

Il Cad Bam in collaborazione con

Il Giardino di Pimpinella



Scuola di Botanica e Erboristeria selvatica

propone ai propri soci

DAI FIORI ALLE CREME!

WORKSHOP PRATICO DI COSMESI NATURALE PER FARE
OLEOLITI, UNGUENTI, CREME, STICKS

UN FINE SETTIMANA AUTUNNALE TRA LE SPLENDEDE COLLINE BOLOGNESI

3 e 4 ottobre 2020



Laboratorio di cosmesi naturale per scoprire i principi base per la cura della persona con strumenti, tecniche e materiali completamente naturali, in armonia con l'ambiente e con noi stessi. Sperimentaremo direttamente il piacere di manipolare e impiegare ingredienti del tutto naturali e facilmente reperibili. Scopriremo la semplicità del fare preparazioni cosmetiche di grande efficacia e riproducibili anche nelle cucine di casa, per acquistare la libertà di potersi preparare autonomamente ottimi prodotti di qualità, curando sé stessi e i propri cari e, perché no, risparmiando! Il seminario è principalmente pratico, per permettere ad ognuno di sperimentare ed imparare le semplici tecniche, per essere autonomi e continuare a casa a produrre, personalizzando le ricette imparate e diffondendo le tecniche acquisite ad amici e familiari, per riappropriarsi di conoscenze semplici ed a portata di mano... evitando di dipendere continuamente da prodotti industriali di dubbio valore e qualità.

IMPORTANTE: Come tutti i workshop del Giardino di Pimpinella, anche questo è caratterizzato dall'uso di ingredienti semplici e a portata di mano (olio extravergine d'oliva e pochi altri oli facilmente reperibili negli alimentari), piante selvatiche comunemente diffuse o recuperabili in erboristeria, cera d'api, amidi e farine....non impiegheremo sostanze

chimiche, emulsionanti, conservanti di origine chimica o di formulazioni complicate, ma sarà tutto estremamente semplice e facilmente ripetibile. Ogni partecipante avrà la possibilità di sperimentare e creare da sé i propri prodotti: non si starà ad assistere passivamente l'esecuzione di ricette da parte del docente, ma ogni partecipante metterà in pratica la ricetta imparata, perché siamo convinti che LA CONOSCENZA PASSI ESCLUSIVAMENTE ATTRAVERSO L'ESPERIENZA.

COSA IMPAREREMO. In questa occasione tratteremo le estrazioni in olio (oleoliti): faremo oleoliti con fiori e piante fresche, con piante essiccate, col metodo a bagnomaria e col metodo a digestione solare. Scopriremo i segreti per estrarre al meglio i principi attivi utili, e per conservare ed evitare l'irrancidimento. Scopriremo quali sono le piante utili in cosmesi e quali hanno principi attivi che si estraggono in olio. Impareremo a fare un unguento, impiegando oleoliti, cere vegetali e cera d'api; stick per le labbra e candele da massaggio a base di burri vegetali, oli, fiori e altri ingredienti delicati e naturali; come fare scrub, maschere, impacchi e cataplasmi; le argille per il corpo, il viso e i capelli; quali fiori e piante impiegare per le estrazioni in olio e per maschere e impacchi.

GIORNI ED ORARI. Il corso di 2 giorni **inizia sabato 3 ottobre alle ore 10:00**, con ritrovo alle 9:30 - 9:45 per l'accoglienza, e **termina** verso le **ore 18:00**, con pausa pranzo dalle ore 13:00 alle ore 14:00. Prosegue **domenica 4 ottobre**, a partire dalle **ore 9:00** fino alle **17:00**.

IL CORSO INTERAMENTE PRATICO. I partecipanti, al termine del corso, si porteranno a casa tutte le preparazioni effettuate.

SE DESIDERI PORTARE UN AMICO O PARENTE che non parteciperà al corso, ma che rimarrà a godere della bellezza della natura del posto e rilassarsi, potrai richiederlo espressamente all'atto dell'iscrizione.

