

# MILFULLES

Número 6

## JUNTA DIRECTIVA

President: [Caralt Rafecas, Francesc](#)  
 Secretari: [Coll Bosch, Joan](#)  
 Tresorera: [García Zafra, Isabel](#)  
 Vocal d'història: [Bernat López, Pasqual](#)  
 Vocal de botànica: [Pérez Bosque, Daniel](#)  
 Vocal d'etnobotànica: [Oliva Casas, Anna M.](#)

## GRUP DE TREBALL D'EDITORS

Responsable: [Oliva Casas, Anna M.](#)  
 Coordinació: -  
 Membres:

[Bianchi, Sabina](#)  
[Bosquet Muncunill, Anna](#)  
[Burguera Martín, Carles](#)  
[Caralt Rafecas, Francesc](#)  
[Figueras Moreu, Guillem](#)  
[Filippi, Natacha](#)  
[Gras Mas, Airy](#)  
[Sanglas Oliva, Ariadna](#)

## GRUP DE TREBALL MAQUETACIÓ

Responsable: [Caralt Rafecas, Francesc](#)  
 Coordinació: [Carreras Junqué, Anna](#)  
 Membres:  
[Molera Reig, Sílvia](#)  
[Oliva Casas, Anna M.](#)

## SUPERVISIÓ DE TEXTOS I ASSESSORAMENT

[Garnatje Roca, Teresa](#)  
[Vallès Xirau, Joan](#)

## SUPERVISIÓ LINGÜÍSTICA

[Masachs González, Raimon](#)

## CORRECTORS LINGÜÍSTICS

[Giner Rourich, Matilde](#)  
[Fort Mercadé, Elena](#)  
[Ribas Ballestín, Pau](#)  
[Viladàs Ollé, Helena](#)

## AUTORS DELS ARTICLES

[Àssociació Mediambiental la Sínia](#)  
[Barres González, Laia](#)  
[Bustos, Iolanda](#)  
[Caralt Rafecas, Francesc](#)  
[Carballido, Elisenda](#)  
[Cartanyà, Joan](#)  
[D'Ambrosio Palau, Ugo](#)  
[Enrich, Montserrat](#)  
[García Giménez, Sònia](#)  
[Garnatje Roca, Teresa](#)

## EL RACÓ DEL SOCI

- 7 **El Grup Local del Moianès de Flora Catalana**  
*Grup Local del Moianès*

## BOTÀNICA

- 12 **Els bancs de llavors**  
 Un reservori de diversitat botànica.  
*Laia Barres González*

## CULTIU

- 16 **Safrà, flor d'un dia**  
*Joan Cartanyà*

## ENTREVISTA

- 21 **Carme Bosch i Cebrian**  
*Airy Gras Mas*

## HISTÒRIA

- 29 **Mary Agnes Chase**  
 Botànica apassionada i sufragista compromesa.  
*Sònia García Jiménez*

## LA LÀMINA

- 34 **Gavarrera (*Rosa canina*)**  
*Mercè Serra Valls*

## ETNOBOTÀNICA

- 35 **Els amazics i les plantes**  
 Paisatges culturals a l'Alt Atlas marroquí.  
*Ugo D'Ambrosio Palau i Irene Teixidor Toneu*

- 40 **MÈTODES D'EXTRACCIÓ DE PRINCIPIS ACTIUS.**  
**La maceració.**  
 Extractes administrats per via oral, no cosmètics ni alimentaris.  
*Astrid van Ginkel*

- 52 **TEIXEIX LIGAMS AMB LES PLANTES. Teixir amb balca.**  
**L'art d'embalcar.**  
*Josep Mercader Blanco*

## CUINA

- 57 **Flors de tardor a la cuina**  
*Iolanda Bustos*

## EDUCACIÓ

- 60 **Recuperant espais i hàbitats a les platges de Tamarit i el Vinyet.**  
*Associació Mediambiental la Sínia.*

- 64 **ON ANAR**  
**Jardí Bauma.**  
*M. Rosa Heras Fortuny*

# MILFULLES

Número 6

Gras Mas, Airy  
 Grup Local del Moianès  
 Heras Fortuny, M. Rosa  
 Marmi Fuentes, Lluís  
 Mercader Blanco, Josep  
 Moreno Madrid, David  
 Oliva Casas, Anna M.  
 Parada, Montse  
 Pomés Casas, Montse  
 Teixidor Toneu, Irene  
 Vallès Xirau, Joan  
 van Ginkel, Astrid

