



Circolo ricreativo dei dipendenti provinciali / Freizeitverein der Landesbediensteten

Giornata nella natura Tag in der Natur

Sabato – Samstag 30. luglio/Juli 2011

Seguirà programma dettagliato/detailliertes Programm folgt

Max 15 partecipanti/Teilnehmer

Con **Alberto Fostini** (*) trascorreremo un pomeriggio in un maso a conduzione biologica; Egli introdurrà l'argomento "Le erbe della salute", le erbe selvatiche nell'alimentazione, gli aromi e le spezie ecc.

- Partenza da Bolzano con pullmino privato
- Pomeriggio al maso **PICHLERHOF**, loc. Pitterschol, S. Genesio. Coltiva verdure e cereali come avena, farro, mais, frumento, grano saraceno e ha un mulino ad acqua per macinarli come una volta
- piccola merenda con pane fatto in casa
- Accompagnamento di **Alberto Fostini**

Quota di partecipazione / Teilnahmebetrag

€ 28,00

IBAN: IT75A0324011611651100931504 – BTB, BZ – Ag

Iscrizioni entro il / Einschreibungen innerhalb : **23.7.2011**

Mit **Alberto Fostini** (*) verbringen wir den Nachmittag in einem Biologischen Hof. Er erklärt uns die Wirkung der Heilpflanzen in der Gesundheit, die Verwendung der Heilpflanzen und gibt uns Einblicke in die Natur der Wildkräuter in der Ernährung

- Abfahrt mit privatem kleinen Bus ab Bozen
- Nachmittag im **PICHLERHOF** in Pitterschol, Jenesien. Dort wird Gemüse gezüchtet sowie Getreide wie z.B. Hafer, Dinkel, Mais, Weizen, Buchweizen welches mit einer Wassermühle gemahlen wird.
- Kleine Merende mit hausgemachtem Brot
- Begleitung von **Alberto Fostini**

(*) Alberto Fostini : autore del libro/Autor des Buches „**Vivere semplici. Secondo natura**“ "Entdecke das Leben neu. Einfach natürlich", Reverdito, 2011

e-mail: info@freeland.bz.it ; www.freeland.bz.it ; Tel. 0471 **379570**

