



Associazione Culturale di Promozione Sociale  
**AnimaMente Territorio**

organizza e presenta

# HERBARIA

FESTIVAL DELLE PIANTE OFFICINALI E AROMATICHE

**Domusnovas Canales (Norbello) - OR 30 aprile 2023**

## MATTINO

### 10:00 – 13:00 NATURA, PIANTE & FITOALIMURGIA

Passeggiata e raccolta di erbe spontanee commestibili a cura del naturalista Mirko Piras e del 'Gruppo Storico Medievale Norbello'.  
(quota di partecipazione €15 compreso pranzo – consigliata la prenotazione).

### 10:00 – 13:00 ERBE & SEGRETI DI BELLEZZA

Laboratorio teorico-pratico di cosmetologia condotto dalla d.ssa Maria Bonaria Selenu in collaborazione con la d.ssa Elisabetta Lilliu (consigliata la prenotazione).

### 10:30 – 12:00 IL RISVEGLIO DELLA PRIMAVERA

Laboratorio di Yoga a cura di Jaya Devi, insegnante terapeuta di Yoga e Ayurveda.

### 10:30 – 12:30 I TRE CERCHI

Laboratorio ludico per bambini a cura dell'associazione 'La tana nel bosco'.

### 11:00 – 17:00 ERBE & PANE

Degustazioni a cura dell'associazione culturale 'Semene'.

### 11:30 – 13:00 PIANTE OFFICINALI & ORTO SINERGICO

Lezione teorico-pratica sulla coltivazione sinergica delle piante officinali, a cura di Tore Porta.

### 13:30 – PRANZO «ERBE NEL PIATTO»

Zuppa di finocchietto, fregula con boraggine, frittelle di erbe selvatiche, ceci con carne di maiale e finocchietto, porchettone arrosto. Menù a cura del ristorante rurale S'Adde Lentorada - Domusnovas Canales.  
(un primo, un secondo, pane, acqua € 15 - consigliata la prenotazione).

## POMERIGGIO

### 15:00 – 17:00 OLI ESSENZIALI & AROMATERAPIA

Laboratorio sensoriale sull'alchimia delle piante officinali con utilizzo di distillatore a vapore, a cura di M. Luisa Sanna.

### 15:00 – 17:00 I COLORI DELLA NATURA: tingere con le piante

Laboratorio dimostrativo con prove di tintura naturale del tessile, a cura del dott. Emilio Ortu Lieto.

### 15:00 – 17:00 MARIONETTE

Laboratorio creativo per bambini, a cura dell'associazione 'La tana nel bosco'.

### 15:00 – 18:00 ERBE & SALUTE: i benefici per la persona e le Comunità.

Erboristeria naturopatica a cura di Roberta Cucciarì e Dario Bottazzi del 'Centro Studi MamaTerra Sardegna' ed Erboristeria ayurvedica a cura della terapeuta yoga ayurveda Giusy Ledda - Jaya Devi.

### 16:00 – 18:00 FITWALKING (passeggiata benessere)

Tour guidato da Andrea Cabras e 'Damadelguilcier'. Partenza da Domusnovas Canales e visite guidate presso nuraghe Pardu Iscra, cascata Liune, tomba dei giganti Perdu Cossu, tomba dei giganti Sui, domus de janas Livrandinu, rientro a Domusnovas Canales. (quota di partecipazione €15 pranzo compreso – richiesta la prenotazione entro le h 19 del 28 aprile - tel. 347 3846907).

### 17:00 – 18:30 SAGRA DE SOS RUBIOLOS & DE SU PANE FRISSIU

Degustazioni a cura dell'associazione culturale 'AnimaMente Territorio'.

### 17:30 – 19:30 BALLADE BALLADE BOIS

Esibizione musicale a cura di Carlo Boeddu.

### 19:30 – 21:30 CANTAMUS E BALLAMUS NOIS

Esibizione musicale con Luciano Pigliaru e la fisarmonica di Andrea.

dalle 10:00 alle 20:00 sono aperte al pubblico le mostre

**PIANTE OFFICINALI E AROMATICHE DELLA SARDEGNA** a cura della d.ssa Luisa Carta.

**PIANTE BONSAI, PICCOLE MERAVIGLIE** a cura dell'Associazione 'Bonsai Club Sardegna'.

**TESORI NASCOSTI: CULTURA, AMBIENTE E PAESAGGI DEL GUILCER BARIGADU** a cura dell'Associazione 'Chentu Zenias'.

**LA PACE PRIMA DI TUTTO** a cura del 'Gruppo Storico Medievale di Norbello'.

**SEMENTI, BULBI E TALEE** esposizione e scambio a cura de 'La Casa dei Semi della Sardegna'.

**HERBARIA IN FIERA** esposizione e vendita di piante officinali e aromatiche, prodotti erboristici, prodotti di cosmesi naturale, spezie, miele, liquori, tessile colorato naturalmente, cesteria, gioielli, libri sul tema dell'evento e tanto altro.

Per tutta la durata dell'evento sarà attivo un punto di ristoro con distribuzione di panini e bevande.

Per maggiori informazioni e prenotazioni: tel. 348 2503083 – 371 3533987

Con il contributo di



Fondazione  
di Sardegna

Con il patrocinio di



In partnership con



**Erboristeria**  
In Herbis Salus