

# „Gyógy- és fűszernövények a mindennapokban”

## 3 napos túra részletes programja

túravezető: Lakatos Márk

### 1. NAP

|             |                                                                                                                                                                 |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9.30-10.00  | <b>Találkozó a bükksgentkeresztgi Közösségi ház (Kossuth út 32.) udvarán,</b><br>köszöntés, regisztráció, megbeszélés                                           |
| 10.00-13.00 | <b>A gyógynövénygyűjtés alapjai</b><br>A gyógynövény és a növényi drog fogalma, morfológiai ismeretek, hatóanyagok.<br>A gyógynövények gyűjtésének szempontjai. |
| 13.00-14.30 | Szünet                                                                                                                                                          |
| 14.30-18.00 | <b>Gyógynövényismeret Gyuri bácsi gyógynövénykertjében</b><br>A népi gyógyászat és a fitoterápia gyógynövényei, közel 50 gyógynövényfaj.                        |

### 2. NAP

|             |                                                                                                                                 |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09:00-14:30 | <b>Terepi gyógynövényismeret, a természetes növényflóra gyógynövényei, gyűjtésük</b>                                            |
| 14:30-15:30 | Szünet                                                                                                                          |
| 15.30-17.30 | <b>Gyógynövények feldolgozása</b><br><b>Gyógynövény-készítmények házilag</b><br><b>Gyógy- és fűszernövények a házikertekben</b> |

### 3. NAP

|            |                                                                                                                                                                        |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9.30-13.30 | <b>Üzemlátogatás a Györgyteánál</b><br>Gyógynövények elsődleges feldolgozása<br><b>Terepi gyógynövényismeret</b><br>Pihenő a Boldogasszony-kápolnánál – gyógyító kövek |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### FONTOS INFORMÁCIÓ:

Az időjárástól függő programok változtatásának jogát fenntartjuk.