CHI È LA DOTT. LAURA DELL'AQUILA (DOCENTE DEL CORSO)

"Sono nata a Bologna ma cresciuta in un selvatico rapporto con la natura, frequentando gli ambienti naturali delle colline di Bologna ma soprattutto grazie a lunghe permanenze dai nonni, nei monti del Mugello, tra boschi e torrenti. Mi sono laureata in biologia con il massimo dei voti e benedico gli studi effettuati che mi hanno fatto assaporare e scoprire le incredibili e straordinarie meraviglie della Vita, sia dal punto di vista macroscopico che microscopico. Sono da sempre stata innamorata del mondo delle piante e per questo mi sono specializzata in Geobotanica. Ho avuto la fortuna di incontrare nella mia vita Cosma Filmè, che oltre ad essere una straordinaria Maestra di Yoga è stata per me maestra di Vita e mi ha ispirato profondamente nella mia filosofia di Vita.

Mi sono diplomata in Tecniche Erboristiche per scoprire oltre alla fisiologia ed ecologia vegetale, anche la ricchezza elargita dalle nostre amiche piante. Fin da piccola ho sempre sentito di avere un ruolo da svolgere "qui" per dare il mio contributo alla nostra Madre Terra, e fin da bambina sono stata attiva in azioni contro la caccia, l'inquinamento, la vivisezione...per questo motivo, fin da prima della laurea mi sono dedicata alla didattica naturalistica, lavorando sia con scuole che nella formazione degli insegnanti. Sono convinta che la chiave per cambiare il mondo sia lavorare sui bambini facendo dapprima scoprire e amare la natura per poi arrivare ad acquisire una coscienza e consapevolezza delle interconnessioni che regolano il nostro Pianeta. Per tanti anni ho lavorato come consulente di Enti Pubblici per studi vegetazionali, curando sia la fotointerpretazione che i rilievi in campo, e in questo modo ho avuto il privilegio di conoscere, scoprire ed esplorare luoghi spesso inaccessibili della nostra Regione. Contemporaneamente ho da sempre organizzato e condotto corsi di conoscenza e uso delle erbe selvatiche, di fitoterapia e di cosmesi naturale.

Nel 1992 mi sono "innamorata" della grande Quercia della casa dove poi mi sono trasferita a vivere; qui sono diventata mamma dei miei tre figli, Gaia, Matteo e Angelo, e qui i sogni si sono completamente incarnati in realtà e ho iniziato senza tregua a piantare alberi e piante di interesse botanico ed erboristico. Il Giardino di Pimpinella è nato in questo periodo, quando ho deciso di svolgere le attività di didattica e divulgazione direttamente qui, anziché spostarmi io nelle varie scuole e istituti, perché il Giardino rappresenta un vero e proprio libro a cielo aperto da cui apprendere e completare le conoscenze acquisite dai libri. Ho insegnato per diversi anni come Professore a Contratto presso Tecniche Erboristiche di Bologna, Botanica sistematica farmaceutica, e ho tenuto per tanti anni i laboratori di ecologia, presso Scienze della Formazione Primaria. Continuo a insegnare fitoterapia presso la Scuola di naturopatia di Riza Psicosomatica e altri Enti pubblici qualificati. Per il resto tutto la mia passione e energia è rivolta al Giardino di Pimpinella dove posso manifestare e condividere a tutto tondo la mia esperienza nel campo della botanica, dell'erboristeria e



dell'autoproduzione.

Ogni giorno ringrazio le piante, fonti di continua ispirazione per affacciarmi al grande mistero della Vita fatto di bellezza, di perfezione, di regole numeriche, di proporzioni sacre, di efficienza funzionale, di ricchezza e di abbondanza."



QUOTA DI PARTECIPAZIONE per persona:

• COSTO DEL CORSO

€ 170,00

LA QUOTA COMPRENDE:

- le preparazioni fatte durante l'incontro o seminario, le dispense e l'Attestato di partecipazione;
- tutte le spiegazioni teorico-pratiche saranno curate dalla D.ssa Laura dell'Aquila;
- pranzo, cena e colazione molto basic, spartana e vegetariana;
- quota di iscrizione all'associazione "Amici di Pimpinella".

