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-biodiversit/151022