori dell'antica Bisanzio</i>	da 1.000,00 €	1 – 4 giugno
ABRUZZO MONTESILVANO	<i>Clubesse Montesilvano**** Bus da Parma</i>	1.480,00 €	22 giugno – 6 luglio
BELLARIA	<i>Hotel Piccadilly*** Bus da Parma</i>	1.340,00 €	22 giugno – 6 luglio
SARDEGNA	<i>Costa Smeralda - Santa Clara****</i>	1.335,00 €	28 giugno – 7 luglio
TOUR DEL NORD EUROPA	<i>Copenaghen, Capo Nord & isole Lofoten</i>	3.200,00 €	28 giugno – 6 luglio
TIBET	<i>viaggio sul tetto del mondo</i>	4.370,00 €	2 – 14 luglio
PINZOLO IN BUS DA PARMA	<i>hotel Canada****</i>	750,00 €	6 - 13 luglio
SARDEGNA	<i>Costa Smeralda - Santa Clara****</i>	1.375,00 €	7 – 16 luglio
ABRUZZO MONTESILVANO	<i>Serena Majestic Hotel***** Bus da Parma</i>	1.530,00 €	13 – 27 luglio
SARDEGNA	<i>Costa Smeralda Santa Clara****</i>	1.435,00 €	16 – 25 luglio
TANZANIA	<i>la grande migrazione</i>	4.950,00 €	29 luglio – 7 agosto
SVEZIA DEL SUD	<i>storia, castelli e natura</i>	da 2.490,00 €	9 – 16 agosto
TOUR PERU'	<i>Lima, Arequipa, Puno, Cuzco; Machu Picchu, e montagne di Palcoyo</i>	4.050,00 €	21 agosto – 1 settembre
MONGOLIA	<i>il cuore nomade dell'Asia</i>	da 3.740,00 €	23 agosto -6 settembre
KAZAKISTAN	<i>un tour indimenticabile tra Passato e Futuro</i>	da 3.980,00 €	27 agosto – 8 settembre
UZBEKISTAN	<i>alla scoperta della terra di Tamerla</i>	2.050,00 €	1 – 8 settembre
SPAGNA MEDIOEVALE	<i>Madrid, Segovia, Avila, Salamanca, Guadalupe, Toledo....</i>	1.980,00 €	2- 9 settembre
CINA	<i>Classica e Segreta. La tigre e il dragone</i>	da 2.990,00 €	5 – 17 settembre
CAPO VERDE	<i>Halos Casa Resort all inclusive</i>	1.290,00 €	13 – 20 settembre
SCOZIA	<i>whisky, kilt e cornamuse</i>	da 2.240,00 €	20 – 27 settembre
ETIOPIA	<i>La festa di Meskel dove l'Etiopia cristiana si confonde nell'Africa nera</i>	2.150,00 €	22 settembre - 1 ottobre
PANTELLERIA	<i>gran tour dell'isola all inclusive</i>	1.200,00 €	27 settembre – 4 ottobre
CROCIERA NILO	<i>crociera sul Nilo, il Cairo e Abu Simbel</i>	da 1.995,00 €	29 settembre – 6 ottobre
ROMANIA	<i>Transilvania e Bucovina tra castelli e monasteri</i>	da 1.350,00 €	30 settembre – 7 ottobre
MAROCCO DEL SUD	<i>gran tour con jeep 4 X 4</i>	1.230,00 €	1 – 8 ottobre
CRETA	<i>Kournas Beach**** Bravo Club</i>	795,00 €	4 – 11 ottobre
RODI	<i>Lindos S Royal**** Bravo Club</i>	795,00 €	4 – 11 ottobre
TURCHIA	<i>gran tour Istanbul Cappadocia, Koya, Pamukkale Efeso Pergamo</i>	1.745,00 €	5 – 15 ottobre
INDIA CENTRALE	<i>Splendori del Madhya Pradesh e del Mamahaeashtra</i>	da 2.950,00 €	10 – 19 ottobre
TOUR FRIULI in Bus	<i>Palmanova, Aquileia, Trieste Gorizia Redipuglia Udine</i>	610,00 €	16 -19 ottobre
GIAPPONE	<i>il paese gentile gran tour</i>	da 3.620,00	17 – 28 ottobre
MINI TOUR ROMANIA	<i>alla scoperta di Dracula</i>	1.249,00 €	29 ottobre – 2 novembre
CINA	<i>Classica con Guilin</i>	da 3.310,00 €	1 – 14 novembre
RBHUTAN & CALCUTTA	<i>Buddhismo d'alta quota</i>	da 3.850,00 €	14 – 24 novembre
NEW YORK	<i>con partenza da Parma in Bus</i>	2.390,00 €	7 – 12 dicembre
CAPO VERDE	<i>Club Hotel Halos Casa Resort****</i>	1.180,00 €	13 – 20 dicembre

Conversazione semiseria: di cosa parliamo quando diciamo moda

Incontri a cura di Maura Rossi - Ingresso libero e gratuito

Venerdì 2 maggio ore 17.30 -Tra 800 e 900 la grande svolta
Venerdì 16 maggio ore 17.30 -Tempi moderni
Sicilia Costa Iblea Marisipica Grandi Viaggi

29 maggio 6 giugno	9gg 995,00 €	2 – 11 giugno	10gg 1.060,00€	6 – 20 giugno	15gg 1.170,00 €
30 giugno 9 luglio	10gg 1.250,00 €	9 – 18 luglio*	10gg 1.470,00 €	9 – 18 settembre	10gg 1.065,00 €
				10 – 19 sette	10 gg 1.055,00 €

Puglia Otranto – Alimini Resort* Bravo Club**

4 – 13 giugno	10 gg 1.035,00 €	13 – 23 giugno	11 gg 1.340,00 €	23 giug 2 lug	10 gg 1.295,00€
2-11 luglio	10 gg 1.450,00 €	7 – 16 settembre	10 gg 1.220,00 €		

Calabria Oasi Village**Isola Capo Rizzuto**

2 -11 giugno	10gg 895,00€	11 – 20 giugno	10gg 955,00€	20-30 giugno	11gg 1.085,00€	30 giug 9 lug	11gg 1.145,00€
18 – 27 luglio	10gg 1.355,00€	25 agosto –3 settembre	10gg 1.370,00 €	3 – 12 settembre	10gg 955,00 €		

Sicilia Bravo Baia di Tindari** compreso due escursioni a Vulcanio e Lipari VOLO DA PARMA**

17 – 26 SETTEMBRE	10gg 1.170,00 €	17 – 28 SETTEMBRE	10gg 1.310,00 €	VOLO DA PARMA
-------------------	-----------------	-------------------	-----------------	----------------------