



Jornada temàtica Passejada etnobotànica.

Cal Rosal, Berguedà. 9 de març del 2019



Generalitat de Catalunya

Horari	Programa
9:30 – 9:45	Trobada dels participants <i>al C. de l'Estació de Cal Rosal, a la zona de l'aparcament i dels bars.</i>
9:45 – 11:00	Recorregut per l'entorn de Cal Rosal, que ens durà per diferents paisatges i comunitats vegetals, passant des dels camps de cereals fins als boscos, fonts, i fondals. Recorrerem diferents masies, passarem per l'ermita de Sant Vicenç d'Obiols, per la font del Montorsí i, en definitiva, per un reguitzell d'indrets amb una gran riquesa de vegetació i molts secrets per descobrir.
11:00 – 11:30	Esmorzar cooperatiu Cada participant porta i presenta un producte del seu municipi. <i>L'organització hi posa el cafè/suc.</i>
11:30 – 13:00	En aquesta passejada podrem descobrir i comprovar com amb les plantes silvestres que tenim a tocar podem fer preparacions alimentàries d'allò més diverses i alhora d'allò més bones; alhora que també parlarem de plantes amb usos folklòrics, remeieres, emprades com a joc, o utilitzades com a element de construcció. Tornarem a donar vida a uns coneixements i usos que eren el pa de cada dia per a la gent gran però que malauradament són molt desconeguts per la major part de nosaltres. Descobrirem aquest racó del Berguedà, tant conegut pel seu passat industrial, des d'una perspectiva ben diferent, posant les plantes, els paisatges i les persones que les han emprat durant generacions en el centre.
13:00 – 14:00	Tastet de plantes silvestres recollides al llarg del recorregut, ja siguin ortigues, roselles, malves, fonolls, cosconilles o llitsons.
14:00 – 14:30	Valoracions i comiat.



Activitat realitzada per:

Marc Talavera Roma, *doctor en Biologia per la Universitat de Barcelona, especialitzat en etnobotànica, agroecologia, ecologia forestal i divulgació científica. És també president i impulsor del Col·lectiu Eixarcolant, una entitat sense ànim de lucre que treballa per la recuperació de les espècies silvestres i les varietats tradicionals en desús com a eina per a la transformació del model agroalimentari vers un sistema més sostenible.*

Col·lectiu Eixarcolant



viladraueducació.com
estudis d'educació i comunicació ambiental

Participants a la trobada



Nom	Centre
Anna Maria Arnau	C FEDAC Prats (Prats de Lluçanès)
Núria Besa	C FEDAC Prats (Prats de Lluçanès)
Mònica Garcia	ZER Berguedà Centre (Vilada)
Mercè Garriga	INS Guillem de Berguedà (Berga)
Arnau Garreta	INS Guillem de Berguedà (Berga)
Marta Mata	ESC Alfred Mata (Puig-reig)
Marisol Pereiro	ESC d'Olvan – ZER Baix Berguedà (Olvan)
Carme Pont	ESC d'Olvan – ZER Baix Berguedà (Olvan)
Francesc Rossinyol	ESC Les Basseroles (Sant Miquel de Balenyà)
M.Carme Terradellas	ESC Pompeu Fabra (Manlleu)
Jordina Toneu	ESC Pompeu Fabra (Manlleu)
Pere Pladellorens	SI Cardener (Sant Joan de Vilatorrada)
Francesc Talavera	C Maristes Igualada (Igualada)
Marga Cuerva	C Maristes Igualada (Igualada)
Núria Porredon	C Maristes Igualada (Igualada)

Comencem la passejada a Cal Rosal



Ligustrum lucidum (troana)

Està plantada a parcs i jardins. La llavor és tòxica! Si aixafem el seu fruit (boletes negres) podem pintar i tenyir paper, amb els més petits. Amb alumnes grans es poden treballar les reaccions químiques (oxidacions).



Clematis vitalba (vidalba)

És una liana. Abans es fumava. És molt resistent i flexible. S'utilitzava per fer arnes (ruscs), cistells, etc. Es poden fer activitats de manualitats trenant. És la que porten els plens de Patum.



