

ACCADEMIA  
IPPOCRATE



CALENDARIO A.A.  
2025 - 2026

[www.accademianaturopatia.com](http://www.accademianaturopatia.com)

## Calendario dell'Accademia di Naturopatia Ippocrate 2025-2026

Dal dolore alla rinascita: il senso profondo del nostro cammino

*Cari studenti, colleghi e amici dell'Accademia,*

*questo calendario che avete tra le mani non è soltanto uno strumento per scandire il tempo dei vostri studi e dei vostri impegni. È un invito a fermarvi, a respirare, a riconoscere in ogni stagione dell'anno un riflesso delle stagioni dell'anima.*

*Le poesie che accompagnano queste pagine nascono da un percorso personale di trasformazione che incarna, più di mille parole, il senso stesso della naturopatia: la capacità innata dell'essere umano di ritrovare l'equilibrio, di attraversare il buio per riemergere nella luce, di trasformare la sofferenza in consapevolezza. Vent'anni fa, un dolore sepolto nell'inconscio reclamò con forza di essere ascoltato. Un lutto infantile mai elaborato — la perdita di un padre a soli sei anni — si manifestò improvvisamente attraverso il corpo e la mente, costringendo a un viaggio interiore tanto doloroso quanto necessario. Non fu attraverso i farmaci che avvenne la guarigione, ma attraverso l'ascolto profondo di sé: il training autogeno, lo yoga, la meditazione, l'osservazione silenziosa della natura. E la scrittura, che divenne ponte tra l'invisibile e il visibile, tra il sentire e il comprendere.*

*Da quel percorso nacquero le poesie, "calate da chissà dove", come dono inatteso di un'anima che stava ritrovando se stessa. E da quel percorso nacque anche la vocazione: comprendere che la vera guarigione passa attraverso l'integrazione di corpo, mente e spirito; che ogni sintomo è un messaggio da accogliere, non da silenziare; che la natura offre strumenti preziosi a chi sa ascoltarla.*

*L'Accademia di Naturopatia Ippocrate è il frutto maturo di questo cammino. Fondata sulla convinzione che "da un dolore anche grande può rinascere la speranza e la fiducia nella vita", essa rappresenta la testimonianza tangibile che "quando non fuggiamo davanti alle difficoltà scopriamo risorse e talenti che non sospettavamo di possedere".*

*Mentre sfogliate questo calendario, lasciatevi accompagnare dalle immagini poetiche delle stagioni: l'alba che sceglie i suoi colori, i mosaici di foglie autunnali, il silenzio incantato della neve, il profumo delle ginestre liguri. Sono inviti a coltivare quella capacità di andare oltre la realtà apparente, a scoprire i legami invisibili tra le cose, a riconoscere nell'osservazione della natura e nel silenzio le fonti più autentiche di guarigione.*

*A voi che avete scelto questo percorso di studi, auguriamo un anno ricco di scoperte, di crescita personale e professionale. Possiate trovare in queste pagine non solo date e scadenze, ma anche momenti di riflessione, semi di ispirazione, e la conferma che avete intrapreso un cammino che può davvero fare la differenza — nella vostra vita e in quella di chi vi affiderete.*

*Con affetto e stima,*

Dott.ssa Ilaria Battolla

Cofondatrice e Coordinatrice Didattica

Accademia di Naturopatia Ippocrate S.R.L.

Sarzana — Anno Accademico 2025-2026

*"Il premio più importante me lo ha conferito la vita stessa e non è un attestato da incorniciare. Vuole essere la prova tangibile che quando non fuggiamo davanti alle difficoltà scopriamo risorse e talenti che non sospettavamo di possedere."*



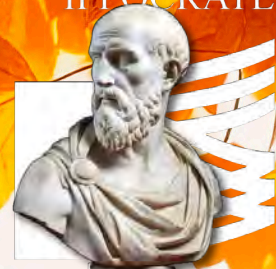
# SETTEMBRE 2025

## Mirabilia

L'alba nuova  
sta ancora scegliendo i suoi colori  
ma io scopro con meraviglia  
che la mia anima  
si è già tutta vestita di fiori.  
Forse sono sbocciati questa notte  
e profumano...

