Zielarstwo i ziołolecznictwo

Forma edukacji:

• jednodniowe wycieczki zielarskie
• kilkudniowe warsztaty zielarskie
• wczasy z zielarstwem
• wykłady z prezentacjami komputerowymi

Tematy:

• warsztaty kosmetyczne – przygotowanie maści, kremów, toników, wód kwiatowych
• warsztaty kulinarne – włączenie dziko rosnących roślin do codziennej diety
• przygotowanie zielarskiej apteczki domowej
• przygotowanie własnej produkcji herbatek ziołowych

Programy dostosowane do terminów:

• wycieczka terenowa połączona z rozpoznawaniem i zbiorem części roślin w zależności od pory roku
• wiedza nie tylko o leczniczych, ale także jadalnych gatunkach roślin – jak wzbogacić swoją dietę
• wykład z prezentacją zdjęć roślin leczniczych
• zasady zbioru ziół wybór pory dnia i roku
• warunki zbioru ziół
• warunki przygotowania surowca zielarskiego, suszenie i przechowywanie
• zasady zbioru ziół uwzględniające ochronę przyrody
• zasady sporządzania receptur

Całoroczny cykl warsztatów z programami dostosowanymi do pory roku:

• lato to floroterapia czyli moc kwiatów oraz zbiór nadziemnych części roślin
• jesień to zbór podziemnych części roślin: bulw, cebul, kłączy, korzeni
• zima to zbiór zamkniętych pączków i gemmoterapia

• wiosna to zbiór podziemnych części roślin, otwartych i półotwartych pączków oraz kwiatów roślin wcześnie kwitnących

Wycieczki zielarskie - praktyczna nauka rozpoznawania gatunków roślin leczniczych i odróżniania tych właściwych od podobnych gatunków. Nauka rozpoznawania cech roślin, które należy wziąć pod uwagę w celu odróżnienia gatunków roślin leczniczych od podobnych, ma w zielarstwie kluczowe znaczenie. Umiejętność rozróżniania gatunków roślin umożliwia zebranie roślin na swojej produkcji herbatki ziołowe lub przygotowanie zielarskiej apteczki domowej. Ważny też jest aspekt sposobu zbioru ziół oraz warunki suszenia i pora zbioru.

Nie ograniczymy się tylko do zielarstwa. Po drodze wiedza przyrodnicza w zależności od tego, co nam natura na spacerze pokaże.

Prowadząca: mgr Iwona Korlacka