

L'Associazione Culturale

in collaborazione col comune di Venaus  
presentano il corso

Natura  
di Luce



# Erbe e rimedi naturali per i mali di inverno



*Arriva l'inverno e seguendo il ciclo naturale dei ritmi e delle stagioni, anche l'Uomo, che vi fa parte, dovrebbe imitare la Natura, attingendo alle sue risorse il potenziale per affrontare la stagione più difficile per la salute di grandi e piccoli...*



**a VENAUS (TO),**  
**Conferenza introduttiva al Corso**

**Mercoledì 30 gennaio ore 21.00**

Presso Sala Consigliare del Comune di Venaus - Via Roma 4, ingresso libero

**CORSO a Venaus, presso la sala corsi comune**  
**Venerdì 1 febbraio 2013**

6 lezioni dalle ore 21 alle 22.30, frequentabili anche singolarmente.

Per info [www.comune.venaus.to.it](http://www.comune.venaus.to.it) , [www.naturadiluce.org](http://www.naturadiluce.org)  
Iscrizioni [naturadiluce@gmail.com](mailto:naturadiluce@gmail.com) - cell 347 7826334

**Costo per i soci: 15 euro/ lezione, oppure intero corso 75 euro (1 lezione gratis). Tessera associativa: 15 euro.**

Il corso si terrà se si raggiungerà il minimo di 15 iscritti.

L'Associazione Culturale

in collaborazione col comune di Venaus  
presentano il corso

Natura  
di Luce



# Erbe e rimedi naturali per i mali di inverno



*Arriva l'inverno e seguendo il ciclo naturale dei ritmi e delle stagioni, anche l'Uomo, che vi fa parte, dovrebbe imitare la Natura, attingendo alle sue risorse il potenziale per affrontare la stagione più difficile per la salute di grandi e piccoli...*



**a VENAUS (TO)**

**Conferenza introduttiva al Corso**

**Mercoledì 30 gennaio ore 21.00**

Presso Sala Consigliare del Comune di Venaus - Via Roma 4, ingresso libero

**CORSO a Venaus, presso la sala corsi comune**  
**Venerdì 1 febbraio 2013**

6 lezioni dalle ore 21 alle 22.30, frequentabili anche singolarmente.

Per info [www.comune.venaus.to.it](http://www.comune.venaus.to.it) , [www.naturadiluce.org](http://www.naturadiluce.org)  
Iscrizioni [naturadiluce@gmail.com](mailto:naturadiluce@gmail.com) - cell 347 7826334

**Costo per i soci: 15 euro/ lezione, oppure intero corso 75 euro (1 lezione gratis). Tessera associativa: 15 euro.**

Il corso si terrà se si raggiungerà il minimo di 15 iscritti.

## Presentazione

*Un corso di naturopatia tradizionale per tutti: erbe ma anche altri rimedi, minerali e di origine animale...Verranno illustrati molti rimedi tradizionali per i problemi invernali più disparati dal raffreddore ai geloni, dalla bronchite alla sinusite: efficaci, facili da preparare ed economici. Rappresentati a volte anche da alimenti e ingredienti usati comunemente in cucina, nonché pratiche terapeutiche popolari, riscoperti dalla docente in una ricerca itinerante condotta in questi ultimi anni sul territorio piemontese. Conoscenze inedite e perciò assolutamente originali, per la maggior parte non rintracciabili nei testi in commercio, che permettono un aiuto naturale e di facile ed economico utilizzo per chiunque. Queste conoscenze, raccontano il legame tra Madre Natura e Uomo ed il suo sottile equilibrio. Lette in chiave moderna, rappresentano le basi di una naturopatia "nostrana"; ecco perché è importante recuperarle e renderle vive, attualizzandole con semplici accorgimenti anche nella pratica quotidiana per sé e per la propria famiglia. Molto utile anche a figure che fanno della cura naturale una professione (es. naturopati).*

Si può frequentare sia tutto il corso che singole lezioni.

