

CURS PRÀCTIC DE PREPARATS I REMEIS CASOLANS AMB PLANTES

ÚTILS

Febrer, març i abril del 2014

(64 HORES)

OBJECTIUS I CONTINGUTS DEL CURS

Curs vol aprofundir i donar informació molt pràctica de com distingir i utilitzar les plantes aromàtiques i medicinals silvestres o cultivades a casa i com fer-ne un us a través de preparacions molt senzilles amb ingredients naturals. També vol aportar informació útil dels requisits per a convertir-se en un professional.

Metodologia: introducció teòrica seguida de pràctica, en grups petits.

DESTINATARIS

El curs va dirigit a persones interessades en conèixer els remeis casolans amb ingredients senzills i naturals, i amb aquests saber fer preparats alimentaris, medicinals i cosmètics.

Places limitades (mínim 15 màxim 20)

8 DIES: 1, 8, 22 de febrer, 8, 15 i 22 de març, 5 i 26 d'abril

HORARI: dissabtes (10-19h)

LLOC de REALITZACIÓ: Fitomon (C/Ferran El Catòlic, 3, Cervera)

MES INFORMACIÓ: Tf 973 53 21 10, info@fitomon.com,

www.fitomon.com, <http://fitomon.wordpress.com/>,

<https://www.facebook.com/>)

PROFESSORAT

Astrid van Ginkel (Llicenciada en Farmàcia i Màsters en Biologia).
Especialista en plantes útils.

PROGRAMA

1er dia.

Botànica aplicada. Principals famílies. On es troben les herbes útils al nostre país.

Preparats i Formulacions alimentaries, cosmètiques, medicinals i agrícoles:

Preparats medicinals: xarops, infusions, decoccions, olis, cataplasmes, maceracions, bafs, banys, col·lutoris, unguents, aromateràpia ...

Preparats cosmètics: macerats oliosos d'oli vegetal amb herbes i olis essencials, unguents, exfoliant, cremes nutritives, cremes facials i de mans, emulsions, bàlsams labials, desodorants, pasta de dents, sabons, gels, xampús, tònic, perfums, macerats en alcohol, locions, mascaretes, preparats solars i repel·lents d'insectes, infantil, olis per massatge, sals de bany amb olis essencials, sabons de glicerina, ...

Preparats alimentaris: espècies i aromes per a la cuina, condiments, olis, vinagres aromatitzats, sals aromatitzades, vi medicinal, licors, olis essencials a la cuina, begudes refrescants, suc ...

Ingredients naturals: Argiles, olis vegetals, olis essencials, hidrolats, herbes, cera, llimona, vinagre, etc.

Additius naturals: conservants, espessants, emulgents, etc.

Utensilis necessaris. Tipus d'envasos. Informació etiquetes

Com reconèixer la qualitat d'una planta i els seus preparats

Problemàtica dels preparats amb ingredients naturals i sense additius.

Com convertir una idea en una realitat professional: requisits legals.

Destil·lació i olis essencials.

2on dia

Tècniques de recol·lecció, cultiu, transformació (assecat, refrigeració, congelació) i conservació de les plantes.

L'inici: el planter a partir de llavors i esqueixos.

Les plagues i malalties: preparats naturals amb herbes.

Fonts d'informació.

3er dia

Fitoteràpia i principis actius.

Principals patologies i el seu tractament.

Formulació de plantes medicinals.

Resolució de casos pràctics.

Preparats.

APARELL CIRCULATORI .

All (*Allium sativum*)

Castanyer d'Indies (*Aesculus hippocastanum*)

Xiprer (*Cupressus sempervirens*)

Olivera (*Olea europaea*)

Vinya vermella (*Vitis viniferae*)

Melilot

Romani

Hamamelis (*Hamameis virginiana*)

APARELL LOCOMOTOR .

Àrnica (*Arnica montana*)

Harpagofit (*Harpagophytum procumbens*)

Milfulles (*Achillea millefolium*)

Ortiga (*Urtica dioica*)

Pi (*Pinus sylvestris*)

Romani (*Rosmarinus officinalis*)

Espígol

4rt dia

Sortida de reconeixement de flora remeiera

APARELL RESPIRATORI .

Rosella (*Papaver rhoeas*)

Clau

Candelera (*Verbascum thapsus*)

Camamilla de Mahó (*Santolina chamaecyparissus*)

Hisop (*Hyssopus officinalis*)

Fonoll

Anís

Saüc (*Sambucus nigra*)

Agrimònia (*Agrimonia eupatoria*)

Malva (*Malva sylvestris*)

Malví (*Althaea officinalis*)

Sàlvia (*Salvia officinalis*)

Desodorante

Farigola (*Thymus vulgaris*)

SISTEMA IMMUNITARI .

