

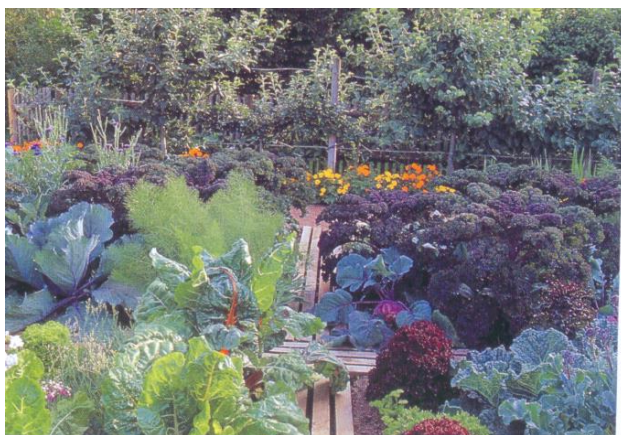
Шарени „кухињски“ врт!

У малом врту, „кухињски“ врт не би требао да изгледа као башта, већ као кутак који ће угодити разним гурманским укусима, али ће и представљати леп приказ за очи. Помоћи ћемо Вам да уз мало умећа, направите шаренолику мешавину од поврћа и зачинских биљака разних боја и облика, између којих је постављено неко цвеће на „ливадски“ начин: невен, кадифа, црњика, мак, сунцокрет, ..., (посебно погодни јер поврћу не одузимају ни пуно места, ни пуно светлости). Препоручујемо добру обраду земљишта за овакав врт, уз избегавање прављења компосишта, због мало места и непријатног мириса, али са обилном употребом зеленог ђубрива, органског ђубрива, уз побољшање земљишта помоћу алги, пепела од дрвета или каменог брашна.

Постоји много начина и препорука с којим биљкама се смеју или не смеју садити поједине врсте. Ми препоручујемо да комбинујете, црвени лук и шаргарепу, зелену салату и спанаћ, рани кромпир, спанаћ, ротквице, драгољуб, па црвену блитву са жутим помпон далијама или цвеклу са борачем. Размаке између биљака, остављајте увек веће, како би се могле развијати, или евентуално додати још по нека цветница. Узгајањем мешовитих култура, нећете имати пуно посла око сузбијања биљних штеточина.

Директа сетва поврћа које не захтева посебну негу			
Назив	Време сетве	Берба	Напомена/Савет
салата матовилац	VIII-IX	Од јесени до пролећа	Сејати у редове, покрити боровим иглицама
ротквице	III-V I V-VII	Током лета	Водити рачуна о раним и летњим сортама, обилно заливати
цвекла	V-VI	VIII-X	Не захтевају негу
зелена салата	од IV	Током лета	Увек брати доње листове
висока буранија	средином V	од VIII	Редовно заливати, поставити потпору

Узгајање поврћа које не захтева посебну негу из расада		
Домаћи назив	Време пресађивања	Берба/Савет
Зелени купус	VI-VIII	Након првог мраза/користити ниске сорте, ђубрити
празилук	од IV	Од јесени до пролећа/одржавати влажност
блитва	од IV	Током лета/стабљике користити као шпарглу, лист као спанаћ
паприка	од V	Током лета/треба јој пуно сунца, воде и хранива
тиквице	IV-V	Током лета/воле ђубре и воду уз зависности од врсте



„кухињском врту“

Шаренило боја и облика у

❖ **БЛАГОДЕТИ ФИТОТЕРАПИЈЕ**, (лечење биљем, као додатак савременој медицинској терапији). Одабране су теме следећих наслова:

-Избор лековитог биља

-Сакупљање лековитог биља

-Сушење лековитог биља

-Употреба лековитог биља

-Отровно лековито биље

Лековито биље и биљни препарати представљају најстарији облик лечења. У свету се користи приближно 20.000 лековитих биљака, од којих је 1.100 добро истражено, а од 250 биљних врста добијају се основни састојци за производњу савремених лекова с биљним активним супстанцама. Појам **фитотерапија** данас означава лечење и спречавање болести и тегоба помоћу биљака, биљних делова и препарата од њих, не искључујући класичну, опште признату медицину, као науку.

Отровно лековито биље

Отровне лековите биљке не смемо никад сами да примењујемо за лечење. Оне су врло делотворне, али у рукама лекара и преписују се као готови препарати са тачно одређеном количином активне супстанце. Запамтите то!

Овде ће бити набројане само неке, али ћемо им написати и латински назив да би могли лакше да их проучите.

7. *Solanum dulcamara*-горкослад, пасквица

Горкослад и његова рођака црна помоћница, били су као лековито биље познати још у античко доба. Користио се у облику облога код главобоља, а изнутра код чирева, упала плјувачних жлезда и белог прања. У средњем веку се

примењивао за лечење гангренозних чирева као последице тровања рошчићем ражане главице, улазећи у састав и многих чудотворних масти као део. Данас га има у разним готовим препаратима, јер је превише опасан као домаћи лек.