Lamium amplexicaule

És de la família de les labiades i té la tija quadrangular (cosa molt típica de les labiades!). Es menja. Té gust d'humitat. És molt bona barrejada amb formatge.

Passem prop d'uns horts



Sedum sp (crespinell)

És una planta rupícola i crassa. Es pot plantar en torratxes petites. Està adaptat a la sequera. Es pot aprofitar per parlar d'arquitectura. Fa una tija llarga amb la flor a la punta. Diuen que Gaudí s'hi va inspirar per fer la Sagrada Família.

És comestible però no és gaire bona, es pot conservar en vinagre i servir d'aperitiu. També n'hi diuen arròs de marge, ja que la fulla té forma de gra d'arròs. És molt astringent.



Salix sp (vimetera)

Arbre que rebrota de forma arbustiva. El vímet serveix per fer cistells.

Travessem el riu i enfilem el camí



Viola sp (violeta)

Flor lila que fa bona olor i es pot menjar. També se'n pot fer xampanyet (fermentació), similar al cava de saüc. És una beguda molt carbonatada. Alerta al destapar l'ampolla!



Cassanelles, gales, cecidis

És la caseta d'un insecte, tenen un foradet. Serveix per explicar el cicle dels insectes, com es relacionen plantes i animals... Se'n pot extreure un pigment per tenyir roba. També es pot tenyir roba amb les peles de la ceba. Es macera amb aigua i llavors es bull, queda de color marronós.



Jonc

Pot servir per teixir, tot i que és molt feble. Es pot rosegar. Hi ha plantes semblants que popularment també s'anomenen joncs.. Alerta, no confondre-les!

Caminem i descobrim plantes silvestres



Canya

Té moltes utilitats per fer jocs (xiulets, cotxes, avions...).
També s'empra per fer aspres per les tomqueres.

Luca

És al·lòctona. Es troba molt sovint al costat dels horts, ja que és una planta que es pot desfil·lar fàcilment i els filaments es poden fer servir per lligar les tomaqueres. Fa una flor blanca molt gran que es pot menjar, té un gust amarg semblant a l'endívia.



Caminem i descobrim plantes silvestres



Balma amb aigua.

Lloc idoni on hi creixen moltes plantes comestibles. El problema és que són bones quan són petites, i és quan més costen d'identificar!

Moltes de silvestres les podem cultivar. Una és l'enciamet de font.



Orenga

Exemple de com una planta silvestre ha passat a cultivar-se.



Rubia peregrina (rogeta)

Les fulles s'enganxen a la roba. Es diu així perquè l'arrel es feia servir per tenyir de color roig. És una liana.

Arribem a l'ermita de Sant Vicenç d'Obiols



Església preromànica situada a Obiols.

Les plantes dels llocs humanitzats ens expliquen moltes coses.

Hi trobem una iuca, una parra, un boix...



*Buxus
sempervirens*
(boix)

Es feia servir en la
matança del porc,
per socarrar els
pèls del porc i
sobre el boix s'hi
estenien els
elements de la
matança.



Recollim plantes silvestres per fer el tastet



Parietaria (morella roquera)

Viu en llocs calcaris. S'enganxa a la roba de cotó.



Sanguisorba minor (pimpinella)

Es menja la fulla. Té gust de cogombre. És bona a l'amanida.



Fonoll

És bona la fulla, es pot fregir amb tempura. Si es pica o se'n fa suc es pot tirar al iogurt.



Crepis sp

S'assembla al pixa-llits. Creix arran de terra i floreix a finals d'hivern.

Recollim plantes silvestres per fer el tastet



Plantago (plantatge)

La fulla fa 5 o 6 nervis. Va bé per embolicar sushi. La infusió de la fulla va bé per als refredats.



Malva sylvestris (malva)

Es pot coure seca com unes "xips". Fa un mucíl·lag que si es cou al vapor desapareix. Té us gust molt suau. L'utilitzen al Marroc.



Rumex pulcher (romàs)

Es pot cuinar en un "potaje" o saltejada.



Verbascum sp (herba blenera)

Té la fulla peluda, vellutada. És medicinal, tant la flor com la fulla. En infusió va bé per la tos. Fa un espigall alt amb flors grogues. Antigament s'utilitzava per al ble dels llums d'oli, d'aquí el nom de blenera.

