



FESTIVAL DELLE ERBE SPONTANEE

www.festival-erbe.ch

**SABATO
20 MAGGIO 2023**

POSCHIAVO
10.00-18.00

**DOMENICA
21 MAGGIO 2023**

LE PRESE
10.00-17.00



Nella foto di Selena Raselli: Glechoma hederacea

SABATO 20 MAGGIO 2023

Punto d'incontro Centro Parrocchiale cattolico a Poschiavo.
Laboratori ed escursioni costo CHF 25.

Attività: Mattina 10.00-12.30 Pomeriggio 14.15-16.30.

- **ESCURSIONI ALLA SCOPERTA DI ERBE SPONTANEE** lingua IT/DE.
- **CREA IL TUO BALSAMO** Preparare con pochi mezzi una crema curativa che potrete portare a casa. DE/mattina IT/pomeriggio. Esperta: **Anna Walker**, naturopata TEN e fitoterapista.
- **FIORI DI BACH: FLORIPOTENZIARE LE CREME**
Fiori di Bach per potenziare: creme, balsami e oli ad uso topico. Imparerete a scegliere e miscelare in base al bisogno specifico e insieme creerete la vostra miscela. Consiglio: abbinare questo corso al laboratorio "Crea il tuo balsamo", nel pomeriggio! (Per il materiale costo CHF 7 da pagare in loco) IT/solo mattina. Esperta: **Daniela Bontadelli**.
- **PIANTE E INCENSI PER LA PURIFICAZIONE DELLA CASA**
Piante selvatiche locali e non, possono purificare gli ambienti della casa sia dai batteri che dalle energie negative. Preparerete dei sali e degli incensi (smudges) da portare a casa. IT/mattina e pomeriggio. Esperta: **Abbi Molinari**.
- **PESTO SELVATICO** Con Erica passerete tra i campi alla ricerca e raccolta di piante spontanee e preparerete un gustoso pesto "selvatiko". IT/EN mattina e pomeriggio. Esperta: **Erica Pozzi**.
- **PREPARARE IL DADO CON ERBE SELVATICHE E VERDURE**
Se desiderate dare un gusto speciale alle vostre pietanze preparate il vostro dado a base di erbe spontanee e verdure. I vostri piatti avranno un sapore irresistibile. IT/mattina DE/pomeriggio. Esperta: **Claudia Klinzing**.
- **CORSO TEORICO-PRATICO SULLA FERMENTAZIONE SELVAGGIA DELLE ERBE SELVATICHE** Si parlerà di microbiota, fermentazione e lieviti selvaggi. Esplorerete le diverse possibilità di fermentazione e realizzerete una bevanda selvatica con le specie che troverete in zona, da portare a casa. IT/mattina e pomeriggio. Esperta: **Candida Bevilacqua**.
- **ALLA SCOPERTA DEL MONDO DEI LICHENI** Luciano vi accompagnerà nell'affascinante mondo dei licheni. Scoprirete cosa sono, dove vivono, come si identificano e che importanza hanno per la vita dell'uomo, ma anche come utilizzarli in cucina. IT/solo pomeriggio. Esperto: **Luciano Tei**.
- **PRANZO** Possibilità di avere un menu semplice a base di erbe spontanee presso alcuni ristoranti del **Borgo di Poschiavo**.

- **INCONTRO CON FÈRO, UOMO DEI BOSCHI, ESPERTO, CERCATORE E RACCOLTITORE - Ore 17.00** Ferruccio Valentini vive in completa armonia con la natura ed è custode di antichi saperi. Vive secondo l'idea che il benessere dell'uomo provenga dal contatto con la madre terra. Si dedica alla raccolta delle erbe selvatiche, di cui conosce le molteplici proprietà, ed è inoltre scopritore di importanti fossili. Incontro aperto a tutti, non è necessaria la prenotazione.
- **APERITIVO A BASE DI PIANTE SELVATICHE E FIORIE Ore 18.00** Non perdetevi l'aperitivo preparato da **Mariagrazia Marchesi e il suo team**. Erbe e petali colorati si uniscono in un caleidoscopio di sapori e profumi. L'aperitivo del Festival delle erbe conquisterà sicuramente il vostro palato e incanterà i vostri occhi. Prezzo CHF 28 (bevande comprese: smoothy di erbe, tè freddo e vino).
Se il tempo lo permette, l'aperitivo si terrà all'esterno. Accompagnamento musicale con i **TACALÀ** di **Giorgio Valli** e **Claudia Klinzing**.

