**WIE\_2021\_ Baryczańska APTEKA \_ Regionalny Konkurs o Dolinie Baryczy\_ Weronika Fidelak, Julia Precz kl. VIII\_S.P. w Dębnicy**

**Spis slajdów**

DZIURAWIEC ZWYCZAJNY

Naturalnie występuje w Europie, zachodniej Azji, północnej Afryce,

siedlisko: murawy, łąki, skraje lasów, przydroża, zarośla,

kwiaty: barwa żółta, zapylane przez owady,

owoc: torebka,

liście: ulistnienie naprzeciwległe, blaszka eliptyczna i równowąska,

sekrety rośliny: liście są kropkowane w prześwitujących kropkach są zbiorniki olejków eterycznych.

ZASTOSOWANIE LECZNICZE

pomaga przy bezsenności, pobudza trawienie, działa moczopędnie, działa przeciwzapalnie i dezynfekcyjnie.

OLEJ Z DZIURAWCA

1. Umieść zioła na dnie słoika, lekko rozgnieć i opcjonalnie spryskaj spirytusem.

2. Zalej dziurawiec oliwą z oliwek tak, żeby przykryć go całkowicie. Nie zapomnij wstrząsać miksturą co jakiś czas.

3. Zostaw całość na okres 2-3 tygodni w ciepłym miejscu.

Po tym okresie olej powinien zrobić się czerwony.

4. Teraz odciśnij kwiaty. Zrób to stosując drobne sitko. Wylej na nie zawartość słoika, a pozostałe kwiaty dziurawca wyciśnij dokładnie zbierając olej.

POKRZYWA ZWYCZAJNA

występuje w Europie, Azji, Afryce Północnej, Ameryce Północnej,

siedlisko: wilgotne lasy, zarośla, przydroża, nieużytki ,

kwiaty: barwa zielona, zapylane przez wiatr,

owoc: orzeszek,

liście: ulistnienie nakrzyżległe, podługowata blaszka,

sekrety rośliny: jest rośliną dwupienną, jest żywicielem pasożytniczej kanianki pospolitej.

ZASTOSOWANIE LECZNICZE

bogata w witaminy i pierwiastki, pobudza przemianę materii, wykorzystywana do produkcji kremów i maseczek.

SYROP Z POKRZYWY

1. Liście bez łodyg zalewamy letnią przegotowaną wodą i odstawiamy na 1 dobę.

2. Następnego dnia odlewamy wodę z pokrzyw do garnka, wyciskamy sok z pokrzyw i dodajemy kwasek cytrynowy oraz cukier.

3. Gotujemy około 10 minut. Przelewamy do czystych wyparzonych słoiczków.

4. Pasteryzujemy ok. 5 minut.

Składniki:

400 liści z pokrzywy

2 kg cukru

40 g kwasku cytrynowego

3 l wody przegotowanej

RDEST WĘŻOWNIK

występuje w Europie i Azji

siedlisko: wilgotne łąki

kwiaty: barwa różowa, zapylany przez owady

owoce: orzeszek

liście: ulistnienie skrętoległe, blaszka jajowato-lancetowata, zaostrzona

sekrety rośliny: jest żywicielem rzadkiego motyla, posiada grube kłącze, które wije się wężowato (stąd nazwa)

NAPAR Z RDESTU:

Łyżkę rozdrobnionego ziela parzymy kwadrans w szklance wrzątku.

Przyjmuje się 3 razy dziennie po 2-3 łyżki przed jedzeniem w zapobieganiu powikłań cukrzycy. 1-2 razy dziennie po 1/2 szklanki poleca się osobom starszym jako „eliksir młodości”. Wzmacnia kości, chroni przed demineralizacją, opóźnia procesy starzenia.

ZASTOSOWANIE LECZNICZE

działanie przeciwzapalne, przeciwkrwotoczne, przeciwbakteryjne, stosowana w leczeniu schorzeń układu pokarmowego.

Kłącze rdestu wężownika wykazuje przede wszystkim właściwości ściągające, przeciwkrwotoczne i krwiohamujące.

RUMIANEK POSPOLITY

Występuje w Europie oraz na terenie Uralu, Kaukazu, Azji Mniejszej, Iranu, Afganistanu i Indii,

siedlisko: pola, przydroża, nieużytki,

kwiaty: barwa biała i żółta,

owoc: niełupka,

liście: ulistnienie skrętoległe, blaszka pierzastodzielna,

sekrety rośliny: wydziela olejki eteryczne.

ZASTOSOWANIE LECZNICZE

Środek przeciwzapalny i przeciwskurczowy układu pokarmowego, przeciwdziała stanom zapalnym skóry, napary pije się jako herbatę.

HERBATA RUMIANKOWA:

1. Jedną łyżkę świeżych lub suszonych kwiatów rumianku należy zalać szklanką bardzo

gorącej, ale nie wrzącej wody.

2. Następnie należy zostawić napój na 10-15 minut.

3. Po tym czasie należy wywar przelać przez sitko, oddzielając susz od napoju.

**PODSUMOWANIE**

Kiedy zobaczyłyśmy tytuł konkursu zastanawiałyśmy się jak ma wyglądać nasza praca?

Rozpoznawanie roślin w ich naturalnym środowisku to podstawa i dopiero wiedząc z jaką rośliną mamy do czynienia, możemy mówić o ich właściwościach leczniczych. I tak to przedstawiłyśmy w naszej prezentacji.

Chciałyśmy przekazać również, jakie wartości posiadają rośliny rosnące wokół nas –zapomniane i często wyparte przez leki syntetyczne. Leki z natury wracają do łask człowieka. Życzymy zdrowia z Barczyńskiej APTEKI

**SPIS TREŚCI:**

1. Tytuł pracy

2. Dziurawiec zwyczajny-opis

3. Zastosowania, przepis na olej z dziurawca

4. Pokrzywa zwyczajna-opis

5. Zastosowania, przepis na syrop z pokrzywy

6. Rdest wężownik-opis

7. Zastosowanie, przepis na napar z rdestu

8. Rumianek pospolity-opis

9. Zastosowanie, przepis na herbatę rumiankową

10. Spis treści, posumowanie, źródła

**Źródła:**

Pawłowska J, Pawłowski J, Atlas Roślin Doliny Baryczy, wydaw. Stowarzyszenie „Partnerstwo dla Doliny Baryczy”

https://www.przyslijprzepis.pl/przepis/syrop-z-pokrzywy-4

https://www.pracowniaziol.pl/olej-z-dziurawca/

https://zdrowie.radiozet.pl/W-zdrowym-ciele/Zdrowe-zywienie/Ziola/Rumianek-napar-z-rumianku-na-oczy-na-wlosy.- Wlasciwosci-zastosowanie