



propongono

UNA GIORNATA PARTICOLARE PER APPROFONDIRE, CAPIRE, SPERIMENTARE L'IMPORTANZA NELLA NOSTRA VITA DEL CONTATTO CON LA NATURA

Breve seminario teorico ed esperienziale che intreccia
neuroscienza, psicologia ambientale, biofilia e pratiche di cura

QUANDO?

Il **10 ottobre** dalle 10 alle 13 e dalle 14 alle 16

DOVE?

Presso l'**Orto Botanico di Pavia**,
in via Sant'Epifanio, 18

CON CHI?

La dottoressa **Margherita Volpini**
Ortoterapeuta, esperta in giardini del
benessere e Therapeutic Landscape Design

PER CHI?

Medici, infermieri, psicologi, insegnanti, educatori,
genitori, ortoterapeuti, operatori di orti botanici,
professionisti della cura e dell'educazione, volontari,
e tutte le persone interessate ad approfondire perché
la connessione con la natura sostiene così
profondamente il benessere umano.

COSTI

Il seminario è offerto
dall'**Associazione "per Arianna Cooke-APS"**.
Si prevede solo il pagamento del biglietto
di ingresso all'Orto Botanico.
*Chi vuole può contribuire alle attività di Ortoterapia
per la Clinica Pediatrica con un'offerta libera.*

CONTATTI

388 368 6420 **Giuliana Gori**
333 572 7127 **Elda Papa**
perariannacooke@libero.it



La giornata si articola in due parti:

Parte teorica (3 ore)

- **Fondamenti teorici del benessere derivato dal contatto con la natura.** Le basi scientifiche della relazione uomo–ambiente: biofilia, psicologia ambientale, attenzione rigenerativa, regolazione emotiva e fisiologica, ruolo dei gesti di cura e della ritualità naturale.
- **Benefici documentati.** Evidenze su riduzione dello stress, miglioramento dell'umore, aumento della concentrazione, sostegno nei percorsi riabilitativi, potenziamento della motivazione e della partecipazione in contesti educativi, sanitari e residenziali.
- **L'ortoterapia.** Principi, ambiti di applicazione, dimensione sensoriale e relazionale, continuità come strumento di benessere e supporto alla cura.
- **Caso studio:** esperienza di ortoterapia presso la Fondazione I.R.C.C.S. Policlinico "San Matteo" di Pavia. Presentazione del giardino terapeutico e delle attività realizzate in ambito ospedaliero.

Laboratorio esperienziale di connessione con la natura (2 ore)

- Attività guidate per entrare realmente in relazione con gli elementi naturali attraverso sensi, respiro e presenza.
- Micro-pratiche di orticoltura terapeutica per attivare e coltivare la biofilia.
- Esperienze che trasformano il contatto con la natura in rituale quotidiano di benessere.

Raccontateci i motivi per cui vi interessa partecipare al nostro seminario.
Iscrizioni entro il 30 settembre 2026 tramite la mail perariannacooke@libero.it

Per il pranzo: c'è una pausa di un'ora fra la prima e la seconda parte del seminario. Si consiglia perciò di portarsi da casa un pranzo al sacco che potrà essere consumato nel luogo dell'incontro. Nelle vicinanze dell'Orto Botanico ci sono comunque alcuni bar.

CONTATTI

388 368 6420 **Giuliana Gori**
333 572 7127 **Elda Papa**
perariannacooke@libero.it