









# 2025 MARZO

camminando nella natura  
si ottiene molto di più.  
J. Muir



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
27	28	29	30	31	1	2 carnevale 
3	4 martedì grasso	5	6	7	8 giornata internazionale della donna 	9
10	11	12	13	14 	15	16
17 st. patrick's day 	18	19  festa del papà	20 equinozio di primavera	21	22 earth hour wwf world water day 	23
24	25	26	27	28	29  ora legale 	30
31						

 luna nuova  luna piena

## PENSIERI E NOTE

## obiettivi di marzo

### ortaggi

asparagi, carciofi, cavolo cappuccio, cavolo nero, cicoria, finocchi, porri, radicchio, ravanelli, spinaci, agretti, piselli.

### frutta

arance, mandarini, limoni, kiwi, pere.