## IMATGES I IL·LUSTRACIONS

Aixart, Míriam  
 Arxiu Fundació Carl Faust  
 Associació Mediambiental la Sínia  
 Barres González, Laia  
 Bellia, Giada  
 Bustos, Iolanda  
 Cartanyà, Joan  
 Fernández Giner, Joan Josep  
 Grup Local del Moianès  
 Gulau, Nicole  
 Heras Fortuny, M. Rosa  
 Mercader Blanco, Josep  
 Obré, Jaissa  
 Oliva Casas, Anna M.  
 Oliveras i Puig, Josep M.  
 Serra Valls, Mercè (secció «La làmina»)  
 Tekguc, Inanç  
 van Ginkel, Astrid  
 Verdaguer, Montse

## IMATGES DE PORTADA

Oliva Casas, Anna M.

MILFULLES  
 ISSN: 2696-1105  
 Número 6  
 Setembre de 2021  
 Editat per Flora Catalana  
 Llicència: [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

Responsabilitat i precaució amb les plantes

## RECURSOS

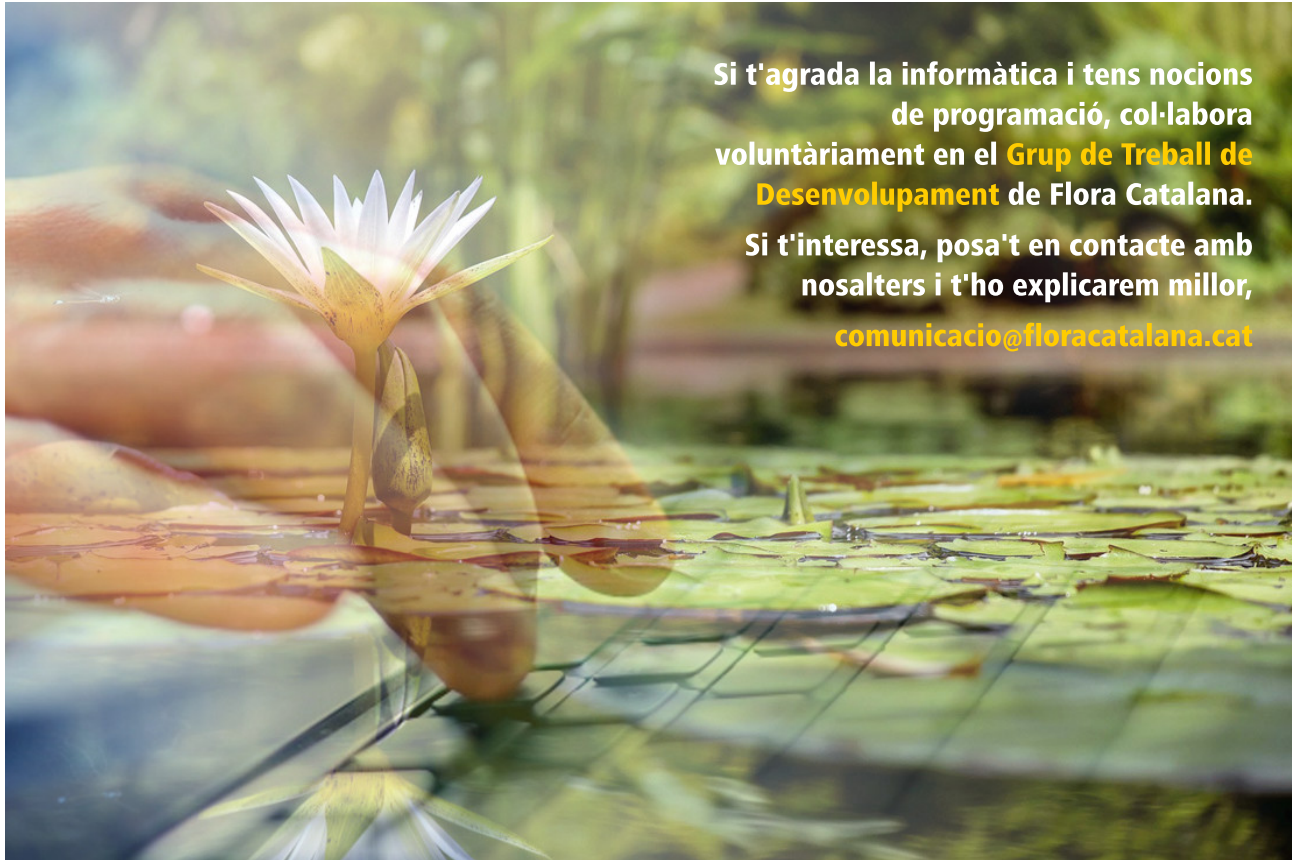
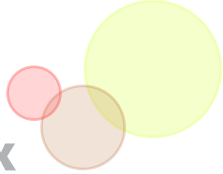
- 70 **Ressenya: Flors i violes. Un jardinet a casa**  
*Lluís Marmi Fuentes*
- 70 **Ressenya: Les flors de la muntanya**  
*Lluís Marmi Fuentes*
- 71 **Ressenya: El jardín del Prado**  
*David Moreno Madrid*
- 73 **Ressenya: L'hort biològic. Com construir i gaudir d'un ecosistema ple de vida.**  
 Com construir i gaudir d'un ecosistema ple de vida.  
*Francesc Caralt Rafecas*
- 74 **Web: Etnobotànica dels Països Catalans.**  
 La web que recull el coneixement popular sobre plantes als territoris de llengua catalana.  
*Teresa Garnatje, Airy Gras, Montse Parada, Joan Vallès*
- 77 **La col·lecció "Bones Herbes".**  
 Llibres per a conèixer millor les plantes més tradicionals.  
*Elisenda Carballido, Montserrat Enrich*
- 80 **Ressenya: Plantes medicinals de Catalunya".**  
*Ugo D'Ambrosio, Teresa Garnatje, Airy Gras, Montse Parada, Joan Vallès*

