

IL GIARDINO CHE HA UN CUORE

Incontro con le piante utili per cucinare, per tingere, per star bene

dal 9 all' 11 maggio presso l'Ostello Jonas di Montaretto (La Spezia)



Cultura tradizionale indiana e sacralità delle piante: due giornate di approfondimento per l'applicazione dei principi dell'Ayurveda alla vita di ogni giorno, per vivere nel quotidiano un rapporto di armonia con le piante, alleate e amiche per il nostro benessere..

venerdì 9 maggio:

- ore 17.00, incontro tra i partecipanti e scambio di esperienze sull'uso delle erbe
- ore 19.30 , cena

sabato 10 maggio:

- ore 8.00 colazione al bar
- ore 9.00-12.30: escursione e raccolta di erbe da utilizzare nel laboratorio pomeridiano.
- ore 13.00 pranzo
- ore 15.00: preparazione di semplici rimedi casalinghi con le erbe a disposizione e nozioni generali sull'uso in cucina. Approfondimento dell'uso delle spezie secondo l'Ayurveda.
- ore 19.00 cena e interazione di gruppo

domenica 11 maggio



- ore 8.00, colazione al bar
- ore 9.00-12.30: laboratorio di tinture naturali . Tinture naturali e salute.
- ore 13.00 pranzo
- nel pomeriggio per chi resta escursione nei dintorni e approfondimento dei temi ritenuti di maggiore interesse da parte dei partecipanti
- in serata proiezione pubblica del video Forest Medicine sulla Medicina Tradizionale indiana e presentazione delle attività di Magia Verde Onlus in India.

Montaretto è un'incantevole località sul mare situata sopra Bonassola, in provincia di La Spezia.

La sistemazione proposta è nell'ostello in cui si svolge il seminario, in camere da 4 persone. E' possibile anche con un aumento della quota una sistemazione in bed and breakfast.

Il costo del seminario è di 160 euro a persona per chi sceglie la sistemazione in ostello e di 200 per chi sceglie il bed and breakfast. La quota comprende il pernottamento, due cene e due pranzi vegetariani.

Il corso si svolgerà solo se si raggiungerà il numero di 15 partecipanti. Il seminario sarà condotto da Maria Pia Macchi in collaborazione con Mirella Protti.

La prenotazione va fatta entro il 20 febbraio direttamente a Magiaverde onlus,
e.mail: info@magiaverde.org

E' necessario versare una caparra di 15 euro al momento dell'adesione. La caparra non è restituibile in caso di mancata partecipazione.