

ERBE NEL

MONASTERO



con il patrocinio
del comune di
TERNI



con il patrocinio del
comune di
Stroncone

Natura e Spirito:

Giorni: 26- 27-28-29 Giugno 2025

numero chiuso 30 posti

**Quattro giorni di condivisione ed
approfondimento del mondo vegetale. Nel
contesto del Monastero di San Simeone**

programma

"ERBE nel MONASTERO" si inserisce nel ritmo scandito dai tempi del Monastero di San Simeone, sede del movimento dei Ricostruttori nella Preghiera. Colazione, pranzo, cena e pernottamento tra natura e spirito nell'antico Monastero situato nei boschi di Stroncone

Giovedì 26 Giugno

- 13,30-14,30 Registrazione partecipanti
- 14,30-15,00 Indicazioni di convivenza (orari, preparazione pasti, attività facoltative, gestione dei dopocena, regolamento del monastero, gestione bagni, trasporti,)
- 15,00-16,00 "Obiettivi del corso intensivo; rapporto spirito - natura + benvenuto
- 16,00 -16,45 Tipologie di preparazione erboristiche: Differenze tra i diversi preparati (infusi, decotti, tinture madri, sciroppi, gemmoderivati, ecc.)
- 17,00 - 17,45 Elementi di base di botanica: un pò di tassonomia del mondo vegetale (parti del fiore, tipologia di radice, foglie, arbusti, ecc.)
- 18,00 - 19,00 Presentazione dei partecipanti in cerchio
- 19,00-20,00 Facoltativi: meditazione e S. Messa
- 20,00- 21,30 Cena
- 21,30-22,30 Fiabe intorno al fuoco e musica. Massimiliano e Roberto



Venerdì 27 Giugno

- 7,30- 8,00 Yoga con Steve
- 8,00- 8,30 Meditazione
- 8,30- 9,15 Colazione
- 9,15- 9,30 Cerchio di condivisione
- 10,00-10,45 Ambiente, alimentazione e fitoterapia.
- 11,00-11,45 Fitoterapia clinica: le dislipidemie.
- 12,00-12,45 Aspetti neuro-biologici della meditazione parte I .
- 13,00-15,00 Preparazione pranzo, pranzo, lavaggio piatti, siesta
- 15,00-15,30 Esperienza interattiva di comprensione, gioia e gratitudine.
- 15,45-18,30 Preparazione di gel e creme idrate terapeutiche.
- 19,00-20,00 Facoltativi: meditazione e S. Messa
- 20,00-21,30 Cena
- 21,30-22,30 Serata in musicale: A cura della corale "Braccio Fortebraccio di Montone" (PG)

Sabato 28 Giugno

- 7,30-8,00 Yoga con Steve
- 8,00-8,30 Meditazione
- 8,30-9,15 Colazione
- 9,15-9,30 cerchio di condivisione
- 9,30-9,45 Introduzione.
- 10,00-10,45 Le piante ad azione sul sistema immunitario.
- 11,00-11,45 L'Iperico, proprietà ed usi.
- 12,00-12,45 Meditazione ed immunologia.
- 13,00-15,00 Preparazione pranzo, pranzo, lavaggio piatti, siesta
- 15,00-18,30 Parte pratica. Camminata alla ricerca delle piante(raccolta dell'Iperico e trasformazione in oleolito e tintura madre) .
- 19,00-20,00 Facoltativi: meditazione e S. Messa
- 20,00-21,30 Cena
- 21,30-22,30 Serata in musica: Danze in cerchio. Michela



Domenica 29 Giugno

- 7,30-8,00 Yoga con Steve
- 8,00-8,30 Meditazione
- 8,30-9,15 Colazione
- 9,15-9,30 Cerchio di condivisione
- 9,30-9,45 Introduzione
- 10,00-10,45 Il Biancospino, proprietà ed usi.
- 11,00-11,45 Le distonie neurovegetative da ansia.
- 12,00-12,45 il ruolo modulatore della Meditazione sul processo infiammatorio.
- 13,00- 15,00 Preparazione pranzo, pranzo, lavaggio piatti, siesta
- 15,00-16,00 Cerchio di condivisione, conclusioni e saluti. Massimiliano



progetto:

Il progetto ERBE nel MONASTERO si pone il fine di approfondire la conoscenza del mondo vegetale per ritrovare l'armonia con sè stessi e la natura attraverso esperti del settore si effettueranno processi di: distillazione in corrente di vapore, creazione olii essenziali, tinture madri, oleoliti, riconoscimento e raccolta di erbe curative, conoscere la natura per curarsi e nutrirsi meglio

NECESSARIA PRE- ISCRIZIONE

numero chiuso 30 posti

Richiesto rimborso spese

PER INFO 3489016431

presso

I RICOSTRUTTORI monastero di San Simeone voc. cisterna 22 z

Colle di Stroncone TR

www.iricostruttori.org

relatori

Dott.ssa Fiorenza Castellani

Psicologa, Psicoterapeuta ad indirizzo Bioenergetico, Formatrice, Prof.ssa Filosofia e Scienze Umane. Studiosa e divulgatrice da più di 30 anni di pratiche e tecniche di evoluzione interiore, basate sulla connessione fra le neuroscienze, il funzionamento del nostro organismo, e gli stati mentali, psicofisiologici, filosofici e della coscienza, nell'uomo.

Padre Massimiliano Collodi

Monaco e sacerdote della comunità religiosa dei Ricostruttori nella preghiera da più di 20 anni. Laureato in teologia e specializzato in teologia interconfessionale presso l'università Lateranense. insegna la meditazione profonda di matrice cristiana, anche chiamata pratica dell'Esicasmò, nel Monastero di San Simeone a Stroncane Terni.

Dott Massimo Formica

Neurologo, fitoterapeuta, psicoterapeuta, medico ayurvedico, ipnoterapeuta, medico ambientale responsabile ISDE provincia di Terni
si occupa di scienze omeiche e stati coscienziali ha scritto alcuni libri e vari articoli.

Prof. ssa Francesca Catalano

Laureata in Scienze Agrarie con tesi sperimentale sulle tecniche di propagazione delle piante in vitro
Abilitazione per esercitare la professione di Agronomo
Ex docente di Scienze del Liceo Artistico di Terni.

Dott.Roberto Miccinilli

Anestesista, omeopata, fitoterapeuta, direttore del corso di perfezionamento di Fitoterapia Clinica presso l'Università della Tuscia

Dott. Andrea Stroppiana

Economista, docente all'Università La sapienza e presso alcuni Master internazionali, si occupa di Cooperazione, Monitoraggio e Valutazione da più di 25 anni e di trasformazione di piante medicinali da più di 40. E' formatore da più di venti anni presso diverse Agenzie delle Nazioni Unite e da qualche anno affianca l'Agenzia Italiana Cooperazione allo Sviluppo (AICS) sulle tematiche della salvaguardia ambientale negli interventi di cooperazione internazionale come consulente esterno di Sogesid Spa, in house del MASE (Ministero dell'Ambiente e della Sicurezza Energetica). Interagisce dagli anni 80 con contesti culturali del sud del mondo nel recupero delle conoscenze tradizionali indigene in materia di fitoterapia.



NECESSARIA PRE- ISCRIZIONE

numero chiuso 30 posti

Richiesto rimborso spese

PER INFO 3489016431

presso I RICOSTRUTTORI monastero di San Simeone voc. cisterna 22 z

Colle di Stroncane TR

www.iricostruttori.org