

## ZIOŁO MA MOC



W ramach realizacji projektu przez Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania „Ziemi Chełmskiej” pod nazwą „**Zioło ma moc**”, w dniach 8 i 9 września w świetlicy wiejskiej w Teremcu przeprowadzone zostały warsztaty zielarskie dla mieszkańców gminy Białopole. Przeszkolonych zostało 10 osób. Pierwszego dnia podczas warsztatów uczestnicy odbyli spacer ziołowy, gdzie uczyli się techniki rozpoznawania dzikich roślin użytkowych (zioł) w terenie, uczyli się również zbioru, suszenia i przechowywania ziół oraz dowiedzieli się o ich właściwościach i zastosowaniu, przygotowując różne mieszanki przydatne w codziennym funkcjonowaniu i wzmacnianiu organizmu.

Program drugiego dnia warsztatów obejmował naukę praktycznego zastosowania wiedzy na temat aromaterapii, a także wykorzystania naturalnych właściwości olejków eterycznych w profilaktyce zdrowotnej i kosmetyce. Uczestnicy warsztatów zdobyli również wiedzę z zakresu komponowania zapachów, łączenia olejków, konserwacji mieszanek zapachowych, tworzenia olejków eterycznych oraz perfum.





