

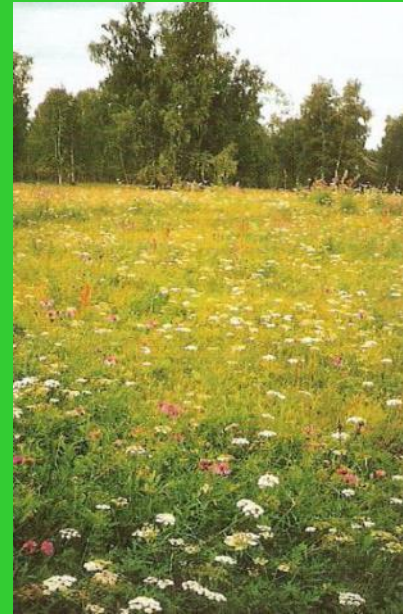
# ЗЕЛЁНАЯ АПТЕКА

Есть в травах и цветах целительная сила

Для всех, умеющих их тайну разгадать.

Вс. Рождественский

Как не хочется болеть,  
Уколы делать и компресс,  
Глотать противные таблетки  
И горькие микстуры пить.  
Но есть спасительное средство,  
И не в лекарствах, а в лесу:  
Зайди в «зелёную аптеку».  
С ней все болезни по плечу.



Клейкие почки,  
Зелёные листочки.

С белой корой  
Стоит под горой.

Берёза



Нет у русского народа краше и милее дерева, чем берёза, белоствольная красавица. Берёза олицетворяет нежность и красоту. С древних времён берёза не только украшала жизнь, но и нужна в быту. Жарко трещали в печи берёзовые дрова, из берёсты делали посуду, на ней писали наши предки. Из берёзы делают мебель, подшипники для машин и многое другое.



Белая берёза под моим окном  
Принакрылась снегом словно серебром.  
На пушистых ветках снежною каймой  
Распустила кисти белой бахромой.  
И стоит берёза словно в тишине  
И горят снежинки в золотом огне.



С лечебной целью используются почки, листья, сок берёзы, а также берёзовый гриб чага. Почки заготавливают ранней весной до распускания. Собирают, а потом сушат в проветриваемом помещении. Листья собирают в мае во время цветения, утром, и сушат в затемнённом месте. Берёзовый сок собирают весной. Используют как витаминное, общеукрепляющее средство. Берёзовый гриб чага употребляют как заменитель чая.



Злая, как волчица,  
Жжётся, как горчица!  
Что это за диво?  
Это же ...

Крапива



Крапива - лекарственное растение. Она может остановить кровотечение, вылечить простуженное горло. Из крапивы можно приготовить не только вкусные, но и полезные блюда. У русского народа сложено немало поговорок о крапиве:

- Жгуча крапива родится, да в щах пригодится.
- Одна крапива заменяет семерых врачей.



Шёл я лугом по тропинке,  
Видел солнце на травинке,  
Но совсем не горячи  
Солнца белые лучи.

Ромашка.



И если случится тебе простудиться,  
Привяжется кашель, поднимется жар,  
Придвинь к себе кружку, в которой  
дымится слегка горьковатый душистый  
отвар. А ещё ромашка применяется при  
желудочных заболеваниях. Она обладает  
и противоаллергическим действием.



Знакомые с детства родные ромашки  
Мы рвём на лужайке у тихой реки.  
Как белые звёзды среди розовой кашки  
Они развернули свои лепестки.

Вся в белое наша полянка одета.  
Качает цветы ветерок на лугу.  
Ромашки! Ромашки! Я знойного лета  
Без вас и представить себя не могу!

Тонкий стебель у дорожки.  
На конце его серёжки.  
На земле лежат листки –  
Маленькие лопушки.  
Нам он, как хороший друг,  
Лечит ранки ног и рук.

Подорожник



Вырастает подорожник,  
Лишь подходит срок,  
На земле сухой и твёрдой  
Около дорог.

Если ты порезал руку  
Или ногу сбил,  
Он тебе залечит рану  
И прибавит сил.

Сток наш «мышиный хвостик» -  
На жаре, в пыли.  
Эта сила и терпенье  
От родной земли.

Подорожник заживляет раны,  
помогает при гастритах и  
язвенной болезни желудка,  
применяется как отхаркивающее  
средство при кашле. Подорожник –  
ваш верный и надёжный друг.



С моего цветка берёт  
Пчёлка самый вкусный мёд,  
А меня всё ж обижают:  
Шкуру тонкую сдирают.

Липа





Липа – красивое дерево с тёмной корой и раскидистой кроной. Цветёт в июне – июле.

Липовый цвет – старинное народное средство при простуде. Ценный медонос.



На припёке у пеньков  
Много тонких стебельков.  
Каждый тонкий стебелёк  
Держит алый огонёк.  
Разгибаем стебельки –  
Собираем огоньки.

Земляника



## Земляника

Что за цветик – невеличка,  
Там белеет, как снежок?  
Это прелесть – земляничка,  
Скромный беленький цветок.

Что алеет на припёку,  
Там, где солнышко так жжёт,  
Полный сладостного соку  
Земляники спелый плод.

И цветком, и в виде ягод  
Земляника всем мила.  
Мы б её нарвали на год  
Только банка бы была!



Земляника лесная – одно из самых старых и популярных растений народной медицины. С лечебной целью используют ягоды и листья растения. Помогает при многих заболеваниях.



## Мать - и - мачеха

Пускай грозят ещё морозы,  
Пусть по утрам на лужах лёд,  
Не страшны поздние морозы:  
Зима назад не повернёт.

Растаял снег. С пригорка льётся  
Вода с игровой быстротой,  
И солнцу радостно смеётся  
В лицо цветочек золотой.



Мать - и – мачеха – лекарственное растение. С лечебной целью используются цветы и листья. Цветёт в мае. Цветки собирают в начале цветения. Листья заготавливают в мае.



Вот ромашка от ангины,  
Горло ею полощи.  
Земляника от простуды,  
Чай скорее завари.

Чистотел лицо отбелит,  
Волос вылечит лопух,  
Ландыш с мятой успокоят  
Тех, кто нервничает тут.

Не забудь про подорожник,  
Пользы много от него:  
Он желудок нам полечит,  
Остановит даже кровь.

Каждый кустик и травинка,  
Корень, ягода, орех –  
Все приносят пользу людям,  
Помогает от всех бед.  
Лес – богатство наше, знай!  
Береги и сохраняй!