DOMENICA 21 MAGGIO 2023

Punto d'incontro: Maneggio TETTO PER TUTTI, Le Prese

Attività: inizio dalle 10.00 - 17.00.

- **ESCURSIONI ALLA SCOPERTA DI PIANTE SPONTANEE** 10.30-11.30 Visite guidate con esperti lingua: IT/DE. Costo dell'escursione CHF 15.
- **MERCATINO** 10.00 - 17.00 Ampia offerta di prodotti a base di piante spontanee.
- **PUNTO ERBA "PORTA UNA PIANTA E FALLA IDENTIFICARE"** Esperti vi aiuteranno a riconoscere le piante e spiegarvi i loro utilizzi.
- **PRANZO DEL FESTIVAL 12.30** Sarà un'esperienza gastronomica unica. In cucina ci saranno **Meret Bissegger**, esperta di cucina naturale, e **Pietro Leemann** con le sue specialità gourmet. Non mancheranno gli erboz di **Mariagrazia e il suo team**, naturalmente tutto a base di piante spontanee. Costo CHF 48.00.
Accompagnamento musicale con i **TACALÀ** di **Giorgio Valli** e **Claudia Klinzing**.
- **DIVERTIRSI CON LE ERBE** 11.00 - 15.00.
Intrattenimento per i bambini in collaborazione con il Gruppo gioco Valposchiavo. Lingua IT/DE. Costo CHF 5 (biglietto da acquistare sul posto).
- **LABORATORIO BAMBINI** 15.00-16:30 Raccogliere piante e petali con la **strega Artemisia** allo scopo di realizzare una mandala sul posto. Costo CHF 10 / Età dai 6 ai 10 anni.

IL FESTIVAL SI SVOLGERÀ ANCHE IN CASO DI CATTIVO TEMPO.



**FESTIVAL
DELLE ERBE
SPONTANEE**
www.festival-erbe.ch

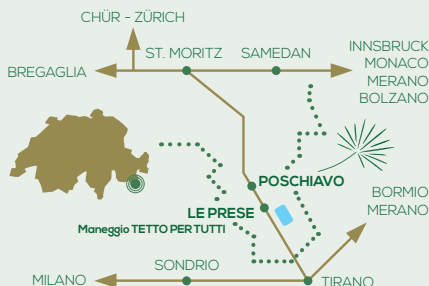


Info, prenotazione, prevendita biglietti, pacchetto vacanza

VALPOSCHIAVO TURISMO
Tel. +41 81 839 00 60
info@valposchiavo.ch

Per tutte le attività è gradita la prenotazione on-line
www.festival-erbe.ch

Possibilità d'acquisto sul posto in base alla disponibilità





WILD KRÄUTER FESTIVAL

www.festival-erbe.ch

SAMSTAG
20. MAI 2023

POSCHIAVO
10.00-18.00

SONNTAG
21. MAI 2023

LE PRESE
10.00-17.00



Bild von Selena Raselli: Glechoma hederacea

SAMSTAG 20. MAI 2023

Für die Aktivitäten des Wildkräuter-Festival ist eine Online-Buchung erwünscht. Kauf vor Ort nur je nach Verfügbarkeit möglich.

Workshops, 10.00 - 12.30 & 14.15 - 16.30 - Preis 25 CHF

- **WILDKRÄUTERFÜHRUNGEN** Geführte Wanderungen durch die Felder mit den Experten. Sprache: Italienisch und Deutsch.
- **BACHBLÜTEN** Cremes, Balsame und Öle für die äussere Anwendung mit Bachblüten anreichern und Ihre eigene persönliche Mischung herstellen können. (Materialkosten CHF 7, vor Ort zu bezahlen). Nur Vormittags. Kursleiterin: **Danila Bontadelli**. Sprache: Italienisch.
- **SALBEN-RÜHRKÜCHE: DEINE EIGENE SALBE RÜHREN** Mit einfachen Mitteln kann eine duftende Salbe mit Heilwirkung hergestellt werden! Kursleiterin: **Anna Walker** TEN-Naturheilpraktikerin. Sprache: Deutsch am Vormittag, Italienisch am Nachmittag.
- **PFLANZEN-RÄUCHERN ZUR REINIGUNG DES HAUSES** Salze und Räucher zum Mitnehmen vorbereiten. Kursleiterin: **Abbi Molinari** Sprache: Italienisch.
- **WILDKRÄUTER-PESTO** Durch die Felder wandern, Wildpflanzen suchen sammeln und ein köstliches "wildes" Pesto zubereiten. Kursleiterin: **Erica Pozzi** Sprache: Italienisch und Englisch.
- **BRÜHWÜRFEL MIT WILDKRÄUTERN UND GEMÜSE HERSTELLEN** Brühwürfel zubereiten. Kursleiterin: **Claudia Klinzing** Sprache: Italienisch am Vormittag, Deutsch am Nachmittag.
- **WILDKRÄUTER-FERMENTATION** Über Mikrobiota, Fermentation und wilde Hefen sprechen und ein wildes Getränk aus einheimischen Arten herstellen. Kursleiterin: **Candida Bevilacqua** Sprache: Italienisch.
- **DIE WELT DER FLECHTEN** 14.15. Sie werden erfahren, was sie sind, wo sie leben, wie man sie erkennt, welche Bedeutung sie für das menschliche Leben haben, aber auch, wie man sie in der Küche verwendet. Nur Nachmittag. Kursleiter: **Luciano Tei** Sprache: Italienisch.
- **MITTAGESSEN** 12.30. Wird in mehreren Restaurants im Dorf Poschivo angeboten.