Све врсте рода *Solanum* садрже алкалоид стероидне структуре, (мешавина шест различитих алкалоида). *Solanum* снажно надражује слузокожу, узрокује повраћање и јаку упалу дигестивног тракта. Оштећује и бубреге, јер се с урином излучује неразграђен. Ова супстанца хемолизује црвена крвна зрнца као неки сапонини. Поједини стероидни алкалоиди из соланина, имају важну улогу у фармацеутској индустрији, јер се користе као основа при синтези кортизона и полних хормона прогестерона и тестостерона.

Данас се препоручују готови препарати и хомеопатски препарати, који се добијају из изданака и листова горкослада, а успешно лече хроничне кожне болести, мишићни и зглобни реуматизам, катар мокраћне бешике и упале дигестивних органа.

Алкалоидни комплекс соланин је отрован са ретко смртоносним исходом и препоручује се само у готовим препаратима.

Погледајте и упознајте се са изгледом наведене отровне биљке!

7. *Solanum dulcamara*



NEŽELJENA DEJSTVA:
Alkaloidni kompleks solanin je otrovan. Smrtonosna trovanja su retka, jer nakon konzumiranja

ПРИРОДА СРБИЈЕ

Природа Србије још је неоткривена и скоро нетакнута. Желимо да Вам представимо наше националне паркове, паркове природе, специјалне резервате, планине, занимљиве туристичке центре, природне феномене, (клисуре, кањоне, пећине, водопаде, камене мостове, слапове, реке, језера), бројне лепоте и природне рекости које су заштићене законом.

1. ФРУШКА ГОРА И ОАЗЕ УЗ САВУ И ДУНАВ

✓ ЗАСАВИЦА-Специјални резерват природе

Река Засавица, улива се у Саву, али се њено корито пуни и хладним дринским водама. Живописна смена бара, влажних ливада, пашњака, шума, богатство биљних и животињских врста, традиционални начин живота на реци, историјско наслеђе које сеже у прадавна времена, ово подручје издваја као Специјални резерват природе. У тим посебним условима опстаје риба „црнка“-*Umbra krameri*, симбол Засавице. У њеним водама је више од 250 врста алги, 38 % укупног броја врста водоземаца и гмизаваца Србије. Као мочвара представља царство птица, сматра се да има 180 врста од којих 120 гнезди на том подручју. Даброви који су прошлом веку скоро истребљени из овог подручја, поново су враћени током 2005. године, са неколико парова, а данас чине знатну колонију. Поред даброва, у Засавицу су враћене готово изумрле животиње, црна мангулица, подолско говече, балкански магарац и главрота кокош.

Због свог биодиверзитета, реликтних, ендемичних и ретких врста са њиховим животним заједницама, подручје је погодно за научна истраживања, рекреативни риболов, љубитеље фото-сафарија и доброг залогаја.

Препоручујемо да посетите ово заштићено подручје преко пута Сремске Митровице.

✓ Моровичко-Босутске шуме

Необично подручје храстове шуме, испресецамо са три реке-Сава, Студва и Босут, станиште је: јелена лопатара, срне, дивље свиње, зеца, ... Непрегледне шуме испресецају речним токовима, такође су и станишта великог броја птица од националног значаја: орао белорепан, осичар, орао кликташ, црна рода, црна жуна, средњи детлић и беловрата мухарица.

Канал Брек, који је спојен са Студвом и Босутом, пружа одличне услове за риболов, а за госте су припремљене и друге атракције.

Препоручујемо!

