# Program zajęć edukacyjnych

Zagroda Pustelnika – Natalia Wernicka, Małgorzata Wernicka

Nazwa obiektu / nazwisko prowadzącego

Pustelnik 26, Marciszów — Dolnośląskie

Adres — Województwo

1. Temat / tytuł zajęć:

## Zioła w codziennym życiu – od tradycji do współczesności

2. Czas trwania zajęć:

3 godziny.

3. Grupa docelowa:

Wszyscy (dorośli, dzieci, młodzież).

4. Liczebność grupy:

min. 10 osób max. 30 osób

5. Prowadzący zajęcia:

Gospodarz.

6. Zakres tematyczny:

- rozpoznawanie podstawowych gatunków ziół,
- znaczenie roślin w tradycji i życiu codziennym,
- wykorzystanie ziół w kuchni domowej,
- zioła wspierające odporność, trawienie i relaks,
- podstawy zbioru i bezpiecznego stosowania roślin,
- integracja wiedzy przyrodniczej z praktyką życia codziennego.

7. Harmonogram/przebieg zajęć:

Powitanie uczestników oraz wprowadzenie do tematu roślin i ich znaczenia w codziennym życiu.
Spacer zielarski po terenie gospodarstwa i jego otoczeniu – poznawanie wybranych gatunków ziół, ich właściwości oraz sposobów wykorzystania.
Zwiedzanie gospodarstwa Zagroda Pustelnika – poznanie zwierząt gospodarskich oraz elementów życia na wsi.
Mini warsztaty wykorzystania ziół w praktyce – przygotowanie prostych produktów, np. mieszanki ziołowej, naparu lub dodatku kulinarnego.
Omówienie zastosowania ziół w kuchni domowej oraz codziennym życiu.
Wspólne ognisko jako element integracyjny i podsumowanie spotkania.

8. Pomoce dydaktyczne:

- świeże zioła,
- suszone zioła,
- materiały do przygotowania naparów lub mieszanek,
- naczynia i akcesoria do prostych warsztatów,
- infrastruktura gospodarstw.

9. Dodatkowe uwagi:

Zajęcia Program łączy edukację przyrodniczą z praktycznym wykorzystaniem wiedzy o roślinach. Zajęcia mają charakter aktywny i integracyjny, umożliwiający poznanie gospodarstwa oraz doświadczenie życia blisko natury.