



## A LAVANDA 17-18 LUGLIO 2021

> I fiori della lavanda sono utilizzati in fitoterapia per le numerose proprietà dovute alla presenza dell'olio essenziale che, oltre ad avere un bellissimo profumo, contiene dei principi attivi con funzione sedativa e calmante. La lavanda svolge anche un'azione balsamica sulle vie respiratorie e per questo è impiegata efficacemente nel trattamento di tutte le malattie da raffreddamento come influenza, tosse, raffreddore, per uso esterno vanta anche proprietà detergenti, antinfiammatorie, analgesiche e cicatrizzanti.

### 17 luglio

- 10:00** Arrivo presso l'Ecomuseo della Riserva  
Passeggiata a Morino Vecchio e raccolta dei fiori di lavanda
- 13:30** Pic nic sulla piazza d'erba del borgo antico distrutto dal terremoto della Marsica del 1915
- 15:00** Laboratorio presso l'Ecomuseo della Riserva per la distillazione dell'olio essenziale di lavanda. Ogni partecipante alle attività potrà portare con sé un campione di olio essenziale realizzato.  
Parallelamente sarà attivato anche un laboratorio creativo sull'intreccio dei fiori per realizzare coloratissimi "pomi di lavanda" utilizzati per profumare la biancheria.
- 20:00** Cena presso il Rifugio *Lo Schioppo*

### 18 luglio

- 10:00** Visita guidata al centro storico di Civita D'Antino
- 11:00** Visita al Museo Archeologico *Atinum*
- 13:30** Pranzo presso l'Osteria di *Zahrtmann* / Saluti e partenza

• Quota di partecipazione: adulti € 115,00 / bambini da 6 a 12 anni € 80,00. • Prenotazioni fino a 48 ore prima delle attività, effettuate con un minimo di 10 adulti. • La quota, da versare per il 50% all'atto della prenotazione, comprende: le attività, un pranzo, una cena, un pernottamento con prima colazione in camera singola, doppia, tripla o multipla con bagno riservato. • Sono compresi gli spostamenti. È possibile partecipare anche alle attività delle singole giornate di sabato e/o domenica. Il costo delle attività del sabato è di € 20,00 per gli adulti, per i bambini le attività sono gratuite; per la domenica, € 35,00 per gli adulti € 20,00 per i bambini.

**Informazioni e prenotazioni** / 366 895 8516 / [info@dmcmarsica.it](mailto:info@dmcmarsica.it) / [www.dmcmarsica.it](http://www.dmcmarsica.it)

**Sito Web:** <https://dmcmarsica.it/> **Facebook:** <https://www.facebook.com/dmcmarsica>

**Instagram:** [https://www.instagram.com/dmc\\_marsica/](https://www.instagram.com/dmc_marsica/)

# WEEKEND



## Terraxtra<sup>DMC</sup>

