



## «Луговые травы»

С бабушкой нашей пойдем  
далеко мы  
В луг, где ей всякие травы  
знакомы,  
Руки мелькают, не путаясь в  
травах,  
В тонких и острых, в густых и  
кудрявых.  
Вот от простуды, а вот от  
насады,  
Это от боли спасет головной!  
Мы поучиться у бабушки рады  
Мудрой науке ее травяной.  
Вырастем – травами с нашего  
луга  
Будем лечить, избавлять от  
недуга.  
(Е.Фейерабенд)



Ромашка – оказывает успокаивающее и  
противовоспалительное действие на организм  
человека.



Ромашка поможет при простуде, при болях в животе.



Календула обладает мощным дезинфицирующим, противовоспалительным, успокаивающим и обезболивающим действием.



Календула поможет вылечить ангину, стоматит,  
заживит раны и ожоги.



Одуванчик поможет при болезнях печени,  
простудных заболеваниях.



Одуванчик открывается ровно в 6 часов утра, а  
закрывается в 15.00.





Подорожник – обладает  
противовоспалительным и ранозаживляющим  
действием.



Подорожник быстро остановит кровь и продезинфицирует рану.



Цикорий – усилит аппетит, улучшит пищеварение, успокоит нервную систему.



С давних времен известно об антимикробных, а также противовоспалительных свойствах отвара этой травы, который всегда применялся для заживления ран, а также препятствовал развитию воспалительных процессов.



Шалфей полезен для желудка и кишечника,  
поможет при стоматитах, простудных  
заболеваниях.



Регулярное чаепитие с добавлением в чай листьев шалфея улучшает память, восстанавливает силы, замедляет процессы старения, даже укрепляет кости.



Мята – освежает, успокаивает, помогает  
пищеварению, снимает головную боль.



Чашка мятного чая, выпитая утром, подарит мощный заряд бодрости на весь оставшийся день.  
Вечером такой чай пьют те, кто хочет расслабиться после трудного дня.





Раньше, когда люди шли собирать лекарственные травы, они брали только те травки, которые им были нужны и просили Землю:

***«Матушка, родная земля, знаю: ты щедра.***

***Позволь травушку домой унести,  
здоровье обрести»***

