



AIAB Lombardia organizza il **CORSO SULLE VIRTÙ DELLE ERBE**

La tradizione ci insegna a risolvere i piccoli problemi quotidiani facendo ricorso alle erbe. Questo corso vuole riscoprire questa cultura popolare. Le lezioni introduttive ci forniranno gli strumenti per riconoscere le piante erbacee più comuni, per passare poi ad illustrare il loro semplice utilizzo.

6 Giugno 2013, 20.30-22.30 — Cenni di botanica. Impariamo a riconoscere le erbe. Laboratorio: preparazione di un sale da bagno e di uno scrub.

13 Giugno 2013, 20.30-22.30 — Piante di bellezza. Preparazione di semplici fitopreparati per la cura e la bellezza. Laboratorio: preparazione di un burro cacao per le labbra.

20 Giugno 2013, 20.30-22.30 — Piante per la salute. Tisane, decotti, tinture madri, oleoliti, fiori di Bach come rimedi per la salute. Laboratorio: preparazione di una tisana e un decotto.

27 Giugno 2013, 20.30-22.30 — Piante in cucina. Ricette con le erbe spontanee. Laboratorio: preparazione di un piatto da degustare insieme.

Visita ad un'azienda agricola biologica e raccolta di erbe

Il corso ha un costo di **20 euro a incontro** e si svolgerà presso
la Nuova Stecca, in **via De Castilla, 26 Milano**

Per informazioni e iscrizioni:

Aiab Lombardia

02/67100659

aiab.lombardia@aiab.it

www.aiablombardia.it