

ŠOLSKI VRT – JESEN, ZIMA

Naš šolski vrt v teh zimskih mesecih počiva. Prekrila ga je tanka snežna odeja. Zemlja se bo spočila in se pripravila na spomladansko delo.

Zanimivo pa ga je opazovati tudi v tem letnem času. Posajena drevesa kljubujejo mrazu, upamo, da bo spomladi ozelenela tudi živa meja in nam nudila malo miru pred vozili, ki vozijo mimo. Opazujemo tudi ptice, ki preletavajo grede. Zanimivo je bilo opazovati in raziskovati tudi sledi, ki so jih naredili ljudje in nekatere živali.

Pozno v jeseni smo vrt še popleli in pridne roke otrok so skrbno očistile lesene » potke ». Nesli smo jih pod streho, kjer čakajo, da ji spomladi ponovno položimo med posamezne grede.



ŠE ZADNJE ODSTRANJEVANJE PLEVELA



V SLOGI JE MOČ



NA VRTU JE UPORABNA TUDI METLA, ORODJE JE POTREBNO TUDI POSPRAVITI.



ALI BOMO IMELI SREČO Z MOTOVILCEM, BO VARNO ŽIVEL V HLADNIH DNEH IN SI BOMO SPOMLADI PRIVOŠČILI ZDRAVO SKLEDO SVEŽEGA MOTOVILCA?

ZAKAJ SE JE SLEPEC SKRIL V LUKNJO OB VRTU? KAKO ZIMO PREŽIVIJO ŽIVALI?



KAJ SE BO ZGODILO ČEZ ZIMO Z ROŽMARINOM, SIVKO? KAKO PADAJO SENCE?

VSE TO IN ŠE VEČ LAHKO ODKRIVAMO TUDI NA IN OB VRTU.

GRLO, NOS IN ZIMA...

Ste zdravi, se spopadate s prehladom ali celo gripo? Ni nujno, da vedno posežemo po zdravilih, ki jih kupimo v lekarni. » Zdravila » rastejo tudi na vrtu.

Nekaj nasvetov, ki sta jih za vas » izbrskali » Marjeta in Lidija.

Na dihalne poti blagodejno vpliva tudi navadna črna meta, ki zaradi intenzivnega vonja pomirja. Metin čaj je še eden od tistih, ki jih je treba dodati na seznam borcev proti prehladu, meto pa lahko uporabljate tudi za inhalacijo. V ta namen v večjo posodo nalijte liter vroče vode, vanjo zmešajte pest suhih metinih listov, pustite delovati nekaj minut, nato glavo sklonite nad posodo, se pokrijte z brisačo in inhalirajte. Dišečo paro vdihujte okoli deset minut.



PA V NARAVO, MED DREVJE IN TUDI NA SNEG!

Proti prehladu, gripo:

Naredite česnov sirup. Pokuhajte enak delež vode in sladkorja, da dobite sladkorni sirup. Ko je dovolj gost, prenehate s kuhanjem. Ko se sirup nekoliko ohladi, mu dodajte drobno sesekljan česen. Tega mora biti za polovico manj kot je sirupa. Vse skupaj dobro premešajte in prelijte v steklen kozarec.

Hranite na temnem in hladnem. Jejte po eno do dve žlički trikrat na dan. Raztopite v ustih.

V OBSEŽNI RAZISKAVI O PREHLADU IN GRIPI SO UGOTOVILI, DA VSI, KI SO IMELI LE ENEGA ALI NAJVEČ TRI PRIJATELJE, SO VEČ KOT ŠTIRIKRAT HITREJE ZBOLEVALI ZA PREHLADOM ALI GRIPO, KOT TISTI, KI SO IMELI ŠEST ALI VEČ PRAVIH PRIJATELJEV.

Resnično prijateljujte in bolj boste zdravi. VERJAMETE?

VIRI:

<https://www.zurnal24.si/magazin/lepota-telo/caji-ki-odzenejo-prehlad-207820> -
www.zurnal24.si

Narava zdravi; januar 2019; ŠTEVILKA 102

