



Edizione straordinaria d'AUTUNNO!

Percorso di Riconoscimento, raccolta e cucina di ERBE spontanee

**domenica 11 ottobre 2020
e lunedì 12 ottobre 2020**

Domenica condotto da **Alberto Bucci** de La

Nuova Selvaiana

Lunedì condotto da **Maria Sonia Baldoni** "La sibilla delle erbe"

Capezzano Pianore (tra Viareggio e Camaiore - Lucca)

La farmacia selvatica: il meraviglioso mondo delle piante selvatiche, alimentari e curative

Domenica 11 ottobre il corso consiste in una passeggiata durante la quale si riconosceranno le erbe selvatiche ad uso alimentare e le piante officinali spontanee.

Verranno fornite informazioni sull'uso culinario e sulle proprietà erboristiche delle erbe e nozioni di etnobotanica, tradizioni alimentari, miti e leggende di alcune piante.

A pranzo gusteremo alcune preparazioni gastronomiche con le erbe raccolte e illustreremo le ricette preparate.

Realizzeremo un **erbario** personale.

Portare abiti e scarpe comode, coltellino, borsa in tela per contenere le erbe o cestino.

Lunedì 12 ottobre la formazione con Maria Sonia Baldoni è quasi personale, professionale, rivolta anche a chi del raccoglitore ne volesse fare un mestiere!

Oltre al riconoscimento, faremo la **catalogazione** delle erbe raccolte con disamina degli usi attuali e tradizionali, sia per l'alimentazione che per usi rituali.

A pranzo gusteremo alcune preparazioni gastronomiche con le erbe raccolte e illustreremo le ricette preparate.

Maria Sonia Baldoni, è conosciuta in tutta Italia come "La sibilla delle erbe", è una tra le principali esperte italiane del riconoscimento delle erbe spontanee e officinali.

Da quasi quarant'anni studia e raccoglie le erbe spontanee, approfondendo il loro uso e le loro proprietà.

E' in continua ricerca e approfondimento delle conoscenze di antiche tradizioni delle popolazioni italice, come i Sanniti del Molise, i Celti, fino agli Indiani d'America, interessata anche all'aspetto sciamanico, all'uso delle piante sacre legate alle tradizioni e alle cerimonie, studia anche il loro legame con le costellazioni del cielo.

Conosce bene l'uso erboristico delle piante di Ildegarda di Bingen (L'associazione 1virgola618 vi ricorda il convegno di novembre 2019 a Lucca).

Ha costruito, grazie alla sua incessante attività di formatrice, quasi giornaliera, la rete delle Case delle Erbe.

Nella sua attività di raccoglitrice si fa portatrice di un messaggio profondamente legato alla terra e alla natura che traghetta all'insegna del riconoscere il valore di ogni essere vivente, sottolineando l'importanza "della memoria del gesto".

Per questo i suoi laboratori sono sostanzialmente esperienziali e il riconoscimento delle erbe avviene sul campo.



Estratto da un'intervista a Maria Sonia Baldoni

"Educare all'abbondanza le persone, soprattutto i giovani, riavvicinandoli alla terra e alle antiche tradizioni italice significa dare nuovo valore al nostro territorio, questo è l'aspetto didattico più profondo, anche se meno evidente, del progetto presente che prevede la formazione continua nella raccolta, usi, applicazioni e trasformazione delle erbe spontanee. Ma non solo. La raccolta delle erbe spontanee coinvolge diversi aspetti legati alla cura soprattutto a scopo preventivo o riabilitativo e al benessere psicologico in quanto strettamente connesso alla dimensione fisica e psichica creando così nuove figure professionali che sappiano unire la raccolta delle erbe spontanee alla cura di disagi fisici e psichici. Anche la creatività viene sollecitata nella trasformazione delle erbe raccolte, nella realizzazione di mandala floreali o nel raccontare e scrivere storie che abbiano al centro il mondo delle erbe spontanee. Le applicazioni sono diverse: dalla formazione continua alla creazione di prodotti

fitoterapici a base di erbe: oleoliti, creme, balsami, fiori di bach, tisane curative... sino alla realizzazione di un ristorante con menù a base di erbe spontanee."

Informazioni ed iscrizioni

Gianna 349.4248355

info@1virgola618.it

www.1virgola618.it