



Plantas medicinales y preparados naturales

Idioma: Castellano.

DESCRIPCIÓN

'PLANTAS MEDICINALES Y PREPARADOS NATURALES'
(8 sesiones: 1 día a la semana) (2 horas de duración / sesión)

Máximo 10 personas.

A través de este curso, impartido por Natalia Baztán, herbolaria y experta en cosmética natural, conoceremos algunas plantas medicinales de nuestro entorno, su historia, propiedades y usos. Además, observaremos las plantas haciendo alguna salida y pondremos en práctica lo aprendido creando un pequeño herbario y preparados naturales que l@s asistentes se podrán llevar a casa: infusión relajante para el bienestar, jarabe para el resfriado, vino digestivo de rosas y anís, vela aromática de Primavera, sales de baño medicinales y pomada de caléndula.

OBJETIVOS

- Introducirse en el mundo de las plantas medicinales y los remedios caseros.
- Observar y conocer algunas plantas medicinales de nuestro entorno.
- Aprender sobre la identificación, historia, usos y propiedades de las plantas.
- Practicar creando elaboraciones con ingredientes naturales sencillos.
- Sensibilizarse con el medio ambiente y con los productos locales.
- Divertirse y hacer grupo.

RECOMENDACIONES

Asistentes: no hace falta llevar nada, salvo un bolígrafo por si acaso.

DÍAS Y HORAS	PROFESOR/A	LUGAR
Jueves, 18:00-20:00 COD. CURSO. PLANTAS	NATALIA BAZTAN	CASA DE CULTURA (sala 1)

Sendabelarrak eta prestakin naturalak

Hizkuntza: Gaztelania.

AZALPENA

'SENDABELARRAK ETA PRESTAKIN NATURALAK'
(8 saio: astean egun 1) (2 orduko iraupena / saioa)

Gehienez 10 pertsona.

Natalia Baztan belarretan eta kosmetika naturalean adituak emandako ikastaro honen bidez, gure inguruko sendabelar batzuk ezagutuko ditugu, haien historia, propietateak eta erabilerak. Gainera, landareak behatuko ditugu irteeraren bat eginez, eta ikasitakoa praktikan jarriko dugu, herbario txiki bat eta prestakin naturalak sortuz. Horiek guztiak etxera eraman ahal izango dira: ongizaterako infusio lasaigarria, hotzerirako siropa, arrosen eta anisen digestio-ardoa, Udaberriko kandela aromatikoa, bainatzeko gatz sendagarriak eta kalendula-pomada.

HELBURUAK

- Sendabelarren eta etxeko erremedioen munduan sartzea.
- Gure inguruko sendabelar batzuk behatu eta ezagutzea.
- Landareen identifikazioari, historiari, erabilerari eta ezaugarriari buruz ikastea.
- Osagai natural errazekin egindako elaborazioak sortzea.
- Ingurumenarekin eta tokiko produktuekin sentsibilizatzea.
- Dibertitzea eta taldea egitea.

GOMENDIOAK

Parte-hartzaileek ez dute ezer ekarri beharrik, bolígrafo bat akaso badaezpada ere.

EGUNAK eta ORDUAK	IRAKASLEA	LEKUA
Ostegunetan, 18:00-20:00 IKAST. KOD. PLANTAS	NATALIA BAZTAN	KULTURA ETXEA (1. aretoa)