

COMUNICATO STAMPA n° 12

venerdì 28 novembre 2008

Erboristeria: naturalmente In-Forma

Convegno ideato da Rossella de Focatiis e realizzato da Erredieffe

L'erboristeria è un'antica arte che si occupa della conoscenza delle piante (erbe, piante medicinali, officinali, aromatiche e spezie), della loro coltivazione, raccolta, conservazione e commercio a scopi terapeutici (fitoterapia, galenica tradizionale), cosmetici e nutritivi.

L'utilizzo di rimedi naturali per curare ed alleviare disturbi fisici e malanni ha origini lontane.

Oggi i risultati e i benefici dei prodotti naturali sono comprovati anche da ricerche e studi scientifici.

È da queste premesse che nasce il convegno *"Erboristeria: naturalmente In-Forma"* del 28 novembre 2008, ideato da Rossella de Focatiis e realizzato da Erredieffe, che si terrà a **Palazzo Castiglioni-Unione CTSP** in Corso Venezia 49 a Milano.

Interverranno illustri medici ed esperti del settore che illustreranno le innumerevoli piante officinali, il loro utilizzo e i loro benefici. Sarà infatti presente il Presidente di A.R.L.E. (Associazione Regionale Lombarda Erboristi), **Francesco Novetti** che parlerà de *"La depurazione nella tradizione erboristica: la condizione fondamentale per il nostro benessere"*.

Il dott. **Luca Avoledo**, dottore magistrale in Scienze Naturali e Naturopata, illustrerà *"Le straordinarie proprietà salutistiche dei funghi: dalle tavole orientali ai banconi di erboristerie e farmacie"*.

I funghi terapeutici hanno infatti svariate proprietà terapeutiche, tra cui: riequilibrare il sistema immunitario dell'uomo, combattere i radicali liberi, regolare i livelli di colesterolo e trigliceridi, abbassare la pressione, favorire il dimagrimento ed addirittura combattere lo stress.

L'utilizzo di *"Aromi naturali e spezie in cucina come medicine naturali"*, sarà spiegato dal dott. **Claudio Viacava**, biologo, naturopata, psicologo e psicoterapeuta. Egli infatti parlerà ad esempio della Curcuma, uno dei componenti del Curry e chiamata anche zafferano delle Indie per il suo caratteristico colore giallo. Questa particolare spezia risulta avere proprietà antinfiammatorie, antibatteriche, anti-radicali liberi e disintossicanti; inoltre nella Medicina Ayurvedica viene impiegata come depurativo e nei casi di infiammazione e dissenteria, mentre nella Medicina Cinese viene utilizzata per combattere i disturbi mestruali, il mal di denti e nei casi di emorragia.

Altra importante erba officinale è il Comino Nero, da cui si può ricavare un olio essenziale utile per alleviare il mal di testa, per curare l'asma e le varie forme allergiche.

Utili rimedi e consigli sull'utilizzo di prodotti naturali saranno forniti dal dott. **Giorgio Brandolini**, esperto di botanica, di agricoltura e di etnologia, che parlerà di *"Medicine etniche e tradizionali: un patrimonio di conoscenze al servizio della salute"*.

Infine il convegno sarà rivolto anche agli sportivi e alla loro salute, grazie all'intervento del dott. **Luca Speciani** che si occupa da anni di medicina, alimentazione e agricoltura naturale: *"Alimentazione e integrazione naturale per chi fa (o vorrebbe fare) sport"*, questo il titolo della sua relazione.

Si ringrazia per la collaborazione **ARLE**, Associazione Regionale Lombarda Erboristi.

La prenotazione è obbligatoria e la partecipazione gratuita.

Location: Palazzo Castiglioni - Unione CTSP
corso Venezia 49, 20121 Milano

Data: 28 novembre 2008

Orario: dalle h 14.30 alle h 18.30

Per informazioni:

Valeria Colli

Ufficio stampa - ERREDIEFFE

ufficiostampa@erredieffe.com

www.saporedelsapere.it