✓ **Обетска бара-Специјални резерват природе**

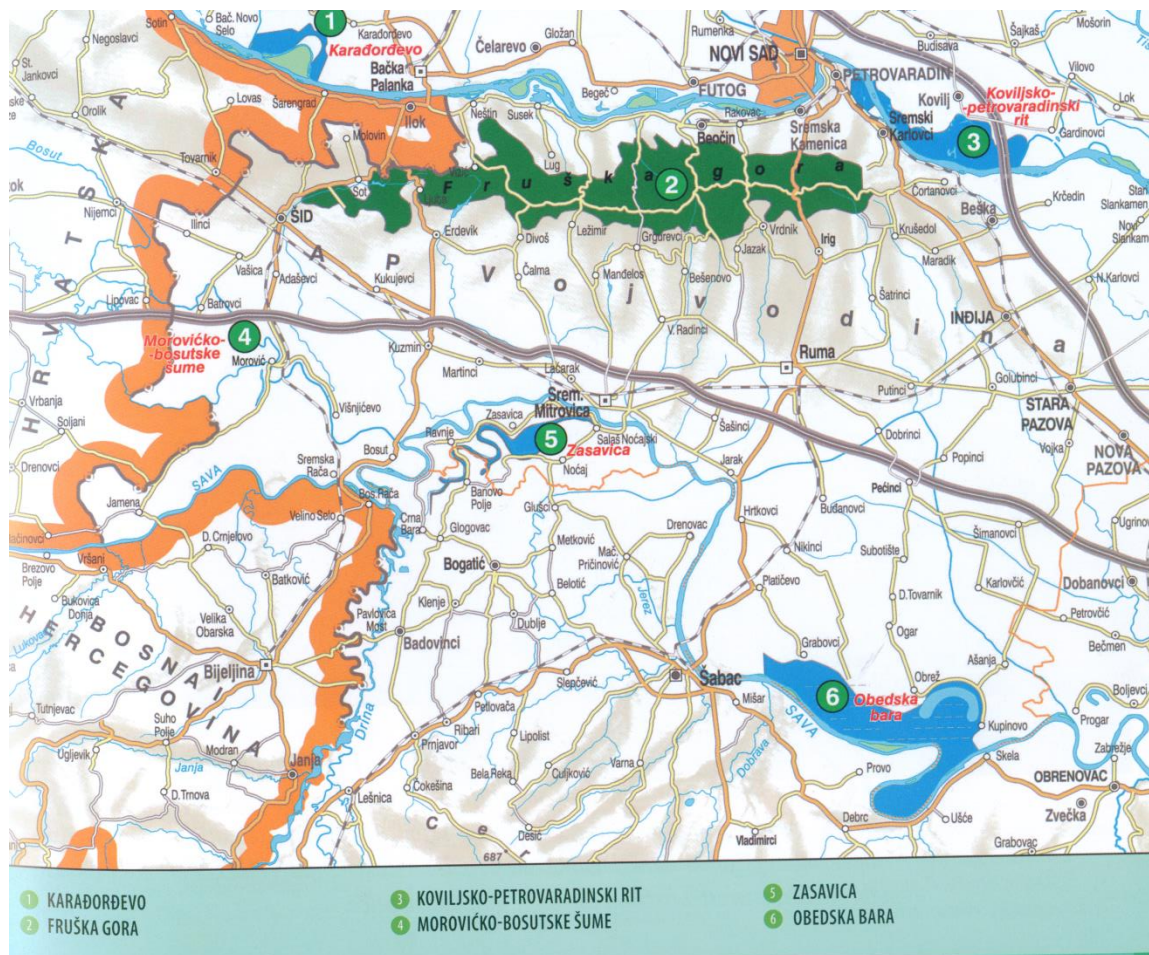
Једно од најстаријих природних добара, које посебан статус има од краја 19. века, је Обетска бара. Аустроугарски двор је 1874. године, ово подручје прогласио за царско ловиште, а 1919. године, постаје краљевско ловиште династије Карађорђевић.

Обетска бара је сезонски плављено подручје реке Саве, са мочварама, барама, влажним ливадама и мртвајом окруженом шумама храста, врбе и тополе. Аутентичан је биљни и животињски свет, због мочваре и тресетишта: пухови, водене волухарице, зечеви, јежеви, дивља свиња, срна; велики број инсеката: јеленак, велика храстова стрижибуба, трчуљак, пчела, краљевски вилин коњиц, ... Од биљака, ту су бели и жути локвањ, тестерица, мешинка, а од гљива, ту је око 180 различитих врста, заједно са разноврсним популацијама птица, водоземаца, ...

Обавезно посетити!!!

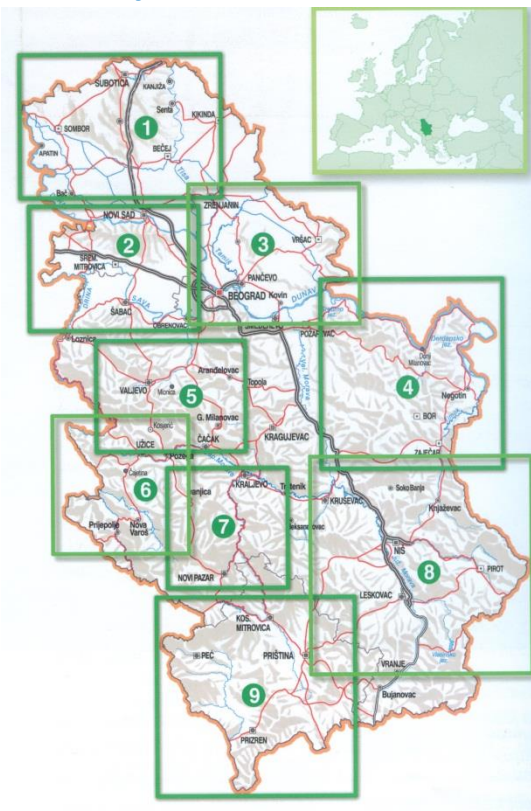
➤ У прилогу:

- *Карта Србије са девет нумерисаних подручја, (описано подручја је број 2)*



www.zasavica.org.rs

www.vojvodina.sume.rs



Пишите нам на нашу itail адресу и питајте нас о датим темама или можда о неким које још нису отворене.