

Erboristeria elementale

16 -17- 18- 19 Agosto 2024



TERRA

GIORNO 1

Giornata dedicata all'ubicarsi, nello spazio, nel bosco e nella vita



ACQUA

GIORNO 2

Giornata per la cura e ristabilire l'armonia



FUOCO

GIORNO 3

Giornata per prendere coscienza e far luce sul nostro cammino



ARIA

GIORNO 4

Giornata per la reciprocità, per creare nuove forme possibili



Una proposta di cammino di connessione per fare esperienza della complessa semplicità della Natura. Consigliati i 4 giorni. Possibili giornate singole



Ritiro di condivisione nelle splendide Valli di Lanzo, basato su pratiche e conoscenze legate all'Erboristeria tradizionale e alla Medicina Ancestrale interculturale



Un'occasione per favorire il ricordo della memoria umana legata a pratiche di cura attraverso il contatto quotidiano con gli elementi



LEM Laboratorio Energia Mentale
Frazione Corgnolero, Viù (TO)
www.laboratorioenergiamentale.it

Per informazioni
Silvia 340 2504074
Ambra 351 8728585



info@silviamarierborista.it

Erboristeria elementale

Terra - giorno 1

Giornata dedicata all'”ubicarsi”, nel ritiro, nel luogo, nel bosco, in noi stessi e nelle relazioni, nella vita in generale. La direzione della Terra ci indica dove tutto può fiorire, dove collocarci come semi capaci di evolvere.

16 agosto

Ore 9.00 ritrovo presso il Centro LEM Laboratorio Energia Mentale.

Via Polpresa 5, Viù (TO). Parcheggio privato della struttura Accoglienza e sistemazione

Ore 10.00 Inizio laboratorio - Presentazione degli Elementi e del percorso

Cerchio di parola per le nostre intenzioni

Ore 13 pranzo leggero (o digiuno per chi lo desidera)

Ore 14.15 Passeggiata verso il bosco

Ore 15.00- 19.00 circa *contatto personale con la Terra*: ritiro introspettivo nel bosco, in solitudine.

Cena

Acqua - giorno 2

Giornata per la cura, per ritrovare l'armonia. La direzione dell'Acqua è quella che suggerisce il fluire per acquisire pace nelle nostre emozioni.

17 agosto

Ore 9 colazione

Mattina: attività di Erboristeria tradizionale, estrazioni acquose e miscele di piante

Ore 13.00 pranzo

Pomeriggio: pratiche di medicina ancestrale ed erboristeria tradizionale: vaporizzazioni e suffumigi, bagni di piante, impacchi

Ore 19.30 circa cena

Fuoco - giorno 3

Giornata per mettersi alla prova affrontando la presa di coscienza del cambio costante e dalla forza vitale della trasmutazione. La direzione del Fuoco ci invita ad accendere scintille creative e distruttive per compiere i nostri propositi.

18 agosto

Ore 9 colazione

Mattina: rituali di pulizia e trasmutazione con cenere e fuoco; preparazione della lisciva

ore 13 pranzo

Pomeriggio: erboristeria tradizionale: oleoliti e unguenti

Ore 19.30 circa cena

Ore 20.30 circa canti, storie e racconti intorno al Fuoco

Aria - giorno 4

Giornata dedicata a ciò che è sottile, al ringraziamento e all'invisibile che tutto muove e connette. La direzione dell'Aria chiude un cerchio di reciprocità e ci spinge a creare nuove forme possibili per dare significato alla nostra autenticità

19 agosto

Mattina: dedicata al respiro profondo e fumigazioni

Ore 13.00 pranzo

Pomeriggio: chiusura, offerta alla Terra, condivisione

Ore 16.30 circa: fine attività

Costi

€ 375 per 4 giorni

Sono compresi: 7 pasti e 3 colazioni, pernottamento, attività, utilizzo della struttura

€ 300 per chi non volesse pernottare

€ 100 per le singole giornate

I posti sono limitati, è necessaria la prenotazione.

Modalità di pagamento: 30% in anticipo con bonifico, Satispay o Pay Pal; saldo in contanti o bonifico.

Le informazioni riguardanti i materiali da portare verranno fornite all'iscrizione.

Chi siamo

Ambra Galleotti



Antropologa specializzata in Comunicazione Interculturale, da tredici anni vive in Ecuador intrecciando culture e tradizioni. Approfondendo la conoscenza della medicina ancestrale ha fatto esperienza con diversi Taitas e Mamas dell'Ecuador, Messico e Colombia. Tanto in America come in Europa la sua visione e operato sono diretti principalmente a risvegliare la connessione intuitiva di ogni persona con gli elementi della Natura. Questo l'ha portata a fondare il progetto "Anuar" che promuove la conoscenza di sé e il "ricordo" delle molteplici forme di guarigione ancestrale e interculturale che ci abitano propiziando il benessere integrale.



Silvia Maria Nepote Fus

Erborista e raccoglitrice, esperta in piante spontanee commestibili e officinali. Ha approfondito la conoscenza della Flora alpina, in particolare delle Valli di Lanzo e le piante utilizzate nella tradizione locale. Aiuta le persone ad imparare a riconoscerle in Natura ed utilizzarle nella quotidianità, in cucina ed erboristeria domestica. Promuove una raccolta basata sulla conoscenza dei cicli vitali, del rispetto e della reciprocità. Organizza corsi (sul campo, in presenza e on line), laboratori e conferenze sul tema. Offre consulenze botaniche, erboristiche e di Fiori di Bach. E' autrice del libro "ESCO Erbe Spontanee Commestibili e Officinali".

LEM

Laboratorio Energia Mentale

Siamo un'associazione che promuove la creazione di stili di vita per la salute dell'uomo e del pianeta. Lo facciamo attraverso corsi, seminari, conferenze e residenziali. Nel periodo estivo è aperta la nostra bella sede di Corgnolero di Viù (TO).