**JAHODA OBYČAJNÁ**



**Kde ju nájdeš?** V lese, na okraji lesa, pri ceste aj v záhradách.

**Čo sa zbiera?** Plody, mladé listy a kvety.

**Kedy sa zbiera (kalendárny mesiac)?**

| J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |

**Na čo sa zbiera?** Na čaje a do jedla.

**Magické vlastnosti:** Používa sa pri ľahkých žalúdočných a črevných poruchách a hnačkách.

**Zaujímavosti:** 100 g drobných jahôdok obsahuje 60 mg vitamínu C, čo je viac ako

v záhradných jahodách.

**ŽIHĽAVA DVOJDOMÁ**



**Iné mená:** pŕhľava, kopriva

**Kde ju nájdeš?** Na záhrade, pri lese, pri cestách, na medziach.

**Čo sa zbiera?** Listy a výhonky, korene, semienka.

**Kedy sa zbiera?**

| J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |

**Na čo sa zbiera?** Na čaje, do jedla a kozmetiky, na zálievku.

**Magické vlastnosti:** Podporuje krvotvorbu, čistí krv, používa sa pri očistných kúrach a ako prevencia mnohých chorôb.

**Zaujímavosti:** V dávnych dobách používali ľudia veľa bylín na magické rituály. Zbierali a sušili napríklad žihľavu, aby ju potom hodili do ohňa na udobrenie bohov alebo ako ochranu pred zlým počasím. Zo žihľavy sa v minulosti vyrábali vlákna a z nich plátno.

**REBRÍČEK OBYČAJNÝ**

****

**Iné mená:** myší chvost, stolistník

**Kde ju nájdeš?** Na lúkach, pasienkoch a okrajoch ciest.

**Čo sa zbiera?** Listy a kvety.

**Kedy sa zbiera?**

| J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |

**Na čo sa zbiera?** Na čaje a do jedla.

**Magické vlastnosti:** Používa sa na zastavenie krvácania, proti kŕčom, tlmí zápaly a žalúdočné problémy.

**Zaujímavosti:** Rebríčkom zvykli pastieri ošetrovať zranenia svojich zvierat.