Clau (*Eugenia caryophyllata*)

Echinacea (*Equinacea purpurea*)

Sempreviva (*Helycrisum stoechas*)

Tarongina (*Melissa officinalis*)

6e dia

APARELLS GENITAL I URINARI

Carbassa (*Cucúrbita pepo*)

Ginebró

Boixerola (*Arctotaphylos uva-ursi*)

Sabal (*Sabal serrulata*)

Dent de Lleó (*Taraxacum officinale*)

Farigola

Ortiga

SISTEMA NERVIÓS .

Hipèric (*Hypericum perforatum*)

- Oli

Passiflora (*Passiflora incarnata*)

Valeriana (*Valeriana officinalis*)

Til·la

Taronger flor

Espígol

Melisa

Civada - Avena (herba)

5e dia

ALTRES PLANTES

Dolor e inflamació

Colesterol i glucosa

Obesitat

Al·lèrgies

Migranyes

Hipertensió

Diabetis

APARELL DIGESTIU .

Escarxofera (*Cynara scolimus*)

Anís verd (*Pimpinella anisum*)

Fenigrec

Cardo Marià (*Silybum marianum*)

Canella

Fonoll

Gingebre

Camamilla dolça (*Matricaria recutita*)

Melisa

Menta (*Mentha sp., Menthae piperitae aetheroleum*)

Poniol (*Mentha pulegium*)

Regalèssia (*Glycyrrhiza glabra*)

Romani

Roser boscà (*Rosa canina*)

Salicaria (*Lithrum salicaria*)

Sàlvia

Plantatge (*Plantago sp., Plantaginis ovatae y Psyllii semen*)

Llinosa (*Linum usitatissimum*)

7e dia

Sortida de reconeixement de flora remeiera

PLANTES PER A LA CUINA

Alfàbrega (*Occimum basilicum*)

- aceite aromático

Anet (*Anethum graveolens*)

Anís verd (*Pimpinella anisum*)

- licor

Caputxina (*Tropaeolum majus*)

Porradell (*Allium schoenoprasum*)

Comi (*Cuminum cyminum*)

Coriandre (*Coriandrum sativum*)

Fonoll (*Foeniculum vulgare*)

- Maionesa

Estragó (vinagre)

Llorer (*Laurus nobilis*)

Marduix (*Origanum mejorana*)

Orenga (*Origanum vulgare*)

- sal aromàtica

Orenga (*Origanum virens*)

Ruca (*ErUCA sativa*)

Sajolida (*Satureja montana*)

8e dia

PLANTES PER A LA PELL . COSMETICA .

Àloe (*Aloe vera*)

Fenigrec
Avena
Bardana
Calèndula (*Calendula officinalis*)
Bardana (*Arctium lappa*)
Hipèric
Romero
Espígol
Menta
Sàlvia

La inscripció inclou:

Material escrit de totes les sessions.
Llista de plantes útils silvestres amb nom popular, científic, part utilitzada i usos.
Propietats i preparats.
Glossari
Proveïdors d'ingredients ECO-naturals
Bibliografia
Una mostra de tots els productes elaborats.
Certificat d'assistència – Diploma (mes del 80% d'assistència).
Aclariments després del curs.

Material necessari que han de portar els assistents:

Bosses plàstic i estisores de podar, càmera de fotos, llibreta i llapis.
Pots o ampolles de vidre de 250 ml + tap per fer maceracions.
Pots o ampolles de vidre de 50 ml per posar els preparats acabats.

Inscripció:

Omplir formulari i enviar-lo per mail: info@fitomon.com
o per fax (973532110) a l'atenció de Fitomon

Preu del curs: **190€** (dte 5% estudiants, jubilats i en atur. Cal enviar el comprovant de pagament per mail o fax la darrera setmana abans de la realització del curs).

Data límit per inscriure's 20 de gener

Nom i Cognoms:	
Empresa o Organització:	
Càrrec o Departament:	
Domicili fiscal:	
Població:	
Codi postal:	CIF:
Telèfon:	
e-mail:	
FORMA DE PAGAMENT:	
Transferència bancària, indicant el nom de l'inscrit a:	
N ° Triodos Bank 1491 0001 2210 0841 5927	

ORGANITZA: FITOMÓN

