

Formació en medicina popular i alimentació amb herbes remeieres

Curs dirigit a persones que volen aprendre els diferents elaborats tradicionals amb herbes d'una manera senzilla i pràctica, així com els seus usos en alimentació, medicina, cosmètica i al camp.

Metodologia, teòrica- pràctica



Les Remeieres

Formació impartida per per na Judith Ramírez Burgada, remeiera divulgadora i cofundadora del projecte ***Les Remeieres***

Tipus d'elaborats

Introducció

- ♦ Infusió, decocció, bufs
- ♦ Olis, i les seves utilitats, oleomacerats
- ♦ Xarops
- ♦ Destil·lació, olis essencials, hidrolats
- ♦ Tintures mare, tintures
- ♦ Argiles, emplastres
- ♦ Fito elaborats pels cultius, purins naturals
- ♦ Recol·lecció i conservat de les herbes

Aprendrem a distingir els diferents preparats amb herbes i la seva conservació.

1r dia

Plantes per la cuina

Cuina silvestre

Preparats alimentaris:

- ♦ espècies i aromes per a la cuina
- ♦ condiments, olis, sals i vinagres aromatitzats
- ♦ vi medicinal, licors
- ♦ olis essencials a la cuina
- ♦ melmelades remeieres
- ♦ Amanides silvestres

Aprendrem a elaborar els nostres condiments per a la cuina i receptes de cuina silvestre.

2n dia

Elaborats amb herbes remeieres

Plantes medicinals

Fitoteràpia i aromateràpia

- ♦ Història i els seus usos en medicina
- ♦ Principals patologies i el seu tractament:
Aparell circulatori, respiratori, digestiu,
sistema immunitari, nerviós, al·lèrgies,
Migranyes, dolor
- ♦ Formulació en plantes medicinals i olis
essencials
- ♦ Fitxa d'alguns olis essencials

*Aprendrem què és la fitoteràpia i la
aromateràpia, alguns olis essencials i herbes
per a les patologies més freqüents, i les
fórmules a seguir*

Dermatologia

Cosmètica Natural

Elaborats en cosmètica:

- ♦ Olis corporals i facials
- ♦ Ungüents
- ♦ Exfoliant
- ♦ Mascaretes
- ♦ Llets corporals i netejadores
- ♦ Bàlsam labial
- ♦ Pasta i gel dental
- ♦ Sabons, gels
- ♦ Tònics i aigües florals
- ♦ Perfums i colònies
- ♦ Preparats per a pediatria
- ♦ Patologies cutànies més comunes
- ♦ Conservants naturals

Aprendrem a elaborar els nostres cosmètics

Acceptem Moneda Social



Les Remeieres és un projecte vinculat a la Cooperativa Integral Catalana

Les Remeieres



Associació Etnobotànica Rusicana

Pel foment de la cultura, la flora i la pagesia del país
La Rectoria de Sant Martí Sacalm (La Selva)
17171 - Susqueda

tel.665.515.734
etnorusicana@gmail.com
lesremeieres@gmail.com
www.blocs.xarxanet.org/lesremeieres

Una Remeiera de La Selva

Entrevista a Judith Ramírez

Les “Remeieres” era un ofici de dones, per a sustentar la família

13 juny 2016

Remeieres, trementinaires, dones de bosc, bruixes i molt més mots podem trobar al llarg de la història per a denominar aquesta activitat, que principalment feien les dones de famílies humils en zones rurals. Era un complement a les feines de la vida a pagès, els servia per a guanyar algun ral i així ajudar a sustentar la economia familiar. **Avui**, aquest antic ofici sembla recobrar el interès per una part de la població. Així que us explicarem com són algunes de les Remeieres del nostre temps, avui parlem amb la Judith Ramírez Burgada

Com et definiries Judith? Sempre costa respondre a aquesta pregunta tant estacional, però entenc que cal definir-nos en aquesta societat. Així doncs, em defineixo com dona de ment inquieta, emotiva i cuidadora, mare protectora, aprenent, pagesa i eguassera, investigadora i divulgadora.



Na Judith Ramírez Burgada
municipi de Susqueda

D on vens i on ets actualment? Vaig néixer el 1977 a Lloret de Mar, filla de mare pagesa que va deixar el camp per al turisme. I actualment segueixo a la comarca de La Selva però, al municipi de Susqueda, on el territori encara és prou verge i podem viure en ple contacte amb la natura, on les herbes i les bèsties ens acompanyen cada dia.

Com comença la teva història com a remeiera? Doncs gràcies a la crisi vaig tancar un petit negoci a Lloret, al 2010 vaig a l'Escola de Pastors a formar-me amb el que sempre he desitjat, pagesa i eguassera, allí conec a la Cristina Puig, mestra remeiera de la Garrotxa, on iniciem el projecte Les Remeieres, elaborant remeis tradicionals de pastors.

Un projecte pel foment de la pagesia i la etnobotànica de Catalunya

Parla'ns una mica del vostre projecte. La Cristina i jo seguim fent recerca de remeis populars, els elaborem i els posem en pràctica, ens trobem que vivim en zones aïllades i no sempre és fàcil que vingui el veterinari, així doncs, poder tenir autosuficiència en guarir

els nostres ramats i la família, ens ha motivat a posar en pràctica molt remeis. També ens anem formant continuament en aromateràpia científica, en formulació i botànica.

Al 2015, neix l'Associació Etnobotànica *Rusicana*, de la que

en soc la presidenta, oberta a tot qui tingui un interès comú en el projecte. L'entitat col·labora i organitza diversos projectes, principalment en formació de la cultura, la pagesia i la botànica del país. Portem els coneixements populars a tot qui tingui interès.

Per què divulgadora?

M'agrada el fet de ser una comunicadora, divulgadora dels coneixements que he adquirit al llarg dels anys al costat de una gran mestra i millor persona, qui m'ha ensenyat tot el que saps i amb el cor obert, ensenyar es el que ella ha fet amb mi, m'ha ensenyat a caminar pel bosc, a respirar amb les plantes i gaudir ajudant a guarir les malures dels essers. Jo només em dedico a divulgar els coneixements etnobotànics, per a que tot qui necessiti o tingui un interès en disposi.

Qué és el que més t'agrada de divulgar?

El compartir, he tingut la gran sort que he après de grans dones al llarg d'aquests 6 anys, elles m'han transmès tot allò que els preguntava i molt més, a canvi de la felicitat de compartir els seus coneixements amb una jove amb interès, i això, és el sento jo també, sóc feliç de compartir amb qui té un interès comú i si són infants, aquest goig es multiplica.

Quina metodologia tens per a divulgar?

M'adapto molt bé al grup o col·lectiu al que faig els tallers o la formació, utilitzo mètodes d'aprenentatge per observació i la experimentació, els temaris o apunts són molt pràctics, per a que en puguin fer un ús a casa també, i al finalitzar segueixo estant al abast del alumne per a qualsevol dubte que tingui.