Recollim plantes silvestres per fer el tastet



Taraxacum septum (xicoia)
És semblant a la dent de lleó o pixa-llits però té la fulla molt serrada. És bona a l'amanida. La flor es pot confitar abans d'obrir (com si fossin tàperes). Els angelets serveixen per explicar els mètodes de disseminació de les llavors. El pixa-llits té la fulla menys dividida, i també es menja.



Rementerola
Fa una olor semblant a la menta. La infusió és digestiva.

Recollim plantes silvestres per fer el tastet



Card marià

La fulla té moltes punxes. Si es pelen les fulles amb l'ajuda d'un ganivet, la penca és molt bona. Es menja com una verdura, semblant a les bledes.



Urtica sp (ortiga)

El que és urticant són els pèls de les fulles. S'ha de pentinar del revés. Té molts minerals, fibra i contingut proteic. La part urticant desapareix a més de 60°C. També es pot menjar crua, doblegant la fulla i fent un rotlle.

En forma de purí serveix de fungicida per a les hortalisses.



Malrubí blanc

No és bona per menjar, però és molt cicatritzant.

Recollim plantes silvestres per fer el tastet



Sonchus tenerrimus (lletsó fi)
Es valora bé com l'enciam iceberg. És de la família de les compostes i fa la flor groga. Fan llet però no és tòxica, sí amargant. Es diferencia de la dent de lleó perquè té una tija que puja i es ramifica.



Tastem allò que hem collit



Visitem la Font de Montorsí



Adiantum capillus veneris
(falguera de font)

Créixens

Api silvestre

Enciamet de font



Seguim el camí de retorn a Cal Rosal



Margaridoia

És típica de gespa. La flor es menja.



Herbacol

Serveix per quallar la llet, fer mató i formatge.



Diplotaxis eruroides (ravenissa blanca)

Es menja la flor crua. Al cap del temps va picant cada cop més. Recorda el gust del wasabi. Es pot fer una vinagreta.



Seguim el camí de retorn a Cal Rosal



Allium sp (all silvestre)
Fa una flor molt bonica.



Papaver rhoeas (rosella)
Les fulles són molt bones, i es poden posar a l'amanida.

Seguim el camí de retorn a Cal Rosal



Al voltant de les cases sempre hi ha plantes com el llorer o la figuera. La cendra de la fusta de la figuera anava bé per fer sabó (similar a la sosa càustica).



Satureja (sajolida)
És fresca i molt bona. Es pot posar en un entrepà, a la pizza... És desinfectant.



Silene vulgaris (colitxos)
És molt bona. Crua, amb truita, a les amanides, etc.

Més informació

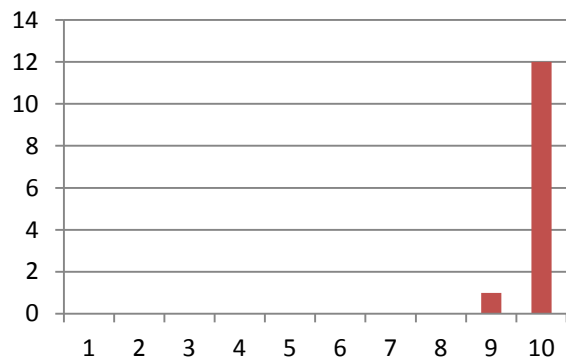


- **Eixarcolar = birbar:** Arrencar les herbes dels sembrats, els horts, etc.
- <https://eixarcolant.cat/>
- App PlantNet
- Llibre “Diviértete con las plantas”, de Alícia Cirujeda.
- Vídeo interessant:
<https://www.youtube.com/watch?v=85Oc6AF36iQ>

