

Associazione Libellula di Catanzaro: al via il Corso di Naturopatia tra fitoterapia, inclusione e tutela della biodiversità

Data: 2 dicembre 2026 | Autore: Redazione



Un nuovo percorso dedicato a salute, benessere e inclusione sociale

L'Associazione Libellula di Catanzaro rafforza il proprio impegno nel territorio con l'avvio di un innovativo Corso di Naturopatia, aperto a tutti, un progetto formativo centrato su fitoterapia, educazione ambientale, salute e tutela della biodiversità.

L'iniziativa si inserisce all'interno di un programma più ampio di attività inclusive rivolte in particolare a ragazzi con disabilità, con l'obiettivo di promuovere crescita personale, autonomia e partecipazione attiva in un contesto accogliente e stimolante.

Il corso nasce dalla volontà di offrire strumenti concreti per migliorare il benessere globale della persona, considerandone la dimensione fisica, emotiva e relazionale.

Corso di Naturopatia a Catanzaro: focus su fitoterapia e stili di vita salutari

Il percorso formativo, aperto a tutti coloro che desiderano approfondire i temi del benessere naturale, si concentra in particolare sulla fitoterapia, disciplina che studia l'utilizzo delle piante officinali e dei rimedi naturali per sostenere l'equilibrio dell'organismo.

Attraverso lezioni teoriche e attività pratiche, i partecipanti potranno:

- Conoscere le principali erbe officinali e le loro proprietà
- Comprendere l'importanza della prevenzione naturale
- Sperimentare pratiche legate a stili di vita sani e sostenibili
- Approfondire il valore della biodiversità e della tutela ambientale

La naturopatia viene proposta non come alternativa alla medicina tradizionale, ma come strumento educativo orientato alla prevenzione, alla consapevolezza e alla cura del benessere quotidiano.

Educazione ambientale e tutela della biodiversità

Un elemento distintivo del corso è l'attenzione verso l'educazione ambientale. In un momento storico in cui la sostenibilità è centrale, l'Associazione Libellula promuove un approccio che lega la salute della persona alla salute dell'ambiente.

Attraverso laboratori, esperienze sul territorio e momenti di confronto, i ragazzi vengono sensibilizzati alla protezione degli ecosistemi locali, alla valorizzazione del patrimonio naturale calabrese e al rispetto delle risorse.

Questo approccio rafforza la consapevolezza che il benessere individuale e quello ambientale sono strettamente connessi.

Un'offerta educativa completa tra movimento, creatività e autonomia

Il Corso di Naturopatia a Catanzaro si inserisce in un ventaglio ampio e strutturato di attività promosse dall'associazione, pensate per favorire inclusione e sviluppo delle competenze personali, ed è aperto a tutti coloro che intendono partecipare al percorso formativo.

Tra le principali proposte:

- Yoga e meditazione per l'equilibrio psicofisico
- Walking e camminate all'aria aperta per il movimento dolce
- Musicoterapia per l'armonia interiore
- Danza espressiva come forma di comunicazione corporea

Accanto alle attività motorie e relazionali, trovano spazio numerosi laboratori creativi ed educativi:

- Uncinetto e manualità creativa
- Lettura e scrittura creativa
- Laboratori di lingua inglese
- Disegno e fumetto
- Percorsi pratici come "Impariamo a cucinare", orientati allo sviluppo dell'autonomia

Grande attenzione è dedicata anche ai percorsi per l'autonomia personale, ai momenti di confronto attraverso il cineforum, e alle escursioni sul territorio, occasioni fondamentali di socializzazione e condivisione.

Un progetto fondato su relazione, rispetto e partecipazione

«Le attività dell'Associazione Libellula – afferma il responsabile delle attività – nascono dal desiderio di creare uno spazio in cui ogni ragazzo possa sentirsi accolto, valorizzato e parte attiva di una comunità. Il Corso di Naturopatia, aperto a tutti, rappresenta un ulteriore passo in questa direzione,

promuovendo salute, inclusione e attenzione all'ambiente».

L'associazione continua a sviluppare nuove proposte formative, rispondendo ai bisogni dei ragazzi e delle famiglie, con l'obiettivo di diffondere una vera e propria cultura del benessere integrato.

Come iscriversi al Corso di Naturopatia a Catanzaro

Per richiedere informazioni o accedere ai servizi dell'Associazione Libellula di Catanzaro, è possibile rivolgersi alla Direzione o alla Segreteria presso la sede operativa in:

Corso Mazzini n. 259 – Catanzaro

Gli uffici ricevono il pubblico il lunedì dalle ore 10:00 alle 12:00, oppure su appuntamento.

Il Corso di Naturopatia dedicato alla fitoterapia, alla salute e alla biodiversità, aperto a tutti, rappresenta un'opportunità concreta per promuovere benessere, inclusione sociale e consapevolezza ambientale nel cuore della città di Catanzaro.

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/associazione-libellula-di-catanzaro-al-via-il-corso-di-naturopatia-tra-fitoterapia-inclusione-e-tutela-della-biodiversita/151022>