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- viaggio a/r da Mantova al Giardino di Pimpinella e viceversa;
- pernottamento in B&B o al Giardino di Pimpinella.

È possibile prenotare il **pernottamento** presso la sede del Giardino di Pimpinella in stanze comuni oppure presso B&B convenzionati siti nelle vicinanze. Su richiesta verranno forniti i nominativi delle strutture.

Dormire in stanze semplice presso il Giardino di Pimpinella, costa € 10,00 a persona con sacco a pelo e € 15,00 a persona con biancheria fornita in loco.

COME ARRIVARE AL GIARDINO DI PIMPINELLA

In auto: in autostrada all'uscita Sasso Marconi, dalla quale il Giardino dista circa 10 minuti. **In treno** (un treno ogni mezzora o ora circa) dalla durata di 30 minuti da Bologna Centrale piazzale ovest, fermata di Marzabotto; o in autobus. Su richiesta, un incaricato del Giardino, può passare a prendere gli ospiti in paese, alla fermata dell'autobus o in stazione ferroviaria e dare un passaggio fino in fattoria (viene richiesto un piccolo rimborso spese della navetta di € 3-5).

TERMINE ISCRIZIONI:

24 settembre 2020

REFERENTE CAD BAM:

Chiara Steccanella

NOTA BENE: ricordiamo che per poter partecipare alle manifestazioni del Cad Bam è necessario essere iscritti alla nostra associazione come Soci ordinari e/o Soci aggregati e/o Soci annuali. I Soci "Annuali" dovranno versare la quota di partecipazione tramite bonifico bancario sul conto corrente del "Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana" IBAN IT1810103011503000010000226, causale "**Corso di cosmesi naturale al Giardino di Pimpinella**" solo nel caso non fossero correntisti di Banca Monte Paschi Siena.

INOLTRE: il Cad Bam non accetta prenotazioni telefoniche. È necessario iscriversi alla manifestazione esclusivamente tramite il modulo in calce alla circolare oppure tramite il nostro sito internet www.cadbam.it dove, dopo aver aperto la pagina della circolare interessata, troverete il modulo di iscrizione online.

Per eventuali maggiori informazioni contattare la Segreteria del Cad Bam inviando una e-mail a segreteria@cadbam.it oppure chiara.steccanella@cadbam.it, visitare il nostro sito <https://www.cadbam.it>

MODULO DI ADESIONE AL WEEK END AL GIARDINO DI PIMPINELLA - CORSO DI COSMESI NATURALE 3-4 OTTOBRE 2020

COGNOME, NOME, CODICE FISCALE	UFFICIO - INDIRIZZO - CELLULARE	QUOTA €uro
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Totale quote di partecipazione dovute: _____

DICHIARO DI SOLLEVARE IL CAD BAM DA QUALSIASI RESPONSABILITA' PER DANNI CAUSATI E/O SUBITI DAI SOPRAELENCATI NOMINATIVI PER TUTTA LA DURATA DELLA MANIFESTAZIONE.

CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI, AI SENSI DELL'ARTICOLO 13 DEL D.LGS. 30 GIUGNO 2003, N. 196 E DELL'ART. 13 DEL REGOLAMENTO UE N. 2016/679: consapevole che in mancanza di consenso il CAD BAM non potrà dar corso ad iniziative o servizi che richiedano il trattamento dei dati personali già in suo possesso, acconsento al trattamento degli stessi per le specifiche finalità perseguite dalla presente iniziativa, compreso la loro eventuale comunicazione a terzi soggetti incaricati dell'organizzazione tecnica.

Mantova, _____ Firma Socio Cad Bam _____

Con il presente ordine irrevocabile, il sottoscritto _____ autorizza la Banca Monte dei Paschi di Siena a bonificare, anche in più soluzioni ed a richiesta degli organizzatori, l'importo complessivo di Euro _____ a favore del Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana addebitando il c/c n. _____ funzionante presso la dipendenza di _____ ed identificato dal seguente IBAN _____, quale totale quote di partecipazione alla manifestazione in oggetto.

Mantova, _____ Firma intestatario c/c _____