

CURSOS

INTRODUCCION A LAS PLANTAS MEDICINALES

- * El secreto de las plantas medicinales
- * Tratamiento de las plantas medicinales
- * Identificación de las plantas medicinales
- * Identificación de los árboles de la zona
- * Aplicaciones terapéuticas de las especies identificadas
- * Plantas para curar otras plantas

TALLERES: Elaboración de pasta de dientes, tónicos, pomadas, etc.

RECETAS: se darán algunas recetas caseras elaboradas con plantas y frutos de los que veamos en el curso.

EXCURSIONES: Se realizarán salidas para recolectar e identificarlas así como exponer sus cualidades fitoterapéuticas.

Los interesados llamar a la oficina 948450878 de 9,30 a 12,30h. No obstante, habrá una reunión el día 3 de Mayo a las 18h. para ampliar la información, decidir fechas y horarios.

CURSO IMPARTIDO POR MARÍA DEL MAR TORRES, BIÓLOGA.

TALLER DE MEMORIA

JUSTIFICACIÓN DE UN TALLER DE MEMORIA

La pérdida de memoria en la tercera edad puede estar motivada por diferentes motivos:

1. Por no ejercitar la memoria: como cualquier otro órgano de nuestro organismo si no se ejercita se atrofia.
2. Por temas emocionales: en estado emocional negativo afecta directamente al funcionamiento de la memoria.
3. Relaciones sociales: influyen directamente en el estado general de la persona y también en la memoria.

Es fundamental el tema de las relaciones sociales. A edades avanzadas hay personas que se recluyen en sus casas, sin mayores alicientes, disminuyendo el contacto social y con ello el diálogo y el interés por los otros, por recordar y la ilusión por la vida.

El taller se realizaría a finales de año que es la época del año con los días más cortos y que motiva menos a salir a la calle y relacionarse con los demás.

Creo que el taller es una buena "excusa" para salir de casa y mejorar el estado general de las personas.

En definitiva tenemos que tener un envejecimiento activo. Taller que está teniendo mucho éxito en Lesaca y Bera por cuenta de las asociaciones allí existentes.

Plazas limitadas. Preinscripción: los días 2 y 3 de Septiembre, cuando llaméis os dirán el día de la reunión para informar del contenido del curso, día, hora, etc., antes de la inscripción definitiva.

TALLER IMPARTIDO POR RAMONI ORDOKI, PSICÓLOGA