



TERRA ANTICA VITA NOVA  
*COLTIVIAMO L'HOBBY DI COLTIVARE!*

PRESENTA:  
PROGRAMMA DEL CORSO  
SULLE ERBE SPONTANEE ED AROMATICHE  
**ERBACCIA SARAI TU!**

Corso per imparare il valore delle piante  
spontanee ed aromatiche

### DATI CORSO

- **LEZIONI:**  
CORSO: osservazione delle piante spontanee ed aromatiche nel nostro campo, spiegazioni delle tante loro funzioni e consigli per poterle usare secondo antiche pratiche casalinghe e contadine: per la casa, la cura della persona, contro insetti non graditi per aiutare il nostro orto/giardino/ balcone ecc..  
tutto in un sol giorno (giornata di Sabato) presso Ortolandia-*l'orto biologico in affitto ad 1 euro al giorno*  
Via Roccolo,27 Vimercate -MB (frazione Ruginello)  
LEZIONI INDIVIDUALI: lezioni per singole persone nel nostro campo a Vimercate (MB) o nell'orto/giardino/balcone di chi è interessato.  
A fine corso/lezioni sarà consegnata una dispensa con tutte le informazioni necessarie, in formato pdf (inclusa nel prezzo del corso) e sarà consegnato un attestato di frequenza, su richiesta.
- **STRUMENTI PER PARTECIPARE:**  
QUADERNO, PENNA, SCARPE COMODE E ALTE (per andare nell'erba alta), GUANTI, CAPPELLO, SPRAY ANTINSETTO E ...MENTE APERTA!



- **PREZZO DEL CORSO:**  
A PERSONA 9 Euro (previa prenotazione)

## OBIETTIVO DEL CORSO

*Riprendiamo il vecchio sapere contadino e delle usanze casalinghe per sfruttare le qualità di queste vigorose piante*

Con questo corso si intende mostrare il valore delle erbe spontanee che sono erroneamente chiamate “malerbe” o “erbacce”, considerate piante inutili o dannose. Alcune di esse sono già ben note (come l’Ortica o il Timo per esempio) e già apprezzate in cucina, ma non tutti sanno che...possono essere utilizzate anche in altri modi.

Sono piante dal forte vigore, che crescono solo in luoghi a loro adatti proprio perché nel corso del tempo li hanno scelti per colonizzarli. Sono piante molto valide e potenti dal punto di vista della loro qualità, ecco perché consigliamo di non usarle con superficialità, perché <<tanto sono solo erbe>>, come spesso si pensa. Sono dotate di vera e propria attività farmacologica, quindi consigliamo vivamente prima di consumarle o assumerle (per esempio tramite infusi) di consultare il vostro medico di base che è a conoscenza del vostro stato di salute, le vostre allergie, la vostra dieta, perché potrebbero essere dannose ed interferire con farmaci e cibo che assumete regolarmente.

Queste erbe sono molto utili sia in casa (per esempio per allontanare gli insetti o creare profumatori o detersivi naturali), per la cura della persona (impacchi,



infusi ecc...), per tingere tessuti (usando per esempio il ben noto Sambuco), per allontanare o attirare insetti dal vostro orto/giardino/balcone, per creare fertilizzanti e antiparassitari naturali e tutti già sanno che sono utilissime in cucina!!

Ma ci sono usi non comuni, alcuni antichi altri ....moderni: sapevate che si può capire se verrà a piovere, solo guardando le foglie degli alberi o alcuni fiori? O che mettere alcune piante selvatiche (o coltivate) nel posto giusto in casa, aiuta a contenere l'inquinamento chimico, elettrostatico?

Noi le usiamo da anni nel nostro orto e sul nostro balcone, perché abbiamo osservato che aiutano a

tenere lontani insetti dannosi (per esempio la Salvia allontana le Cavolaie dai nostri Cavoli), per attirare gli insetti impollinatori, per lavorare e modificare il terreno nella sua composizione e struttura, favorendo lo sviluppo della microfauna del suolo. Ci aiutano a capire che tipo di suolo andiamo ad affrontare, se acido o basico o se fortemente azotato per esempio.

Abbiamo creato anche una Montagna delle Erbe, in mezzo ai letti coltivati del nostro campo, dove piante spontanee (per esempio il Crescione) ed aromatiche

Vivono armoniosamente insieme e tutto l'orto ne beneficia del loro influsso positivo.

I nostri nonni le usavano spesso per arricchire i loro piatti e soprattutto nel periodo fra inverno e primavera, erano essenziali per poter ingerire qualche sostanza nutritiva in un periodo in cui le riserve di cibo scarseggiavano e la Natura si doveva ancora risvegliare.



Essendo stato utilizzati fin dai tempi remoti, queste erbe hanno una storia e a loro sono legati anche storie curiose, rituali religiosi e antiche pratiche farmacologiche.

L'Uomo nel tempo ne ha addomesticate ed ibridate alcune, altre sono sempre rimaste allo stato selvatico, come per esempio il Tarassaco o l'Ortica e si trovano facilmente nei campi, nei boschi, lungo i sentieri o scarpate.

## STRUMENTI

Nella dispensa che si consegnerà a fine corso, vi sono schede con pratici consigli su come usare le erbe (e i suoi derivati come gli olii essenziali) in casa, in cucina, nell'orto ecc... anche come piante anti inquinamento da tenere in casa. Spieghiamo come abbiamo costruito la Montagna delle Erbe nel nostro orto e come usiamo quotidianamente queste utili piante sul balcone.

Si troveranno avvertenze utili per usarle al meglio senza intossicarsi, come raccoglierle e conservarle in modo corretto, storie e curiosità delle piante spontanee ed aromatiche..insomma scoprirete quante funzioni hanno queste piante umili, ma potenti.

