

CURSO DE PLANTAS AROMÁTICAS E MEDICINAIS



Formador: Luís Alves

Local: Monte do Laranjal – Monsaraz

Datas: 13 e 14 de Fevereiro de 2010

Preço:

195 Euros (**com quarto individual**)

150 Euros (**com quarto partilhado – 2 pessoas**)

Inclui: estadia 2 noites com pequeno-almoço.

Almoços e jantares não estão incluídos no pacote com exceção do almoço do

Programa

12 de Fevereiro

Chegada a Monsaraz

13 de Fevereiro

10h00: **Curso PAM - Sessão da manhã**
(ver abaixo)

11h00: Pausa para Chá

12h30: Almoço

14h00: **Curso PAM - Sessão da tarde**

15h45: Pausa para Chá

17h00: **Prova de Vinhos**

O grupo é convidado a visitar o Monte do Limpo, uma herdade tipicamente alentejana que se dedica à produção de vinhos de qualidade, com o carácter inconfundível dos vinhos alentejanos.

19h30: Jantar

21h30: **Documentário (Opcional)**

Vai ser mostrado um documentário sobre a beleza do Parque Nacional de Dartmoor em Inglaterra. Com uma vertente muito mística, é um trabalho que nos guia numa viagem lírica e muito espiritual através desta paisagem belíssima. (Inglês)

14 de Fevereiro

10h00: **Curso PAM - Sessão da manhã**

11h00: Pausa para chá

11h15: Preparação do almoço em grupo com base nas plantas aromáticas, com uma surpresa especial de Dia de São Valentim.

13h00: Almoço no Monte do Laranjal

14h00: **Curso PAM - Sessão da tarde**
Componente prática no exterior

15h45: Pausa para chá

18h00: Final de Curso

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

APRESENTAÇÃO: Análise do programa, expectativas.

1 - PLANTAS AROMÁTICAS E MEDICINAIS (PAM)

1.1 - Resumo histórico das PAM;

1.2 - As principais plantas aromáticas e condimentares e suas utilizações – monografia individual.

2 - SECAGEM

2.1 – Diversas formas de secagem.

3 - PROPAGAÇÃO DAS PLANTAS

3.1 - Tipos de multiplicação vegetal;

3.2 - Propagação por via sexuada e vegetativa;

3.3. – Equipamentos e utensílios.

4 - AGRICULTURA BIOLÓGICA

4.1 - Conceitos, Princípios e Objectivos;

4.2 - Fundamentos e Práticas.

5 - ABORDAGEM ETNOFARMACOLÓGICA

6 - UTILIZAÇÃO DAS PAM PARA FINS ORNAMENTAIS

6.1 – Aspectos relacionados com conservação e biodiversidade;

6.2 – As PAM em espaços verdes.

7 - COMPONENTE PRÁTICA NO EXTERIOR

PLANTAS DO CURSO DE AROMÁTICAS

| Nome vulgar | Nome científico |
|--------------------|---|
| Absinto | <i>Artemisia absinthium</i> |
| Alecrim | <i>Rosmarinus officinalis</i> |
| Alfazema | <i>Lavandula angustifolia</i> |
| Alfazema-dentada | <i>Lavandula dentata</i> |
| Arruda | <i>Ruta graveolens</i> |
| Balsamita | <i>Tanacetum balsamita</i> var. <i>tomentosum</i> |
| Cebolinho | <i>Allium schoenoprasum</i> |
| Coentros | <i>Coriander sativum</i> |
| Consolda | <i>Symphytum officinale</i> |
| Equinácea | <i>Echinacea purpurea</i> |
| Erva-cidreira | <i>Melissa officinalis</i> |
| Erva-do-caril | <i>Helychrisum italicum</i> |
| Erva-peixeira | <i>Preslia cervina</i> |
| Erva-príncipe | <i>Cymbopogon citratus</i> |
| Estragão-francês | <i>Artemisia dracunculus</i> |
| Funcho | <i>Foeniculum vulgare</i> |
| Hipericão-do-Gerês | <i>Hypericum androsaemum</i> |
| Hissopo | <i>Hyssopus officinalis</i> |
| Hortelã-pimenta | <i>Mentha x piperita</i> |
| Hortelã-vietnamita | <i>Persicaria odorata</i> |
| Hortelã-vulgar | <i>Mentha spicata</i> |
| Limonete | <i>Aloysia triphylla</i> |
| Macela-camomila | <i>Chamaemelum nobile</i> |
| Manjeriçã | <i>Ocimum basilicum</i> |
| Manjerona | <i>Origanum majorana</i> |
| Orégã-vulgar | <i>Origanum vulgare</i> |
| Pelargónio-limão | <i>Pelargonium crispum</i> 'Variegatum' |
| Poêjo | <i>Mentha pulegium</i> |
| Rosmaninho | <i>Lavandula pedunculata</i> |
| Salsa | <i>Petroselinum crispum</i> |
| Salva | <i>Salvia officinalis</i> |
| Salva-ananás | <i>Salvia elegans</i> |
| Santolina | <i>Santolina chamaecyparissus</i> |
| Segurelha | <i>Satureja montana</i> |
| Tomilho bela-luz | <i>Thymus mastichina</i> |
| Tomilho-limão | <i>Thymus x citriodorus</i> |
| Tomilho-serpão | <i>Thymus serpyllum</i> |
| Tomilho-vulgar | <i>Thymus vulgaris</i> |
| Valeriana | <i>Valeriana officinalis</i> |