



# 3 napos gyógynövényismereti túrák részletes programja

túravezető: Lakatos Márk

## 1. NAP

- 9.30-9.50 **Találkozó a bükkszentkereszti Községi házban (Kossuth utca 32.), köszöntés, regisztráció, megbeszélés**
- 10.00-13.00 **A gyógynövénygyűjtés alapjai**  
A gyógynövény és a növényi drog fogalma, morfológiai ismeretek, hatóanyagok.  
A gyógynövények gyűjtésének szempontjai.
- 13.00-14.30 Szünet
- 14.30-18.00 **Gyógynövényismeret Gyuri bácsi gyógynövénykertjében**  
A népi gyógyászat és a fitoterápia gyógynövényei, közel 50 gyógynövényfaj.

## 2. NAP

- 9.00-14.30 **Terepi gyógynövényismeret,  
a természetes növényflóra gyógynövényei, gyűjtésük**
- 14.30-15.30 Szünet
- 15.30-17.30 **Gyógynövények feldolgozása  
Gyógynövény-készítmények házilag  
Gyógy- és fűszernövények a házikertekben**

## 3. NAP

- 9.30-13.30 **Üzemlátogatás a Györgyteánál**  
Gyógynövények elsődleges feldolgozása  
**Terepi gyógynövényismeret**  
Pihenő a Boldogasszony-kápolnánál – gyógyító kövek

### FONTOS INFORMÁCIÓ:

Az időjárástól függő programok változtatásának jogát fenntartjuk.