

ERBORISTERIA CASALINGA

Sede: Centro TROVAMICI

Durata attività: 5 incontri

Orario: 21.15 – 23.15 il **GIOVEDÌ**

Docente: Susi Zuri

Costo: € 60

Calendario incontri: 18 – 25 ottobre, 8 – 15 - 22 novembre 2018

La nostra dispensa è una vera e propria farmacia, fornitissima di tutto ciò di cui abbiamo bisogno per la nostra salute; spezie, ortaggi, frutta, sale, bicarbonato ecc. sono tutti prodotti medicamentosi, e impararne le proprietà, come usarli, come mescolarli ci farà affrontare tanti piccoli disagi di salute di ogni giorno con poca spesa e senza effetti collaterali. Il corso si articolerà in una parte teorica e una pratica. Questi i temi:

- Aromatiche e Spezie: vedremo la differenza fra infuso e decotto, le proprietà curative delle spezie e come usarle.
- Ortaggi come ci si cura con gli ortaggi, anche un semplice cavolo ha proprietà curative eccezionali, vedremo quali sono gli ortaggi da usare e come usarli.
- Frutta come usarla a vantaggio della nostra salute, come si preparano maschere e impacchi curativi.
- Cereali e legumi, e semi come usarli per la nostra salute, come preparare cataplasmi curativi, e creme naturali.
- Olio, miele, e bicarbonato, le proprietà curative e come mescolarli per ottenere unguenti e pomate curative.

