NOTÍCIA

20 julho 2023
DCIPT

Acerca sobre Plantas aromáticas e comestíveis

Biblioteca Municipal promoveu sessão com Isilda Gentil



Mais de quarenta pessoas assistiram, ontem, dia 19 de julho, à sessão das Tardes Comunitárias dedicada ao tema “Plantas aromáticas e comestíveis: uma dádiva da Natureza”. Promovida pela Biblioteca Municipal, a iniciativa contou com a apresentação de Isilda Gentil e acolheu bastante interesse junto do público.
A oradora apresentou várias exemplares de plantas e flores naturais, assim como imagens de muitas outras, que utiliza para várias áreas, designadamente para a confeção de receitas culinárias, chás, xaropes e pomadas. Isilda gentil teve oportunidade de revelar algumas propriedades terapêuticas destes espécimes, assim como formas e locais de recolha e conservação caseira.
No decurso da sessão os participantes puderam questionaram Isilda Gentil sobre esta interessante temática, iniciativa que contou ainda com espaço para a partilha de informações entre os participantes.
Isilda Gentil nasceu em Coimbra e reside em Vila Nova, Outil. Cresceu nesta aldeia rodeada pela Natureza, que sempre respeitou, e onde foi buscar os seus frutos. Aprendeu, ainda muito jovem, com familiares mais velhos, a recorrer à utilização de plantas medicinais para tratar problemas de saúde simples. O fascínio pelas plantas fez crescer em si o gosto por conhecer as suas propriedades medicinais e como estas podem ser úteis na elaboração de infusões reconfortantes ou como complemento de uma alimentação saudável.
Em Tardes ComunitáriasNesse âmbito, todas as quartas-feiras, entre as 14h30 e as 17h30, irão decorrer ações que podem incidir em exercícios de ginástica e outros desportos ou em debates em torno de matérias tão diversificadas como a saúde e segurança, literatura, artes plásticas, turismo e a proteção civil, entre outras, nalguns casos a partir da análise de documentos ou da

projeção de filmes. Por outro lado, estão previstas atividades de acentuada componente lúdica, como visitas guiadas, debates literários, ou apenas convívio social ativo.
Os interessados podem comparecer livremente à primeira edição, durante a qual devem formalizar a sua inscrição, o que é possível fazer também na Casa Francisco Pinto, na Rua António José de Almeida nº 3, em Cantanhede, ou através do tlf. 231 410 123 e do e-mail tardescomunitarias@cm-cantanhede.pt.O programa terá, assim, uma componente didática e formativa destinada a estimular o interesse de quem dispõe de tempo, mas que geralmente dispõe de grandes oportunidades de ocupação a esse nível.
Na prática, o que se pretende é “Dar Mais Vida aos Anos” proporcionando oportunidades de valorização e realização pessoal para um público com mais de 55 anos e percursos de vida diversificados, através de encontros em que é dada também a possibilidade de partilharem a sua experiência e saber com outras pessoas.