- **KONFERENZ MIT FÈRO: MANN DES WALDES, EXPERTE, SUCHER UND KRÄUTERSAMMLER 17.00.** Fèro, Ferruccio Valentini, lebt in völliger Harmonie mit der Natur und ist der Bewahrer alten Wissens. Er lebt nach der Idee, dass das Wohlbefinden des Menschen aus dem Kontakt mit Mutter Erde kommt. Die Veranstaltung ist offen für alle. Keine Reservierung erforderlich. Auf Italienisch.
- **APERITIF AUS WILDKRÄUTERN UND BLUMEN 18.00.** Als krönenden Abschluss des ersten Festivaltages sollten Sie sich den Aperitif aus Wildpflanzen und Blumen nicht entgehen lassen. Preis: CHF 28 (Getränke inbegriffen: Kräuter-smoothies, Eistee und Wein).

SONNTAG 21. MAI 2023

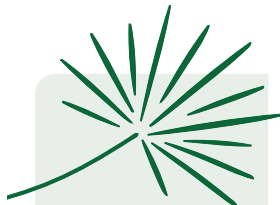
Das Wildkräuter-Festival am Sonntag findet in der Reithalle TETTO PER TUTTI in Le Prese statt.

10.00 - 17.00

- **MARKT** 10.00-17.00. Kleiner Markt für Wildkräuterprodukte.
- **WILDKRÄUTERFÜHRUNG** 10.30-11.30. Geführte Wanderungen durch die Felder mit Wildkräuter-Experten. Sprache: Deutsch und Italienisch. Preis: CHF 15.
- **WILDKRÄUTER-STAND** 11.00-15.00: Nimm deine Pflanze mit und wir bestimmen ihre Familie und die Verwendung.
- **KINDERPROGRAMM** spielen mit der Natur. 11.00-15.00 mit dem Gruppo gioco Valposchiavo. Sprache: Deutsch und Italienisch Preis: CHF 5 (Bezahlung vor Ort).
- **MITTAGESSEN MIT WILDKRÄUTER-MENÜ 12.30** Das Mittagessen am diesjährigen Wildkräuter-Festival wird zu einem einzigartigen gastronomischen Erlebnis. In der Küche werden **Meret Bissegger**, Expertin für Naturküche, und **Pietro Leemann** mit seinen Gourmet-Spezialitäten das Mittagessen zubereiten. Es wird auch "Erboz" von **Mariagrazia** und ihrem **Team** geben, natürlich auf der Basis von Wildkräutern. Preis: CHF 48 Erwachsene, CHF 20 Kinder bis 10 Jahre.
- **WORKSHOP FÜR KINDER** 15.00-16.30. Mit der **Hexe Artemisia** sammeln die Kinder Wildkräuter und Blütenblätter, um ein Mandala zu gestalten. Geeignet für Kinder von 6 bis 10 Jahren. Sprache: Italienisch Teilnehmer: max. 10 Kinder Preis: CHF 10.

Für Feststimmung sorgt **Giorgio Valli**, die der Festival musikalisch begleitet.

DAS FESTIVAL FINDET AUCH BEI SCHLECHTER WITTERUNG STATT.



**WILD
KRÄUTER
FESTIVAL**
www.festival-erbe.ch



Info: Reservationen, Vorverkauf der Eintrittskarten, Ferien-Pauschalangebot

VALPOSCHIAVO TURISMO
Tel. +41 81 839 00 60
info@valposchiavo.ch

Für alle Veranstaltungen ist eine On-line Reservation erwünscht
www.festival-erbe.ch

Kauf der Eintrittskarten vor Ort bei Verfügbarkeit möglich