Poesia di Ilaria Battolla

Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
25 settembre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
27 settembre	Sabato	1 <sup>a</sup> lezione	II	9:00-13:00 / 14:30-18:30	Lezione inaugurale II Anno
28 settembre	Domenica	1 <sup>a</sup> lezione	III	9:00-13:00 / 14:30-18:30	Lezione inaugurale III Anno



# OTTOBRE 2025

## Autunno

Mosaici  
di foglie policrome  
impreziositi  
di lamine d'oro  
adornano  
ogni viale, ogni piazza.  
Mi aggiro  
in silenzioso stupore  
come  
in una galleria d'arte...  
Com'è bella  
la mia città  
in autunno!

Poesia di Ilaria Battolla

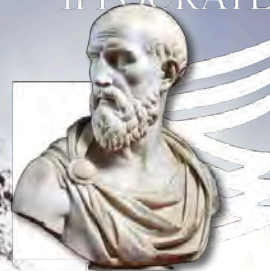
Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
2 ottobre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
8 ottobre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
9 ottobre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
15 ottobre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
16 ottobre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>18 ottobre</b>	<b>Sabato</b>	<b>1ª lezione</b>	I	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	<b>Lezione inaugurale I Anno</b>
21 ottobre	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
22 ottobre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
23 ottobre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>25 ottobre</b>	<b>Sabato</b>	<b>2ª lezione</b>	II	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
<b>26 ottobre</b>	<b>Domenica</b>	<b>2ª lezione</b>	III	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
28 ottobre	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
29 ottobre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
30 ottobre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	

# Tempesta

Folli  
folate  
flagellano  
sparuti  
rami  
fiaccati.  
Fischi  
furiosi  
falciano  
l'aria  
stordita.  
Fortezza  
sguarnita  
abbarbicata  
alla roccia.  
Foglia  
graffiata  
e aggrappata  
ad un ramo  
stecchito  
oggi  
io sono.

Poesia di Ilaria Battolla

ACCADEMIA  
IPPOCRATE



# NOVEMBRE 2025

Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
1 novembre	Sabato	FESTA	Tutti	-	Ognissanti
4 novembre	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
5 novembre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
6 novembre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
11 novembre	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
12 novembre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
13 novembre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
16 novembre	Domenica	2ª lezione	I	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
18 novembre	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
19 novembre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
20 novembre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
22 novembre	Sabato	3ª lezione	II	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
23 novembre	Domenica	3ª lezione	III	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
25 novembre	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
26 novembre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
27 novembre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	



# DICEMBRE 2025

## La vigilia

È l'alba...

Dalla cucina già viva  
esalan fragranti profumi  
che sanno di fiaba.

Arancio, vaniglia, cannella...

Li mesce il calore e li fonde.

Magia...

mi riporta indietro nel tempo  
quand'ero bambina...

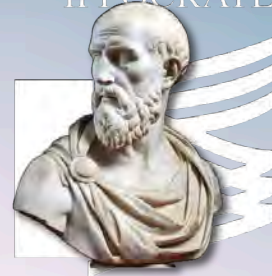
Tutto può accadere...  
è la vigilia di Natale.

Poesia di Ilaria Battolla

Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
2 dicembre	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
3 dicembre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
4 dicembre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>6 dicembre</b>	<b>Sabato</b>	<b>3ª lezione</b>	<b>I</b>	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
<b>7 dicembre</b>	<b>Domenica</b>	<b>4ª lezione</b>	<b>II</b>	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
<b>8 dicembre</b>	<b>Lunedì</b>	<b>FESTA</b>	<b>Tutti</b>	-	<b>Immacolata Concezione</b>
9 dicembre	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
10 dicembre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
11 dicembre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
16 dicembre	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
17 dicembre	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
18 dicembre	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>20 dicembre</b>	<b>Sabato</b>	<b>4ª lezione</b>	<b>III</b>	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
<b>25 dicembre</b>	<b>Giovedì</b>	<b>FESTA</b>	<b>Tutti</b>	-	<b>Natale</b>
<b>26 dicembre</b>	<b>Venerdì</b>	<b>FESTA</b>	<b>Tutti</b>	-	<b>Santo Stefano</b>

