

Centro Yoga Annapurna

Le piante utili dei nostri giardini

Seminario condotto dalla dott.ssa Maria Pia Macchi
Magia Verde Onlus

11 giugno 2006

Centro Yoga Annapurna Specchia

Parleremo dell'uso di 11 piante note sia alla medicina tradizionale indiana che a quella italiana. Alcune sono piante comuni come la salvia e il rosmarino, ma sono piante molto importanti che possono aiutarci a raggiungere quell'armonia che secondo l'Ayurveda sta alla base della salute.

Prepareremo insieme alcuni semplici rimedi e impareremo anche a coltivare queste piante nei nostri giardini o sul terrazzo di casa.

Programma

ore 10.00: rituale di raccolta delle piante utili. Introduzione teorica al loro uso secondo la conoscenza ayurvedica.

ore 12.30: pausa pranzo

ore 14.30: preparazione di tisane e altri rimedi naturali con le piante

ore 18.00: rituale conclusivo, le piante come incensi

Per informazioni rivolgersi a **Marisa Ognissanti**

todello@libero.it, Tel. 083.2232121