

ARAZO EGOERA

SENDABELARRA, NATURAKO ALTXOR EZEZAGUNA

ARLOA: Natur zientziak, gizarte zientziak, euskara

MAILA: DBH osoa

2030 AGENDA KO HELBURUAK

Jarduera honekin 2030 Agendaren Garapen Iraunkorrerako Helburu hauek lantzen dira:



TESTUINGURUA

Gizakion osasunak sekulako **garrantzia hartu** duen garaiotan, farmazietan jendea gainezka eta osasuna zaintzeko naturako baliabideak, bide ertzean guri begira daudenean, **gure arbasoek utzitako ondarea**z gogoratzea interesgarria litzateke.

Izan ere, **gure arbasoak, gertuko naturatik bizi** ziren, tentuz erreparatzen zioten gure inguruko sendabelarrei ere eta horrexegatik, zekiten...zekitena.

Naturan hezten

Norbera ahalduntzeko eta **norberaren zainketan autonomiaren bidea urratzeko** betidanik hor izan ditugu, **sendabelarrak**. Baina ez diegu **aitortu**, merezi duten **balioa**. Asko daukate erakusteko, baina ikasteko prest egon behar gara, goitikan harro begiratu ordez.

Sendabelarrei buruz ikasteko aukera daukagu, **belaunaldiz belaunaldi, debeku eta bazterketak gaindituta**, jakintzaren transmisio hori mantenduarazi duten, makina bat **ikerlari eta jakintsuei esker**.

ARAZOA

Herriko farmaziak, arazo batzuek medio, greba aldi luze bati ekin diote.

Beraz, herritar talde bat bildu da, honi irtenbidea eman nahian. Helburu nagusia, herriko **osasun arazoei**, inguruko **sendabelarrak erabiliz irtenbidea ematea** da. Horretarako, **boluntario talde bat** osatu nahian dabilta.

Animatzen al zarete talde horretako partaide izatera?

XEDEA

Sendabelarren inguruko **informazio bilketa**, iturri ezberdinak erabiliz. Behaketa bidez, inguru hurbilean hazten diren **sendabelarrak identifikatzea**, bere ezaugarriak ezagutu eta erabileran sakontzea. Era horretara, **norbera ahaldundu** eta **norberaren zainketan, autonomiaren bidean pausoak ematea**.

HELBURUAK

- **Sendabelarren inguruan informazio bilketa**, inguruko adineko pertsonei, gaiaren inguruan jakitun direnei elkarrizketa eginez, liburuak kontsultatuz, internet,...
- Gure inguruan hazten diren **sendabelarren ezaugarriak behatu** eta euren **identifikazioa egitea**.
- Sendabelarren **erabilera moduak ezagutu** eta **praktikan jartzea**.
- **Sendabelarren balioaz ohartzea** eta jakintza honek **historian izan duen bilakaeraren hausnarketa** egitea.

ATAZA

Gure inguruan hazten diren sendabelarrak gertutik ezagutu eta erabilera moduak landu.

JARRAIBIDEAK

- Gure inguruan hazten diren sendabelarren inguruko informazioa jasotzeko, adineko pertsoneri edo horretan jakitunak direnei, elkarrizketak egitea. Horretarako, etxez etxe ibiliko den **bilduma ibiltari bat** sortzea, gomendagarria da. Bilduma honek, aurrekoek erantsi dutena ezagutzeaz gain, informazio berria gehitzeko aukera ematen baitu.
- Aurreko bilduma osatzeko, **beste informazio iturriak** ere erabili daitezke, bereziki identifikaziorako erabilgarri izan daitezkeenak:

Hona hemen, liburu interesgarri batzuk:

- Sendabelarrek dakitena liburua, Garbiñe Larrea.
 - Xendabelarrak. Legorretako udala.
 - Senda-belarrak. Mariano Ostolaize.
-
- Irteera baten bidez, inguruan diren sendabelarren **behaketa egitea**. Identifikaziorako liburu edo fitxak, guraizeak, poltsa, koadernoak eta arkatza eramatea gomendagarria da.
 - Behin, sendabelarrak aukeratu direnean, taldeka antolatu daitezke. Talde bakoitzak, sendabelarra aurrez aurre duenean, landarearen ezaugarrien deskribapena egin dezake, marrazki baten laguntzarekin.

Naturan hezten

- Sendabelarra modu sakonagoan aztertu daiteke ondorengo **atalak aztertuz, eta horma irudi** batean bilduz:
 - Izen herrikoia
 - Izen zientifikoa (latinez).
 - Deskribapena
 - Atal erabilgarriak
 - Erabilpena
 - Kontuz ibili beharreko aipamenak
- Ondoren, talde bakoitzak bere **sendabelarraren aurkezpena** egingo du.
- Sendabelarren erabilerak ezagutzeko eta sukaldatzeko aukera izan ezker, **ukendua egitea** gomendatzen da. Aurrez aipatutako liburuetan informazio aurki daiteke.
- Sendabelarren inguruko **hausnarketa egitea**: gaur egungo osasun egoera, sendabelarren presentzia egunerokotasunean, historian zehar eduki duten balioa, bilakaera, jarduera egin aurretik eta ondoren sendabelarrei buruz zuten perspektiba nola aldatu den,...