



ERBA SACRA OSIMO
tel 392 9795539
erbasacraosimo@gmail.com

CORSO DI FORMAZIONE IN

OPERATORE IN FITOALIMURGIA E BENESSERE

- **64 ore** di lezioni in presenza suddivisi in 4 weekend, uno per ogni stagione con 4 domeniche tematiche ad Agugliano presso l'associazione Pozzi e Pozzanghere
- **28 ore** di lezioni online di preparazioni selvatiche in cucina, alimentazione emozionale e probiotica (le lezioni verranno registrate e messe a disposizione degli studenti assenti)
- **8 dispense** in PDF su piante tossiche, semi selvatici, stili di cottura, panificazione, basi di nutrizione, dieta sana ed equilibrata, chimica delle piante spontanee e psicoalimentazione
- **2 MASTERCLASS**: come realizzare un Erbario
come creare da zero una propria ricetta
- **2 ebook** con le ricette elaborate dai corsisti
- **4 ricettari** stagionali esclusivi (incontri selvatici)
- **4 risorse** aggiuntive per raggiungere la consapevolezza alimentare (test ed esercizi)
- **1 KIT** per realizzare il tuo primo sale selvatico annuale
- **1 KIT** per realizzare il tuo Erbario comprensivo di pressa
- **GRUPPO TELEGRAM** di contatto con i docenti e di supporto della community
- **1Gadget**: 1 parranza con il logo esclusivo del corso

Calendario 2024

MODULO INVERNO:

- 17 Febbraio 2024 dalle 10:00 alle 12:00 online
- 2 Marzo 2024 dalle 10:00 alle 13:00 online
- 16-17 Marzo 2024 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza tematica erbe spontanee e **MACROBIOTICA**
- 20 Marzo 2024 dalle 20:30 alle 22:30 online

MODULO PRIMAVERA:

- 13 Aprile 2024 dalle 10:00 alle 12:00 online
- 27 Aprile 2024 dalle 10:00 alle 13:00 online
- 18-19 Maggio 2024 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza tematica erbe spontanee e **DETOX**
- 22 Maggio 2024 dalle 20:30 alle 22:30 online
- 25 Maggio MASTERCLASS: Realizza il tuo **ERBARIO**

MODULO ESTATE:

- 22 Giugno 2024 dalle 10:00 alle 12:00 online
- 29-30 Giugno 2024 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza tematica erbe spontanee e **SEMI SELVATICI**
- 13 Luglio 2024 dalle 10:00 alle 13:00 online
- 17 Luglio 2024 dalle 20:30 alle 22:30 online

MODULO AUTUNNO:

- 21 Settembre 2024 dalle 10:00 alle 12:00 online
- 28 Settembre MASTERCLASS: Dai vita alla tua **RICETTA**
- 5-6 Ottobre 2024 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza tematica erbe spontanee e **FERMENTATI**
- 9 Ottobre 2024 dalle 20:30 alle 22:30 online
- 26 Ottobre 2024 dalle 10:00 alle 13:00 online