# GENNAIO 2026

ACCADEMIA  
IPPOCRATE

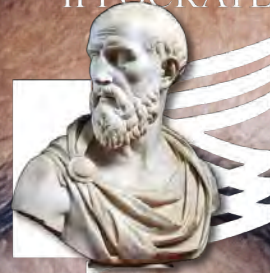


## Salita in vetta

D'improvviso  
lo sguardo si apre all'infinito  
e il cuore si squarcia.  
Il pensiero corre libero  
su spazi dilatati e immensi.  
Lo spirito si sposa al vento  
e l'anima dilaga  
trabocca  
si fonde  
e tutto abbraccia.

Poesia di Ilaria Battolla

Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
1 gennaio	Giovedì	FESTA	Tutti	-	Capodanno
6 gennaio	Martedì	FESTA	Tutti	-	Epifania
7 gennaio	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
8 gennaio	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
13 gennaio	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
14 gennaio	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
15 gennaio	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
17 gennaio	Sabato	4ª lezione	I	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
18 gennaio	Domenica	5ª lezione	II	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
20 gennaio	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
21 gennaio	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
22 gennaio	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
25 gennaio	Domenica	5ª lezione	III	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
27 gennaio	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
28 gennaio	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
29 gennaio	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	



# FEBBRAIO 2026

## Vanità

Ho intrecciato  
fili di fumo  
seguendo  
un'illusoria trama.

Era solo  
la mia immagine  
riflessa.

Poesia di Ilaria Battolla

Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
3 febbraio	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
4 febbraio	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
5 febbraio	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
10 febbraio	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
11 febbraio	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
12 febbraio	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>15 febbraio</b>	<b>Domenica</b>	<b>5ª lezione</b>	<b>I</b>	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
17 febbraio	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
18 febbraio	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
19 febbraio	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>21 febbraio</b>	<b>Sabato</b>	<b>6ª lezione</b>	<b>II</b>	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
24 febbraio	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
25 febbraio	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
26 febbraio	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>28 febbraio</b>	<b>Sabato</b>	<b>6ª lezione</b>	<b>III</b>	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	

## MARZO 2026

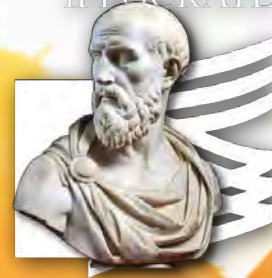


## Primavera

Un vento  
tiepido e dispettoso  
sparpaglia  
gentili giunchiglie  
tra intrepidi virgulti  
verdi smeraldo.  
Mi sento viva e nuova.  
È già primavera!

Poesia di Ilaria Battolla

Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
3 marzo	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
4 marzo	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
5 marzo	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
10 marzo	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
11 marzo	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
12 marzo	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>15 marzo</b>	<b>Domenica</b>	<b>6ª lezione</b>	I	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
17 marzo	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
18 marzo	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
19 marzo	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>21 marzo</b>	<b>Sabato</b>	<b>7ª lezione</b>	II	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
24 marzo	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
25 marzo	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
26 marzo	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
<b>28 marzo</b>	<b>Sabato</b>	<b>7ª lezione</b>	III	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
31 marzo	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	



# APRILE 2026

## La giornata di sole

Spalanco  
le mie ali  
e  
divento  
questa giornata  
di sole.