## Programma:

*1° lezione:* Presentazione e premessa - Perché ci si ammala - Terreno e salute in generale- Alimentazione naturale nella prevenzione delle patologie da raffreddamento.

*2° lezione:* Medicina ippocratica: i 4 umori e i 4 elementi. Dal segno alla funzione: la Signatura delle piante. Il principio del simile. Le 4 qualità delle piante: caldo-fredde-umide-secche.

*3° lezione:* Le erbe medicinali nostrane che non devono mancare in casa in inverno: quando raccoglierle e trasformarle, proprietà e applicazioni popolari per uso interno ed esterno.

*4° lezione:* Le erbe medicinali nostrane che non devono mancare in casa in inverno: quando raccoglierle e trasformarle, proprietà e applicazioni popolari per uso interno ed esterno.

*5° lezione:* Le erbe medicinali nostrane che non devono mancare in casa in inverno: quando raccoglierle e trasformarle, proprietà e applicazioni popolari per uso interno ed esterno. Uso di alcuni oli essenziali

*6° lezione:* I prodotti dell'alveare per l'inverno: miele e propoli, proprietà e impieghi per uso interno ed esterno. Dal frigorifero alla dispensa: ortaggi, frutta, prodotti animali...trasformati magicamente in rimedi per le patologie influenzali, sempre disponibili tutto l'anno!

## Presentazione

*Un corso di naturopatia tradizionale per tutti: erbe ma anche altri rimedi, minerali e di origine animale...Verranno illustrati molti rimedi tradizionali per i problemi invernali più disparati dal raffreddore ai geloni, dalla bronchite alla sinusite: efficaci, facili da preparare ed economici. Rappresentati a volte anche da alimenti e ingredienti usati comunemente in cucina, nonché pratiche terapeutiche popolari, riscoperti dalla docente in una ricerca itinerante condotta in questi ultimi anni sul territorio piemontese. Conoscenze inedite e perciò assolutamente originali, per la maggior parte non rintracciabili nei testi in commercio, che permettono un aiuto naturale e di facile ed economico utilizzo per chiunque. Queste conoscenze, raccontano il legame tra Madre Natura e Uomo ed il suo sottile equilibrio. Lette in chiave moderna, rappresentano le basi di una naturopatia "nostrana"; ecco perché è importante recuperarle e renderle vive, attualizzandole con semplici accorgimenti anche nella pratica quotidiana per sé e per la propria famiglia. Molto utile anche a figure che fanno della cura naturale una professione (es. naturopati).*

Si può frequentare sia tutto il corso che singole lezioni.

## Programma:

*1° lezione:* Presentazione e premessa - Perché ci si ammala - Terreno e salute in generale- Alimentazione naturale nella prevenzione delle patologie da raffreddamento.

*2° lezione:* Medicina ippocratica: i 4 umori e i 4 elementi. Dal segno alla funzione: la Signatura delle piante. Il principio del simile. Le 4 qualità delle piante: caldo-fredde-umide-secche.

*3° lezione:* Le erbe medicinali nostrane che non devono mancare in casa in inverno: quando raccoglierle e trasformarle, proprietà e applicazioni popolari per uso interno ed esterno.

*4° lezione:* Le erbe medicinali nostrane che non devono mancare in casa in inverno: quando raccoglierle e trasformarle, proprietà e applicazioni popolari per uso interno ed esterno.

*5° lezione:* Le erbe medicinali nostrane che non devono mancare in casa in inverno: quando raccoglierle e trasformarle, proprietà e applicazioni popolari per uso interno ed esterno. Uso di alcuni oli essenziali

*6° lezione:* I prodotti dell'alveare per l'inverno: miele e propoli, proprietà e impieghi per uso interno ed esterno. Dal frigorifero alla dispensa: ortaggi, frutta, prodotti animali...trasformati magicamente in rimedi per le patologie influenzali, sempre disponibili tutto l'anno!