

*КЛАССНЫЙ ЧАС*  
*«ФИТОБАР»*

**Когда на сердце неспокойно  
станет,  
Когда не в силах совладать с  
собой,  
Побудь в лесу на солнечной  
поляне,  
И все печали снимет как  
рукой.**

**А.К. Целье**

# Чайный домик





*Комната для чаепития*

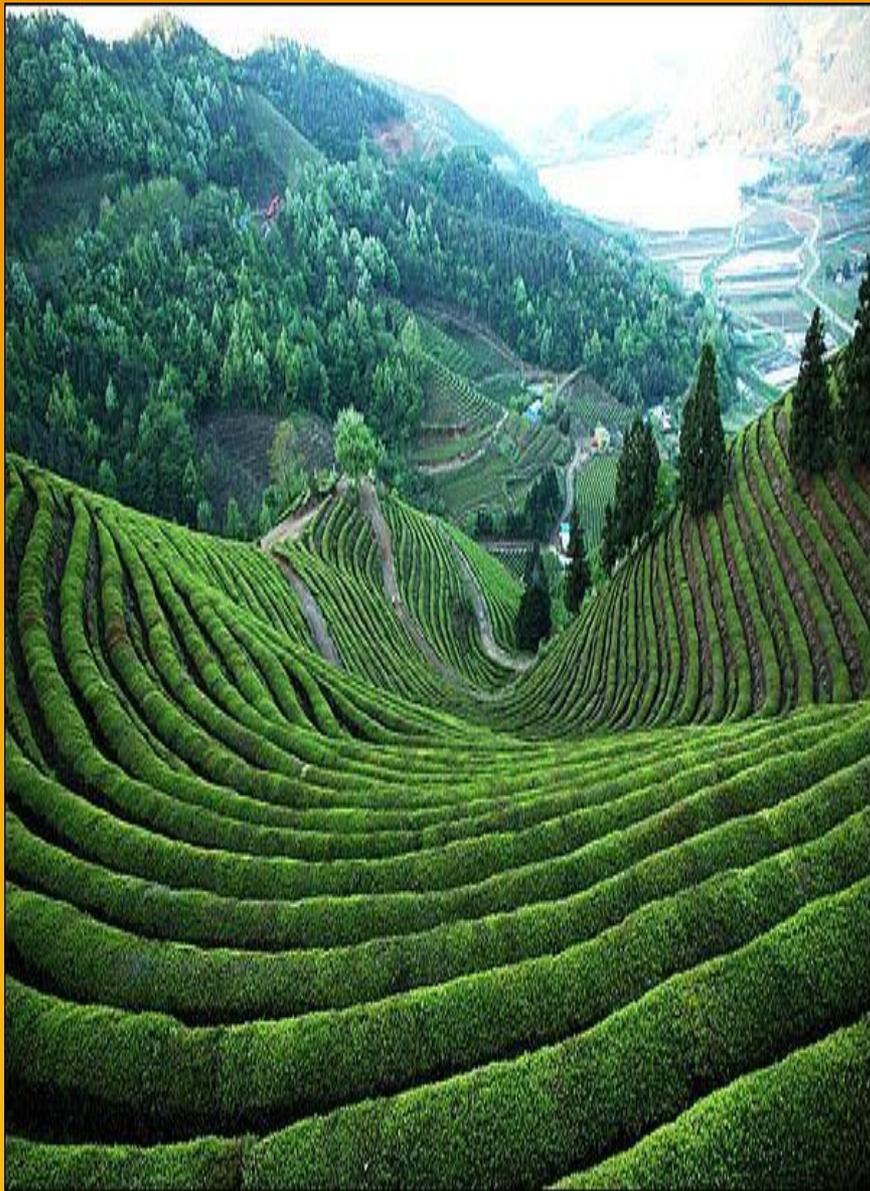
# *Чайпитие в Японии*



# Чайный куст







*Чайные плантации*



Б.М. Кустодиев

**«Пьют чай все, умеют пить  
немногие»**

**«Вчерашний чай хуже  
ядовитой змеи»**

**«Чай пьешь- орлом  
летаешь, водку пьешь-  
свиньей лежишь»**

• Если хворь с кем приключится,  
Чаем можете лечиться.

Чай всех снадобий полезней:

Он в жару нас освежает,

А в морозы согревает,

И сонливость переборет,

И с усталостью поспорит,

Сокрушит любой недуг,

Чай здоровью лучший друг!



