



CORSO DI FORMAZIONE IN
OPERATORE OLISTICO
IN FITOALIMURGIA E
BENESSERE

con Lena Deckert e Roberta Bacchiocchi

In collaborazione con



CHI È L'OPERATORE IN FITOALIMURGIA E BENESSERE?

L'Operatore Olistico in Fitoalimurgia e Benessere è uno specialista capace di:



IL NOSTRO APPROCCIO

L'accesso al corso di formazione sarà a numero chiuso e con posti limitati, accessibili tramite questionario di ammissione, perché il nostro intento è:

- Puntare alla **QUALITA'** della formazione piuttosto che alla quantità dei partecipanti, lasciando spazio ad ognuno per l'interazione e la condivisione di dubbi, curiosità ed arricchimenti.
- Creare un **PERCORSO FORMATIVO SU MISURA** accogliendo nel nostro percorso persone speciali che come noi hanno a cuore il Benessere e la Natura.
- Creare una **RETE** di future collaborazioni dove ognuno potrà portare il proprio personale contributo.

- Descrivere ed identificare **più di 50 piante spontanee di uso fitoalimurgico**, così come le piante velenose che potrebbero causare intossicazioni.
- Migliorare il suo business con le nozioni di **alimentazione sana, equilibrata ed olistica con attenzione al microbiota intestinale, probiotica e asse intestino-cervello**.
- Realizzare in autonomia **più di 50 ricette vegetariane** utilizzando tutte le parti commestibili delle piante spontanee (radici, fusti, foglie, fiori, frutti, semi e bacche).
- Ideare e proporre ai propri clienti uno **stile alimentare sano, VIVO ed equilibrato** con ingredienti stagionali ed etici per migliorare la propria salute degli altri e del mondo.
- Trasmettere il valore dell'alimentazione come ponte di collegamento tra la Natura, la stagionalità, le piante spontanee ed il **benessere di corpo mente e spirito**.
- Ri-valorizzare il proprio business attraverso l'arte della raccolta e trasformazione delle piante spontanee quale **risorsa culturale ed economica**.

OFFERTA FORMATIVA

L'offerta formativa è strutturata come segue, in modalità mista presenza - on demand:

- **64 ore di lezioni in presenza suddivisi in 4 weekend, uno per ogni stagione.** Le lezioni in presenza si terranno a Santa Maria Nuova in provincia di Ancona, presso la struttura Casa Saba (4 weekend in Natura: sabato e domenica dalle 09:00 alle 18:00 (vitto e alloggio escluso);
- **41 ore di lezioni online** di cui 32 ore saranno di preparazioni selvatiche in cucina e teoria (le lezioni sono registrate e fruibili on demand) e 9 di TUTORING, uno spazio di confronto tra docenti e allievi.
- **26 Dispense in PDF** di tutte le ricette e le piante che studieremo. Oltre a tematiche specifiche su piante tossiche, semi selvatici, radici selvatiche, fiori selvatici, tempo balsamico, raccolta sostenibile, macrobiotica, panificazione, basi di nutrizione, dieta sana ed equilibrata, chimica delle piante spontanee, psicoalimentazione, germogli e fermentazione.
- **2 MASTERCLASS:** come realizzare un Erbario e come creare da zero una propria ricetta (le masterclass sono registrate e fruibili on demand).
- **2 ebook** con le ricette elaborate dai corsisti.
- **4 ricettari stagionali esclusivi.**
- **1 KIT** per realizzare il tuo primo sale selvatico annuale.
- **1 KIT** per realizzare il tuo **Erbario** comprensivo di pressa.
- **GRUPPO TELEGRAM** di contatto con i docenti e di supporto della community.
- **1 Gadget:** 1 parranza con il logo esclusivo del corso.

Il nostro corso combina la **pratica immersiva** nella natura con **solide basi teoriche** online permettendo un apprendimento completo che integri **conoscenze ed esperienze**, preparandoti a diventare un professionista del settore.



