

ESMERALDA HOPE

Dossier

**Taller de iniciación a los
preparados medicinales**



ESMERALDA HOPE

Índice

Contexto del taller	p.3
Descripción del taller	p.4
Qué incluye el taller	p.5
Espacio para el taller	p.5
Duración del taller	p.6
A quién va dirigido el taller	p.6
Qué necesito	p.7
Extras para el taller	p.8

Contexto del taller

Nuestros campos están llenos de plantas con **propiedades medicinales**, pero muchas veces no sabemos cómo reconocerlas o utilizarlas con seguridad. Además, es importante entender que no todas las plantas comestibles son medicinales, ni todas las medicinales se pueden consumir. En este taller nos adentraremos en estas **diferencias clave** y aprenderemos a elaborar **preparados sencillos y naturales** para **cubrir algunas necesidades** básicas del día a día.

Descripción del taller

En este taller nos adentraremos en el fascinante mundo de las plantas medicinales, aprendiendo a **reconocer** algunas de las más comunes y sus **usos** en el día a día. Descubriremos cómo preparar remedios naturales de **forma sencilla, segura y efectiva**, utilizando lo que la naturaleza nos ofrece. Si el entorno y el clima lo permiten, saldremos a recolectar algunas plantas directamente del campo. Además, llevaremos una selección de plantas medicinales para que todas y todos podamos **experimentar** con ellas y elaborar nuestros propios preparados. Será un momento de conexión, de intercambio de saberes y de volver a lo esencial: cuidar de nuestra salud desde lo natural y con **nuestras propias manos**.

¿Qué incluye el taller?

- Material básico para la actividad
- Profesional en el tema medioambiental y plantas medicinales

Espacio para el taller

En caso de que la fecha coincida con una de las ofrecidas por el equipo Esmeralda Hope, ya estará **reservado** un espacio adecuado para llevarlo a cabo.

Si la fecha es otra, se pedirá a lxs organizadores que indiquen en el segundo formulario — que se enviará por correo electrónico— si disponen de un espacio amplio para realizar la actividad. En caso de no contar con uno, el taller podrá desarrollarse en un entorno natural o, si fuera necesario, se valorará la opción de **alquilar** un espacio apropiado.

Duración del taller

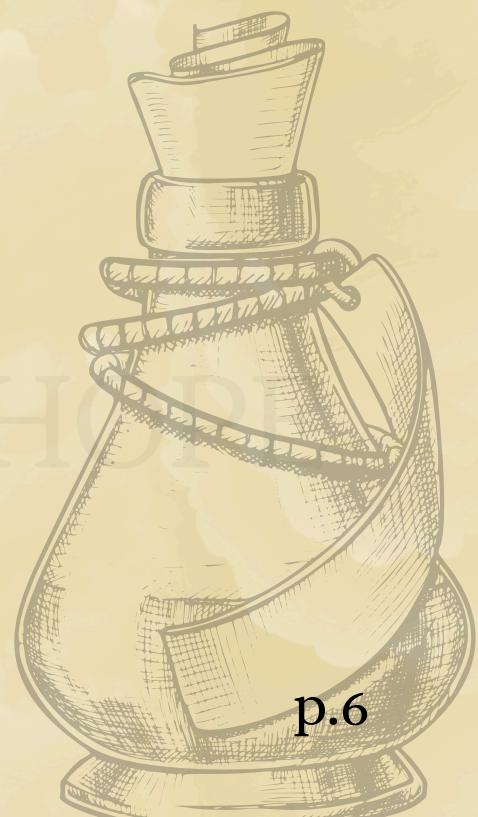
- Este taller esta planteado para durar entre 2h a 3h

La duración del taller puede **variarse** según la fecha en la que se realice, y también está sujeta a posibles modificaciones por parte del contratante en el caso de grupos grandes.

A quién va dirigido el taller

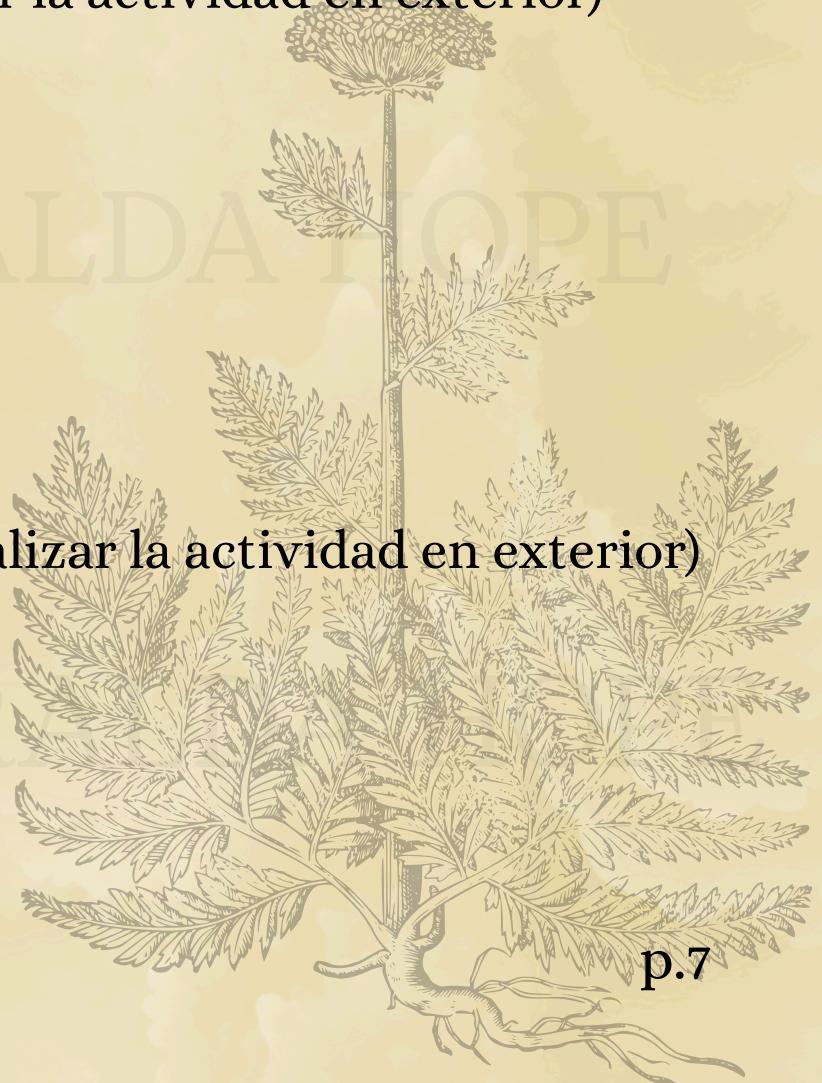
- Desde los 14 años en adelante

Las edades pueden variar a petición del contratante.



Qué necesito

- Ropa cómoda y adaptada a la temporada del año
- Zapatos cómodos de campo (en caso de realizar la actividad en exterior)
- Gorra (si necesario)
- Agua
- Snack (frutos secos, fruta, etc.)
- Crema solar (si necesario)
- Antimosquitos y antigarrapatas (en caso de realizar la actividad en exterior)
- Libreta para anotar
- Lápiz o bolígrafo
- Mente abierta



Qué mas necesito

Para ofreceros la mejor experiencia posible y adaptarnos completamente a vuestro grupo, os pedimos que rellenéis el **formulario** que encontraréis en la página web, en el apartado de este taller. Cuanta más información nos deis, mejor podremos preparar una **actividad hecha a medida para vosotrxs**.

