



Città di Lainate



## **“Erbacee&rbacce”**

### **Ninfeamus 2<sup>a</sup> edizione - I laboratori**

#### **Cucinare con le erbe**

a cura de La cucina di Gianmaria

Sabato 20 aprile La cucina di Gianmaria, specializzata in cucina vegetariana e vegana gourmet, proporrà una lezione speciale sulle erbe selvatiche e spontanee. Si parlerà dell'utilizzo della borraggine, delle ortiche e degli Urtis in cucina e si potrà assistere alla preparazione di piatti a base di cereali e altri alimenti abbinati alle erbe. La lezione durerà circa due ore e si concluderà con un aperitivo tutto a base di prodotti biologici.

#### **Cooking show - ‘Fantasie edibili: le erbe in cucina’**

Sabato 20 aprile 2013, ore 10.30

Villa Visconti Borromeo Litta

Costo: euro 10

#### **Laboratori per pollicini verdi**

a cura di Nadia Nicoletti

Sabato 20 aprile, Nadia Nicoletti, maestra elementare ed esperta nella coltivazione di orti e giardini, terrà due laboratori, della durata di un'ora circa, dedicati a bambini e ragazzi dai 4 anni in su (massimo 25 partecipanti).

In ‘Costruiamo l'orto portatile’ insegnerà ai piccoli giardinieri in erba come realizzare un orto bonsai; in linea con il tema di Ninfeamus 2013 negli orti verranno piantate verdure e piante aromatiche, da utilizzare in cucina per insaporire i cibi. I ragazzi porteranno a casa il proprio orto per curarlo e veder crescere le proprie piantine giorno dopo giorno.

In 'Bombe di semi alla riscossa' i bambini impareranno a creare delle bombe-palline ricche di semi di fiori e argilla; una volta seccate, le palline a contatto con l'acqua si gonfiano e, se lasciate in terreni incolti e privi di verde, germogliano e vi attecchiscono.

*Nadia Nicoletti è nata nel 1957 a Vigolo Vattaro, in Trentino, dove vive attualmente. Maestra elementare dal 1975, è un'esperta della coltivazione e creazione di orti e giardini; a scuola insegna ai bambini a prendersi cura delle piante, dell'ambiente e dei piccoli animali. Ha pubblicato per Salani 'L'insalata era nell'orto' (2009) e 'Lo sai che i papaveri...' (2011), due manuali per raccontare a bambini, insegnanti e genitori regole e segreti per coltivare la terra, che sia quella di un giardino, di un orto o di un vaso sul davanzale. Dal 2006 cura sul sito [www.ortidipace.org](http://www.ortidipace.org), una rubrica in cui racconta le avventure dei bambini tra cavoli e zucchine.*

**'Costruiamo l'orto portatile'**  
Sabato 20 aprile 2013, ore 15  
Villa Visconti Borromeo Litta  
Costo: euro 7

**'Bombe di semi alla riscossa'**  
Sabato 20 aprile 2013, ore 17  
Villa Visconti Borromeo Litta  
Costo: euro 7

**Riconoscere e utilizzare le erbe spontanee**  
a cura di Axis, studi sull'architettura e l'ambiente

L'obiettivo dei laboratori promossi da Axis è quello di far scoprire a bambini la bellezza di piante ed erbe spontanee attraverso un passeggiata speciale nel parco storico di Villa Litta, insegnando loro a capire l'importanza del patrimonio verde che li circonda, che va rispettato e protetto perché è parte della storia e appartiene a tutti.

In 'Dipingiamo con le erbe' Silvana Olivero condurrà i bambini nella raccolta di erbe e rametti dai cui ricavare pennelli e colori naturali, che utilizzeranno per realizzare piccoli dipinti.

Ne 'Le buone erbe in cucina' Laura Bina insegnerà a riconoscere tra le erbe spontanee quelle commestibili, a disegnarle, assaggiarle e usarle per le diverse preparazioni in cucina.

**'Dipingiamo con le erbe'**  
Sabato 21 aprile 2013, ore 15  
Villa Visconti Borromeo Litta  
Costo: euro 7

**'Le buone erbe in cucina'**  
Sabato 21 aprile 2013, ore 17  
Villa Visconti Borromeo Litta  
Costo: euro 7

**Riciclare fa bene alla natura e alla salute**  
a cura di Croce Rossa Italiana - Comitato Locale di Lainate

'Creare, giocare...Riciclare': è questo il titolo scelto dal comitato lainatese della Croce Rossa Italiana per parlare ai bambini di ambiente, natura e salute. Rispettare l'ambiente che ci circonda, compiere quotidianamente piccoli e semplici gesti per ridurre gli sprechi, riciclare consapevolmente gli oggetti: sono tutte azioni che contribuiscono a salvaguardare la natura e anche la nostra salute.

Per l'intera giornata di domenica 21 aprile saranno proposti curiosi e divertentissimi giochi a tema; alle 10.30 si terrà invece un interessante laboratorio in cui i bimbi impareranno a dare nuova vita agli oggetti riciclati. La partecipazione al laboratorio è gratuita. Per informazioni [g.lainate@pio.cri.it](mailto:g.lainate@pio.cri.it)

### **Il ciclo del riuso**

Domenica 21 aprile 2013, ore 10.30

Villa Visconti Borromeo Litta

Gratuito

### ***Per saperne di più:***

Idee e Parole

Paola Busto, [ufficiostampa@comune.lainate.mi.it](mailto:ufficiostampa@comune.lainate.mi.it)

Mobile 333 2162119

[www.comune.lainate.mi.it](http://www.comune.lainate.mi.it)

Giulia Leone, [giulia.leone@idee-parole.it](mailto:giulia.leone@idee-parole.it)