



*il* GIARDINO  
EPICUREO

Se quello in cui vivi non ti piace

**Crea il tuo mondo!**

Coltivando il tuo giardino interiore

[www.ilgiardinoepicureo.it](http://www.ilgiardinoepicureo.it)

# Crisi

In un mondo che sembra aver perso equilibrio e saggezza, i ragazzi appaiono disorientati e demotivati.

**Crea il tuo mondo** è un'esperienza formativa pensata per fornire le conoscenze, gli strumenti e la consapevolezza necessari affinché i ragazzi accrescano o ritrovino l'entusiasmo per creare un mondo migliore e trovare la propria strada, coltivando il proprio giardino interiore.



# Maestra natura

I ragazzi andranno **a lezione dalla natura**, la migliore insegnante che esiste, mettendosi in ascolto e prestando attenzione ai silenziosi e sottili messaggi che ci invia costantemente. I giardini sono lo spazio ideale per riannodare l'antico legame tra l'uomo e la natura. La loro condizione di luoghi del piacere, del benessere e del tempo libero li avvicina all'utopia e li rende uno strumento critico per realizzare il sogno del raggiungimento del **benessere psico-fisico**.



# 5 esperienze rigeneranti

## Riscoprire la gioia di vivere

Scopriremo quali sono le regole fondamentali per vivere la vita con gioia e serenità, ascoltandoci per scoprire il nostro daimon.

## Ammirare l'imperfezione

Impareremo ad accettare e amare ciò che è transitorio e imperfetto e scopriremo la forza della fragilità.

## Contemplare la meraviglia

Ci meraviglieremo ed entusiasmeremo davanti alla bellezza della natura, riscoprendoci esseri viventi.

## Fare del proprio meglio

Ritroveremo l'energia per fare e per agire, per mettere a frutto il talento e le passioni che ci contraddistinguono, per essere eretici.

## Coltivare la semplicità

Scopriremo il valore dell'essenzialità lasciando andare ciò che non è importante e attenuando l'attaccamento ai beni materiali.



# L'esperienza sarà guidata da:

# Massimiliano Capalbo



## Giardinosofo

Allievo di **Stefano Mancuso**, direttore dell'International Laboratory of Plant Neurobiology, dal 2014 si ispira al mondo vegetale per progettare e condurre esperienze in natura e creare innovazione sociale. Si occupa di relazionare gli uomini con la natura nel suo **Giardino Epicureo** a Montauro (CZ).



## Imprenditore eretico

interprete motivazionale e ambientale è stato ideatore e socio di GH Calabria srl, impresa turistica con la quale ha realizzato e gestito, dal 2008 al 2019, il primo parco eco-esperienziale in Calabria e tra i più visitati d'Italia, **Orme nel Parco**.



## Scrittore e divulgatore

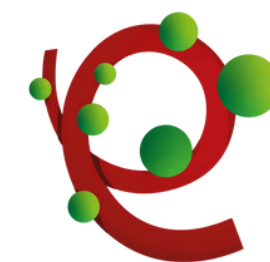
E' autore di cinque libri sui temi della natura, del turismo e della Calabria. "**La terra dei recinti**", edito da Rubbettino, è stato il suo libro più venduto. Dal 2010 cura il blog [ereticamente.it](http://ereticamente.it) e dal 2022 la rubrica **Avventure vegetali** su Radio CRT.



# Il Giardino Epicureo

Il primo giardino sensoriale e terapeutico, in Italia, basato sulla filosofia epicurea. Un'oasi pensata per arginare l'avanzare della desertificazione ambientale, sociale e culturale.

Il giardino dispone di un emporio di prodotti tipici, un'area eventi da 120 posti, un'area benessere con vasca idromassaggio, docce sensoriali e spazio massaggi ayurvedici, 6 aree ristoro con barbecue.



*il* GIARDINO  
EPICUREO

# Con...tatto vegetale



il GIARDINO  
EPICUREO

Un dispositivo hardware,  
appositamente realizzato per il  
Giardino Epicureo, consentirà ai  
ragazzi di entrare in relazione  
con le piante attraverso il senso  
del tatto, **in esclusiva per la  
Calabria.**



# Obiettivi



## Consapevolezza

**Del proprio essere e del proprio agire verso gli altri**



## Responsabilità

**Verso il pianeta e gli altri esseri viventi**



## Autostima

**Trovare la forza e l'entusiasmo per compiere scelte consapevoli**



## Apertura mentale

**Acquisire un approccio positivo ed equilibrato alla vita**

# Informazioni



## **Durata**

L'esperienza formativa ha una durata di circa **2 ore**.



## **Costi**

Il costo è di: **15,00 euro** ad allievo e comprende le attività esperienziali e l'utilizzo del dispositivo per entrare in relazione con le piante.

# Contatti



378.0845238



[info@ilgiardinoepicureo.it](mailto:info@ilgiardinoepicureo.it)



[www.ilgiardinoepicureo.it](http://www.ilgiardinoepicureo.it)



*il* GIARDINO  
EPICUREO

Loc. Croce Vasia snc  
88060 MONTAURO (CZ)  
p.iva 03817690799