

Programma didattico

## Il sapere e il sapore delle erbe selvatiche

*Un viaggio tra fiori, alberi e erbe, alla ricerca delle piante selvatiche per scoprire sapori unici, gustosi e salutari, Come riconoscerle, dove e come cercarle, come utilizzarle e conservarle. Come realizzare prodotti da preparare con le proprie mani. Laboratorio dei profumi per riconoscere gli oli essenziali.*

<b>Luogo della visita</b>	Facile camminata di circa un'ora e mezza con dislivello di 400 metri, su mulattiera e sentiero, con meravigliosi panorami, tra boschi e pascoli, nel Parco Regionale Montano della Grigna Settentrionale.
<b>Periodo della visita</b>	Da marzo a ottobre
<b>Scuole e classi</b>	Adatta per scuola media inferiore, superiore e oltre
<b>Argomenti trattati</b>	Sulle tracce del benessere, alla scoperta delle piante selvatiche salutari, per vivere in equilibrio e in armonia con la natura, assorbendo l'energia e la forza dall'anima delle piante. Leggeremo la natura per coglierne tutta la saggezza nascosta in ogni sua pagina.
<b>Obiettivi</b>	Saper osservare la biodiversità Sviluppare la capacità di concentrazione Sviluppare la capacità di collegare l'anatomia e la fisiologia dei viventi Acquisire la consapevolezza della complessità dell'equilibrio ambientale
<b>Laboratori</b>	Laboratorio dei profumi
<b>Altri dettagli o limitazioni</b>	Massimo 50 partecipanti per guida
<b>Adatta a disabili</b>	Non adatta in caso di disabilità motorie
<b>Costi</b>	mezza giornata al costo di 180 €, giornata intera 250 € o più giorni, con costo di 200 € per ogni ulteriore giornata
<b>Gratuità per accompagnatori</b>	Accompagnatori gratuiti

Info e prenotazioni  
Associazione Shangri Là

Cristina Rovelli  
tel. 339.5060238

e-mail : [shilar@shangrilaonlus.it](mailto:shilar@shangrilaonlus.it)



Info e prenotazioni  
Associazione Shangri Là  
Cristina Rovelli  
tel. 339.5060238  
e-mail : [shilar@shangrilaonlus.it](mailto:shilar@shangrilaonlus.it)