

# El Botiquín Natural Medicinal

Desde lo más antiguo, en las culturas indígenas, **la mujer era la encargada de recolectar** plantas silvestres, medicinales, culinarias, aromáticas, tinctóreas... **poseedora de conocimientos y sabiduría** vegetal de gran interés para su comunidad. Cuidadora de la salud, conocedora de remedios, recetas y curas... inicia la tradición de usos populares y medicinales de las plantas. Este conocimiento se ha mantenido de generación en generación a través del tiempo.

Las plantas medicinales contienen gran cantidad y variedad de principios activos (sustancias con poder medicinal) que son muy beneficiosas para nuestra salud. Esas sustancias son las que han sido aisladas y hechas “pastillas” por grandes multinacionales químicas, arrebatándonos dichos conocimientos populares. Es por ello que, a día de hoy, **cae en nosotros la responsabilidad de recuperar parte de esa sabiduría popular** que ha venido perdiéndose con el tiempo. Volvamos a recuperar entre todos la tradición de uso de la materia vegetal de nuestro entorno.

**“La sabiduría se encuentra en la naturaleza, el negocio en los laboratorios”**

## - CONTENIDO -

En éste taller aprenderemos a reconocer las plantas medicinales locales para elaborar con ellas un Botiquín Herbal Medicinal de manera muy sencilla. Así mismo, obtendremos remedios para las afecciones domésticas más comunes.

-Las plantas silvestres medicinales, usos indicados y afecciones (tomillo, hipérico, milenrama, helicriso...)

-Métodos de conservación (secado, procesado, ensilado...)

-Métodos de extracción y transformación (infusión, maceración, decocción, tintura, oleato)

Duración: 3-4h

Precio: 25€

OPCIÓN BAJO PRESUPUESTO PARA ORGANIZACIONES O ASOCIACIONES