Белый крошечный цветочек – для припарок, для примочек



*Лосьон для лица  
«Ромашка»*

*Взять 2 столовые  
ложки ромашки и  
варить 3 мин в 250  
мл воды. Дать  
остыть ,  
процедить и  
ватным тампоном,  
смоченным в  
отваре, протирать  
лицо и шею.*

# Бронхит

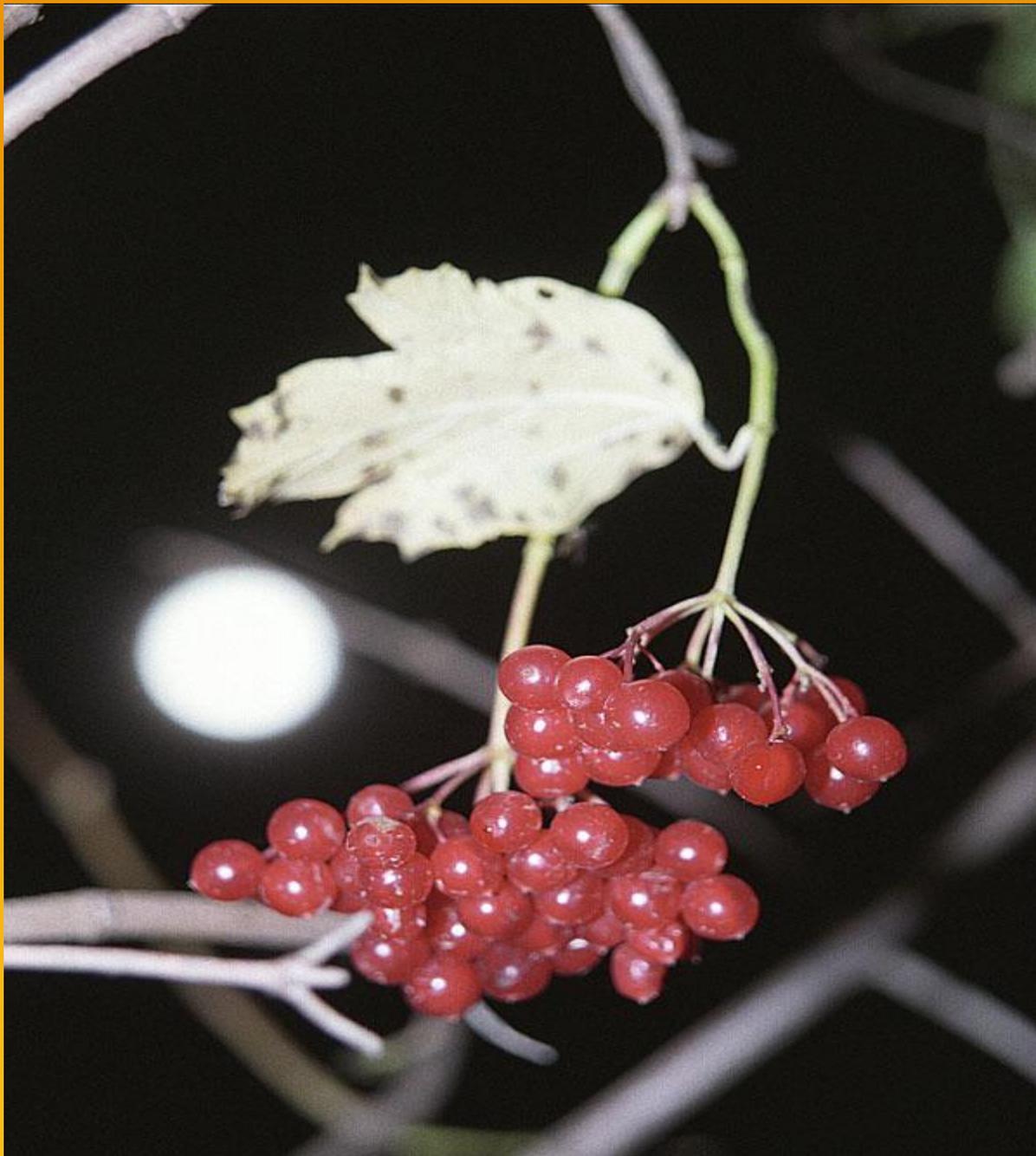
Две части ромашки (цветки), одна часть душицы (трава), две части мать-и-мачехи, измельчить. Две столовые ложки сбора залить 0,5л крутого кипятка, настаивать в термосе 6ч, процедить и пить по полстакана 3 раза в день в теплом виде перед едой.

## Заболевания желудка

Две столовые ложки ромашки (цветки) и две столовые ложки мелиссы(лист) залить 1л кипятка, настаивать 30 мин в термосе. Процедить и принимать теплым, как чай, 3-4 раза в день.



Калина  
обыкновенная



*Настой из ягод  
калины:*

*3-4 столовые  
ложки плодов  
залить 0,5 л  
кипящей воды. В  
настой можно  
добавить сахар  
или мед.*

*Выпивают его  
равными порциями  
в 3-4 приема в  
течении дня.*



Осенью и зимой  
рекомендуется  
принимать сок калины  
по 1-2 столовые ложки  
3-4 раза в день с водой.



Надежда Муравьева

Путника друг- подорожник



*С моего цветка берет  
Пчела самый вкусный мед.*

*Urtica dioica*

**крапива**



# Одуванчик

A close-up photograph of several dandelions in their seed stage. The white, fluffy seed heads are prominent, attached to thin green stems. The background is a lush green field of grass and clover, with some yellow dandelion flowers still visible. The overall scene is bright and natural.

# Шиповник



# Чистотел

*Мать – и – мачеха*



- «Ваша пища должна быть лекарством, а ваше лекарство должно быть пищей» (Гиппократ)
- «Лук в твоих объятиях – проходит всякая болезнь»
- «Если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь».