

## Liečivé byliny – Prvosienka jarná

Po veľkonočných prázdninách sme sa stretli v záujmovom krúžku „Liečivé byliny“ a venovali sme sa byline prvosienke jarnej. Naučili sme sa, kedy bylinku máme zberať, ako ju spoznáme, jej charakteristické črty, použitie a liečivé účinky na zdravie. Prvosienka pôsobí odkašliavajúco a odhlieňujúco pri bronchitickom katare, čiernom kašli, astme, chrípke a prechladnutiach. Zmierňuje bolesti pri reumatizme, posilňuje imunitný systém, prečisťuje krv a dýchacie cesty. Zároveň účinkuje utišujúco na nervy pri nespavosti, neurózach, epilepsii, apoplexii.

Žiačky prežili príjemné chvíle pri ochutnávke čaju a naučili sa nové poznatky o prvosienke jarnej. Oddýchli si od každodenných školských povinností a načerpali pozitívnu energiu.