**Si vols escriure un o diversos articles a la nostra revista, envia'ns un correu electrònic a [comunciacio@floracatalana.cat](mailto:comunciacio@floracatalana.cat) i contactarem amb tu.**



Si t'agraden les xarxes socials i comunicar, col·labora voluntàriament amb el **Grup de Treball de Comunicació** de Flora Catalana.

Si t'interessa, posa't en contacte amb nosaltres i t'ho explicarem millor [comunciacio@floracatalana.cat](mailto:comunciacio@floracatalana.cat)



Si t'agrada la informàtica i tens nocions de programació, col·labora voluntàriament en el **Grup de Treball de Desenvolupament** de Flora Catalana.

Si t'interessa, posa't en contacte amb nosalters i t'ho explicarem millor, [comunicacio@floracatalana.cat](mailto:comunicacio@floracatalana.cat)

#### SOBRE ELS NOMS CIENTÍFICS

Els noms científics emprats en aquesta publicació són els que s'utilitzen a l'obra Flora Manual del Paísos Catalans (Bolós, Vigo, Masalles & Ninot: 3a. Ed. 2005). Per a aquells noms científics de l'obra esmentada que no coincideixin amb els publicats a The Plant List (<http://www.theplantlist.org/>), s'inclouen tots dos noms a la redacció dels articles.

#### SOBRE LA RESPONSABILITAT DELS AUTORS

Les idees i arguments que els autors fan palesos en els seus articles són responsabilitat seva i, conseqüentment, no reflecteixen necessàriament l'opinió de l'associació Flora Catalana ni del seu Grup de Treball d'Editors.

#### SOBRE LA PERILLOSITAT DE LES PLANTES

És important recordar que les plantes no són innòcues. Tot i ser productes naturals, poden tenir efectes adversos no desitjats que, fins i tot, poden arribar a ser mortals. S'ha de tenir en compte que algunes plantes medicinals poden augmentar o disminuir l'eficàcia d'altres medicaments de síntesi. Cal que anem amb compte i, en cas de dubte, consultem sempre el metge.

#### SOBRE LA RECOL·LECCIÓ DE PLANTES

La recol·lecció descontrolada o forassenyada de plantes, en estat natural, és una pràctica que en malmet el cicle de vida i alhora interfereix notablement en l'equilibri de l'ecosistema del qual formen part. La recol·lecció moderada també pot tenir el mateix efecte quan és practicada per molta gent. És per això que recomanem el cultiu d'aquelles espècies que siguin necessàries per a l'ús i consum personal. D'aquesta manera, entre tots, contribuïrem a la qualitat, perdurabilitat i sostenibilitat del nostre entorn.

## MILFULLES

EL SUPLEMENT



Responsabilitat i precaució amb les plantes