Poesia di Ilaria Battolla

Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
5 aprile	Domenica	FESTA	Tutti	-	Pasqua
6 aprile	Lunedì	FESTA	Tutti	-	Lunedì dell'Angelo
7 aprile	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
8 aprile	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
9 aprile	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
12 aprile	Domenica	7ª lezione	I	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
14 aprile	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
15 aprile	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
16 aprile	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
18 aprile	Sabato	8ª lezione	II	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
21 aprile	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
22 aprile	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
23 aprile	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
25 aprile	Sabato	FESTA	Tutti	-	Festa della Liberazione
26 aprile	Domenica	8ª lezione	III	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
28 aprile	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
29 aprile	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
30 aprile	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	



# MAGGIO 2026

## Non più

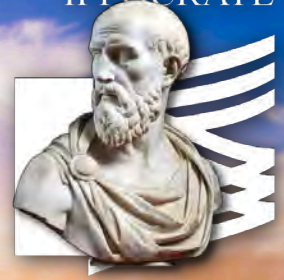
Non più...  
amori accartocciati  
come pagine  
di quotidiani  
sbiaditi  
ma pentagrammi  
fioriti  
dove comporre  
la musica  
di una nuova  
vita.

Poesia di Ilaria Battolla

Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
<b>1 maggio</b>	<b>Venerdì</b>	<b>FESTA</b>	<b>Tutti</b>	-	<b>Festa del Lavoro</b>
<b>3 maggio</b>	<b>Domenica</b>	<b>8ª lezione</b>	<b>I</b>	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
5 maggio	Martedì	Workshop	<b>I</b>	21:00-23:00	
6 maggio	Mercoledì	Workshop	<b>II</b>	21:00-23:00	
7 maggio	Giovedì	Workshop	<b>III</b>	21:00-23:00	
12 maggio	Martedì	Workshop	<b>I</b>	21:00-23:00	
13 maggio	Mercoledì	Workshop	<b>II</b>	21:00-23:00	
14 maggio	Giovedì	Workshop	<b>III</b>	21:00-23:00	
<b>16 maggio</b>	<b>Sabato</b>	<b>9ª lezione</b>	<b>II</b>	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
19 maggio	Martedì	Workshop	<b>I</b>	21:00-23:00	
20 maggio	Mercoledì	Workshop	<b>II</b>	21:00-23:00	
21 maggio	Giovedì	Workshop	<b>III</b>	21:00-23:00	
<b>24 maggio</b>	<b>Domenica</b>	<b>9ª lezione</b>	<b>III</b>	<b>9:00-13:00 / 14:30-18:30</b>	
26 maggio	Martedì	Workshop	<b>I</b>	21:00-23:00	
27 maggio	Mercoledì	Workshop	<b>II</b>	21:00-23:00	
28 maggio	Giovedì	Workshop	<b>III</b>	21:00-23:00	

# GIUGNO 2026

ACCADEMIA  
IPPOCRATE



## Il cassetto

C'è un cassetto chiuso  
nella tua stanza.  
Non avere paura,  
aprilo.  
Ali vi troverai.  
Tu  
le hai piegate lì dentro  
tanto tempo fa.  
Indossale ancora,  
raccogli i tuoi sogni  
e spicca il volo.  
Ti porteranno  
oltre le nubi  
dove c'è tanto azzurro  
e da lassù  
ti stupirà  
il verde dei prati.

Poesia di Ilaria Battolla

Data	Giorno	Attività	Anno	Orario	Note
2 giugno	Martedì	FESTA	Tutti	-	Festa della Repubblica
3 giugno	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
4 giugno	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
7 giugno	Domenica	9 <sup>a</sup> lezione	I	9:00-13:00 / 14:30-18:30	
9 giugno	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
10 giugno	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
11 giugno	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
14 giugno	Domenica	10 <sup>a</sup> lezione	II	9:00-13:00 / 14:30-18:30	Lezione conclusiva II Anno
16 giugno	Martedì	Workshop	I	21:00-23:00	
17 giugno	Mercoledì	Workshop	II	21:00-23:00	
18 giugno	Giovedì	Workshop	III	21:00-23:00	
20 giugno	Sabato	10 <sup>a</sup> lezione	I	9:00-13:00 / 14:30-18:30	Lezione finale I Anno
21 giugno	Domenica	10 <sup>a</sup> lezione	III	9:00-13:00 / 14:30-18:00	Lezione conclusiva III Anno
23 giugno	Martedì	Workshop speciale	Tutti	21:00-23:00	Classi unite - Festa San Giovanni - Iperico