

**LEZIONI in presenza presso il**  
**Centro Sociale Anziani (CSA) “Marconi”**  
**del MUNICIPIO ROMA XI**  
**in Via dei Papareschi n. 28/B**

**ERBORISTERIA**

Prof.ssa Daniela Nobilia

orario: giovedì ore 15,30-17,30

Argomenti:

**1) LA CARTA:** cosa è e come si produce

**LABORATORIO:** produzione di carta riciclata per realizzare piccoli libricini, segnalibri colorati con piante e decorati con foglie e fiori.

**2) LE PIANTE TINTORIE DEL TEVERE:**

Passeggiate per l'individuazione e la raccolta delle piante

**LABORATORIO:** creazione di un erbario da stampare; tintura e stampa botanica, preparazione bagni di colore e di pigmenti tintori

**3) LE PIANTE DELL' APPARATO DIGESTIVO:** alloro, melissa, rosmarino, origano, carciofo e cicoria, Verbena, Achillea, liquirizia, finocchio, genziana, tarassaco.

Individuazione dei principi attivi che le caratterizzano: gli amari, le vitamine.

**LABORATORIO:** preparazione di tisane funzionali all'apparato digerente, di liquori digestivi, di sciroppi, di tinture idroalcoliche

**4) LE PIANTE DELL' APPARATO URINARIO:** ortica, equisetto, parietaria, mirtillo, tarassaco, pilosella, sambuco, rusco, asparago.

Individuazione dei principi attivi che le caratterizzano: arbutina, salicina, altri

**LABORATORIO:** preparazione di tisane, tinture e sciroppi

**5) I TENSIOATTIVI.** Cosa sono, come funzionano, tipologia

Come lavavano le nostre antenate

**LABORATORIO:** produzione di bagnoschiuma, shampoo, saponette

**6) STORIA DELLA FITOTERAPIA e della COSMETICA**

Semplici nozioni di botanica

**7) ORTI:** cura delle piante già piantumate (innaffiamento, concimazione, pulizia dalle erbacce), inserimento di altre. Realizzazione di talee. Cura del lombricario

**LEZIONI in presenza presso il**  
**Centro Sociale Anziani (CSA) “Marconi”**  
**del MUNICIPIO ROMA XI**  
**in Via dei Papareschi n. 28/B**

**Per partecipare alle attività dell’orto bisognerà versare 10 euro per la copertura assicurativa all’Associazione “Una finestra laica sul territorio”.**

**8) PIANTE ED ARTE:** studio delle piante o fiori riprodotti in dipinti famosi o sculture e la loro simbologia; intervento sul tema congiunto con l’insegnante di storia dell’arte **in data da destinarsi**

Numero allievi : max. 25

Nel corso delle lezioni verranno svolte sia la parte teorica sia le attività di laboratorio erboristico sia la cura dei due orti che l’associazione, “Una finestra laica sul territorio”, ha messo a disposizione dell’Unitre Arvalia, già da quattro anni, all’interno degli orti sociali di Casa Vittoria.

**Sono previste uscite per il riconoscimento di piante spontanee e coltivate a Villa Pamphili, villa Sciarra e lungo gli argini del Tevere. Visite guidate nei musei per lo studio dei dipinti. Saranno programmati incontri con: erboriste, guide turistiche, archeologhe, esperte di erbe spontanee.**

**N.B.** I costi delle materie prime di base per la preparazione di tisane, oli medicinali, unguenti, estratti idroalcolici, pittura su stoffa, fotocopie, saponette, bagnoschiuma sono a carico dei partecipanti.