

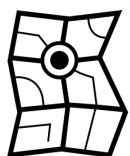


A Catalunya hi trobem moltes plantes aromàtiques que a més tenen propietats medicinals. Ser capaços d'identificar-les i conèixer les seves característiques en permetrà elaborar els nostres propis remeis naturals i casolans per a petites dolències de la vida quotidiana.



## OBJECTIUS

- Conèixer les plantes medicinals, les seves propietats i els usos tradicionals que se n'ha fet d'elles.
- Tenir cura i destresa al recollir mostres de les plantes i evitar d'agafar mostres innecessàries per a no malmetre l'entorn.
- Utilitzar el sentit de l'olfacte per a reconèixer algunes plantes.
- Potenciar actituds de respecte envers les plantes aromàtiques i l'entorn en el que viuen.



## ACTIVITATS

### 1. Presentació

S'inicia l'activitat explicant com la gent de la zona aprofita algunes plantes aromàtiques i les propietats remeieres i culinàries que tenen.

Es parla de quines plantes aromàtiques coneixem, on viuen (indret amb molt sol, rocós, als marges...) i de com les podem reconèixer tot caminant pel bosc.

### 2. Despertem els sentits!

Entre tots i totes decidim quines plantes necessitem per a elaborar després els nostres propis remeis casolans, on anirem a cercar aquestes plantes (medi adequat) i quines pautes haurem de seguir per tenir cura d'aquestes.



## ACTIVITATS

Ens apropem a una planta i l'olorem, la tocarem i mirarem d'identificar-la amb l'ajuda dels herbaris. Un cop comprovada, agafarem una petita mostra (ram de fulles apical) utilitzant la tècnica del "cargolet": la mà esquerra fixa la planta i a la mà dreta recargola la mostra. Aquesta mostra la posarem al cistell.

### 3. Observem-les

Un cop feta la recollida, els nens i nenes classificaran les diferents mostres i, amb la lupa, observaran les glàndules de les fulles que contenen essències d'olor i les adaptacions que cadascuna de les plantes ha desenvolupat per sobreviure. Posteriorment, recordarem els noms i les utilitats de les plantes recollides.

### 4. Construïm la nostra farmaciola

Anirem a una aula i, amb les mostres recollides, cada infant confeccionarà una capsula oberta (partint d'un tall quadrat de cartolina amb tècniques de papiroflèxia) amb compartiments que serà la seva farmaciola natural. Hauran d'escollir quatre de les diverses plantes que haguem recollit per guardar-ne una mostra a la seva farmaciola. Per a cada compartiment confeccionaran una petita targeta on hauran d'indicar el nom de la planta, la zona on l'hem trobat i les seves propietats curatives principals així com el mètode d'ús (infusió, oli, ungüent...) per tal de tenir tota la informació disponible quan sigui necessària.



## VALORACIÓ

Es farà una reflexió grupal sobre el que s'ha après al llarg de l'activitat. L'educador/a pot guiar-la fent preguntes clau com: *Coneixíeu aquestes plantes i les seves propietats? N'havíeu utilitzat prèviament alguna d'elles per a curar alguna dolència? Quin ús creieu que en fareu a partir d'ara?*