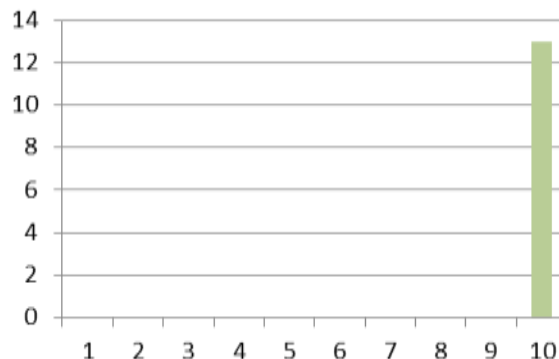
Valorem per millorar



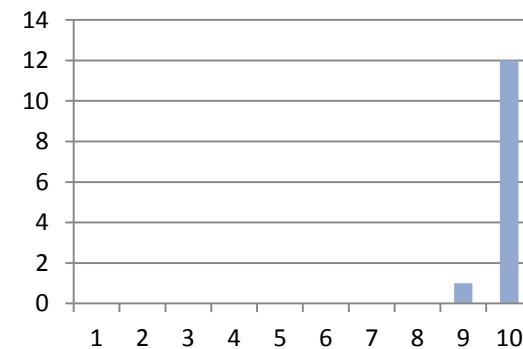
Estàs satisfet de l'organització?



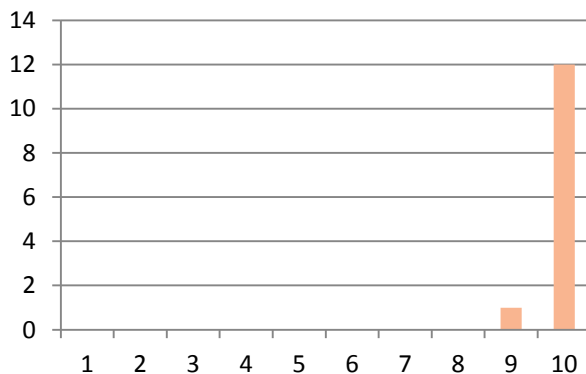
T'has sentit ben acollit?



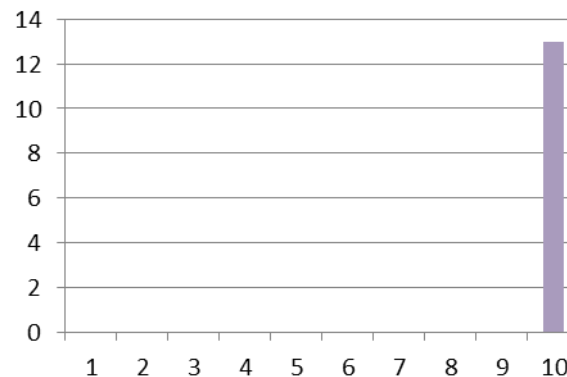
Valoració formació i dinàmica



Valoració espais utilitzats



Valoració general jornada



Valorem per millorar



Suggeriments per millorar

- Molt bé, no cal millorar.
- M'ha agradat molt tot.
- Repetir-la.

Època de l'any més adient

- Per la primavera hi ha més flor.
- Millor cap a la primavera.
- El formador sap aprofitar totes les èpoques.
- Una per a cada estació de l'any!
- Aquesta època va molt bé.
- Totes.

Aprenentatges adquirits o consolidats

- He conegut noves plantes i les seves propietats i utilitats.
- Ampliar coneixement de l'entorn.
- Diferents funcions de les plantes silvestres: cuina, decoració, etc.
- Relacionar plantes amb les persones.
- Moltes plantes que no sabia que eren comestibles.
- Coneixements de plantes que desconeixia.
- Relació de l'espai mediambiental amb la gent.
- Plantes silvestres comestibles.
- Relació dels humans amb el medi ambient natural i l'alimentació / aprofitament natural.
- Valoro les aplicacions pedagògiques que aporta en cada moment.
- El gran valor botànic del nostre entorn.
- Valor culinari de totes les plantes.
- Fa venir ganes de fer més sortides i aprendre més.

C FEDAC Prats de Prats de Lluçanès
ZER Berguedà Centre
INS Guillem de Berguedà de Berga
ESC Alfred Mata de Puig-reig
ESC d'Olvan – ZER Baix Berguedà
SI Cardener de Sant Joan de Vilatorrada
ESC Les Basseroles de Sant Miquel de Balenyà
ESC Pompeu Fabra de Manlleu
C Maristes d'Igualada



**Moltes coses renaixeran de les
que ja havien caigut en desús.**

Horaci

