

Forest Bathing e Incenso Naturale al Parco della Maddalena(TO)

Realizzare un incenso naturale praticando
un'immersione nel verde

Vi guida



FABIO



23/03/2025



PARCO DELLA MADDALENA
TORINO



35,00



INFO@RICHIAMO DEL BOSCO.IT



Informazioni sulla giornata

Domenica 23 Marzo 2025
dalle ore 10.00 alle ore 16.00
al Parco della Maddalena di Torino
a cura di Fabio Castello e Gabriele Paciulli

In primavera, quando il bosco è particolarmente profumato per la presenza di elevate sostanze aromatiche, riscopriamo la bellezza del contatto con la natura e l'esperienza di realizzare un incenso praticando un'immersione nel verde nel Parco della Maddalena di Torino.

Dedichiamo questo incontro alla primavera, imparando a riconoscere e a sfruttare le piante presenti nell'ambiente in cui ci troviamo.



Programma della giornata

Il Forest Bathing è un'attività psicofisica svolta in foresta, nel bosco o nei parchi, che porta moltissimi benefici tra cui riduzione del cortisolo, aumento della serotonina, rinforzo del sistema immunitario.

L'incenso è uno strumento antico di comunicazione con le energie sottili presenti nell'universo.

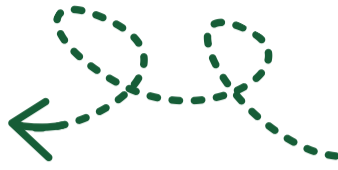
Impiegando diversi ingredienti e utilizzando un mortaio possiamo realizzare miscele purificanti, rilassanti, calmanti e protettive.

Scopriremo insieme che tutto ciò di cui abbiamo bisogno per creare un incenso lo possiamo trovare all'interno delle nostre case frugando nella dispensa degli aromi e utilizzando le piante aromatiche del nostro balcone.

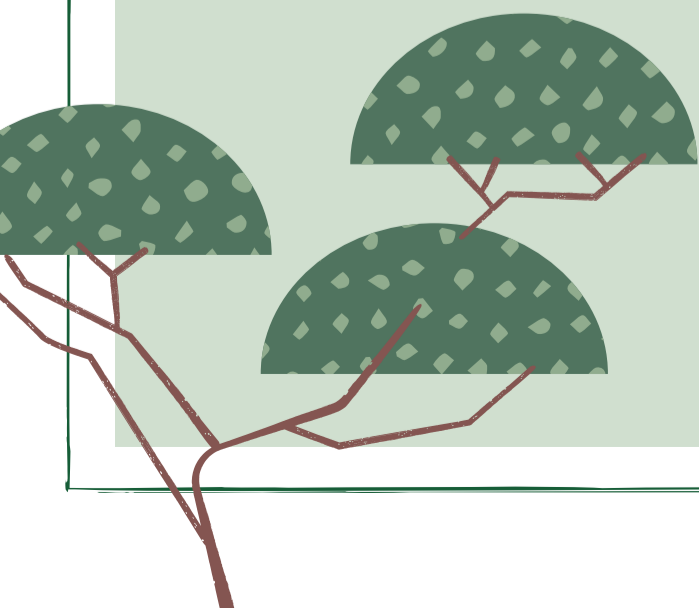




Da non dimenticare



Si consiglia, se è in possesso, di portare con sé un mortaio per la realizzazione dell'incenso.



Difficoltà

Nessuna

Note di viaggio

Portarsi zaino, mortaio, scarpe da trekking, berretto, borraccia o termos da 1 litro, snacks, blocknotes con penna, qualcosa per sedersi per terra senza bagnarsi o sporcarsi.

Indossare abiti comodi e caldi adeguati alla stagione.



RICHIAMO DEL BOSCO

ESPERIENZE IN NATURA



Chi siamo

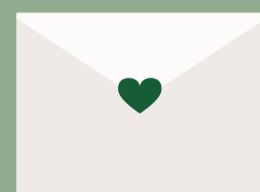


**Siamo un gruppo di guide
escursionistiche biellesi
specializzate in Forest
Bathing, esperienze in
Natura e turismo
sostenibile e accessibile.**

 Piemonte

**Scopri tutte
le nostre proposte
in Natura!**

VISITA IL SITO



Info@richiamodelbosco.it