PROGRAMMA

TEORIA

Argomenti trattati:

- I principali elementi costitutivi degli alimenti (carboidrati e fibre alimentari, proteine, amminoacidi, grassi e lipidi, vitamine, sali minerali).
- Principi fondamentali e di base per un'alimentazione sana ed equilibrata.
- I costituenti principali delle piante spontanee, un pò di chimica!
- Alimentazione olistica (Microbiota intestinale, probiotica e asse intestino-cervello).
- Cos'è la Fitoalimurgia: cenni storici e sviluppi attuali per il benessere della persona.
- Come raccogliere correttamente: 10 regole della raccolta sicura e sostenibile, l'importanza della filiera...dal prato al piatto.
- Panificazione con pasta madre.
- Macrobiotica e rimedi per il benessere.
- "Formaggi" vegetali fermentati.
- Germogliazione.

RACCOLTA E RICONOSCIMENTO ERBE SPONTANEE

- Riconoscimento e raccolta guidata in Natura.
- Catalogazione delle piante spontanee fresche di stagione.
- Elaborazione di un proprio erbario personale.

COTTURA, TRASFORMAZIONE E CREATIVITA'

- Pietanze al gusto di benessere: lezioni teoriche e pratiche dimostrative con preparazione di pietanze a base di piante spontanee (antipasti e stuzzichini, primi, secondi, contorni, dolci, bevande e panificati).
- Pane e panificati con pasta madre e senza glutine con semi e piante spontanee.
- Trasformati per la cucina del benessere: Sali aromatizzati, zucchero fiorito, aceti al gusto di fiori ed erbe, oli per condire e burri aromatici, pesti e confetture.
- Fiori nel piatto: riconoscimento fiori eduli, proprietà ed idee di impiattamento.
- Alla scoperta dei semi: riconoscimento ed utilizzo di alcuni semi spontanei.

RICONOSCIMENTI E TITOLI

Al termine del corso, previo superamento del test finale, verrà rilasciato il **diploma di Operatore in Fitoalimenturgia e Benessere** che consente l'iscrizione ai **Registri Professionali ASPIN** ed esercitare la professione ai sensi della legge 4/2013.



TERMINI E CONDIZIONI

Svolgimento e durata: L'intero percorso avrà la durata di 4 weekend (sabato e domenica dalle 09:00 alle 18:00, per un totale di 64 ore), 41 ore di lezioni online, 9 ore di tutoring oltre allo studio autonomo. Per l'ottenimento del titolo di Operatore Olistico in Fitoalimenturgia e Benessere, verranno ammesse assenze per un massimo del 20% delle ore in presenza (64 ore).

Costo: 2.200 euro per l'intero percorso con possibilità di pagamento a rate.

Ti aspettiamo! Lena e Roberta





CORSO DI FORMAZIONE IN

OPERATORE OLISTICO IN FITOALIMURGIA E BENESSERE

GRUPPO 1

MODULO PRIMAVERA:

- 5 Aprile 2025 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza **MACROBIOTICA e GERMOGLI**
- 6 Aprile 2025 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza **riconoscimento, raccolta e preparazioni con le erbe spontanee (fiori)**

MODULO ESTATE:

- 28 Giugno 2025 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza **riconoscimento, raccolta e preparazioni con le erbe spontanee (semi)**
- 29 Giugno 2025 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza **MACROBIOTICA E PREPARAZIONI DI BASE**

MODULO AUTUNNO:

- 27 Settembre 2025 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza **MACROBIOTICA AUTUNNO E FORMAGGI VEGETALI STAGIONATI**
- 28 Settembre 2025 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza **riconoscimento, raccolta e preparazioni con le erbe spontanee (foglie verdi)**

MODULO INVERNO:

- 20 Dicembre 2025 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza **riconoscimento, raccolta e preparazioni con le erbe spontanee (radici)**
- 21 Dicembre 2025 dalle 09:00 alle 18:00 WEEKEND in presenza **MACROBIOTICA E RIMEDI STAGIONALI**

Esame online dal 23 al 27 Febbraio 2026