



## Erbe e benessere

Docente: Anna Florian - Alberto Calori

### Calendario:

Martedì  
dalle ore 14.30  
alle ore 15.30

### Frequenza:

Settimanale

### Durata:

6 lezioni  
dal 9 gennaio 2024  
al 13 febbraio 2024

### Sede:

Villa Cusani-  
Confalonieri

### Aula:

2

### PROPRIETÀ DELLE PIANTE MEDICINALI NEL MANTENIMENTO DI UNO STATO OTTIMALE DI BENESSERE

Recupereremo un'arte antica adattandola ai nostri giorni.

Inizieremo a raccontare l'uso delle piante officinali nelle varie epoche.

Tratteremo argomenti riguardanti l'uso delle piante per il mantenimento del nostro benessere, alla luce delle nuove evidenze che la scienza moderna ha osservato.

- Uso delle erbe nella storia
- Uso corretto delle piante officinali: preparazione e uso consapevole
- Piante officinali per affrontare al meglio le stagioni della vita

Il corso sarà tenuto da Anna Florian, erborista ed esperta in pratiche naturali e da Alberto Calori, erborista e naturopata.