



## Pracovní list - Poznáváme naše léčivé bylinky

Léčivé bylinky nám pomáhají při kašli, bolení v krku, bolestech břicha i na odřeniny a řadu dalších potíží. Lidé je odjakživa sbírali a sušili nebo chodili za babkou kořenářkou, která jim poradila a bylinky prodávala. Dnes už sice máme na nemoci pana doktora, ale i tak nám bylinky mohou stále pomáhat k uzdravení. Nezapomínejme na ně!



### Úkol

Jako léčivé části rostlin se sbírají:

- květy
- plody
- listy
- kořeny
- kůra

Zakroužkuj sáčky, kde jsou tyto části rostlin nasbírány, a zkus říct, o jakou část rostliny se jedná.





do těchto políček napiš čísla bylinek

1. sedmikráska chudobka
2. pampeliška lékařská
3. jitrocel kopinatý
4. kostival lékařský
5. heřmánek pravý
6. třezalka tečkovaná
7. lípa velkolistá
8. řebříček obecný
9. kopřiva dvoudomá



Bylinkářka zjistila, že už jí doma scházejí některé bylinky. Sepsala si jejich seznam a vydala se s košíkem na louky a pole, i ke kraji lesa, aby těch 9 léčivých bylin nasbírala.

**Úkol** Do koleček pod obrázky bylinek napiš správně čísla ze seznamu bylinek a bylinky správně vybarví. Na pomoc si vezmi barevný atlas rostlin, průvodce léčivými rostlinami, nebo se podívej dobře na obrázek bylinkářky hned vedle.

## Poznáváme naše léčivé bylinky



### Úkol

Zkontroluj na obrázku bylinkářky, zda našla všechny bylinky, které jsou v kolečkách na vedlejší straně. Najdeš na jejím obrázku i další rostliny, které na seznamu a mezi obrázky v kolečkách nebyly? Uměl bys je pojmenovat?





# Jak skřítkové vařili pampeliškový med

Z bylinek se dají připravovat čaje, sirupy, likéry, mastičky a další léčivé prostředky.

Dětem asi nejvíce chutnají bylinkové sladké sirupy a medy.

Zkusíš si doma také uvařit pampeliškový med?

1. Na louce posbírám pampeliškové květy a očistím je od broučků.



## Úkol

Pozorně si prohlédni obrázky a přečti rady skřítků. Až pokvetou pampelišky, budeš už vědět, jak si takový pampeliškový med uvařit.

Pokud pampelišky ještě nerostou, dobarvi si zatím obrázek.

2. Očištěné květy dám do hrnce s vodou a přidám k nim omytý a nakrájený citrón. Všechno krátce povařím a nechám do druhého dne odpočinout.

4. Hotový med ochutnávám a nalévám do skleniček, které schovám v chladu na zimu.

3. Přes cedník vše přeliji do nového hrnce. Květy odnesu žížalám na kompost a zlatavou vodu z pampelišek smíchám s cukrem a vařím a míchám, dokud nezhoustne.



Co potřebuješ pro výrobu pampeliškového medu:  
200 květů pampelišek  
1 citrón  
1 kg cukru – 1 pytlík  
1 litr vody – 4 hrnky

Vydala obecně prospěšná společnost České Švýcarsko  
Křínické nám. 1161/10, 407 46 Krásná Lípa  
www.ceskesvycarsko.cz

Autorka ilustrací: Jitka Šobrová • Grafické zpracování:  
TR-DESIGN • Námět a text: Jarmila a Jakub Judovi

Materiál nemusí vyžadovat stanovisko SFŽP a MŽP ČR.

Tento materiál vznikl díky projektu: „Poznáváme přírodu Českého Švýcarska“, který byl podpořen SFŽP a MŽP ČR, a díky podpoře projektu Nadace Agrofert „Seniori dětem a děti seniorům“



STÁTNÍ FOND  
ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY

Ministerstvo životního prostředí



NADACE  
AGROFERT



OBECNĚ PROSPĚŠNÁ SPOLEČNOST  
ČESKÉ ŠVÝCARSKO