

ИДЕЈЕ ЗА МЕСТО У СЕНЦИ

Сеновито место треба да буде свеже, ваздух влажан, а преко дана са „шареном„ сенком преко читаве површине тла.

Нови вртови у подручјима новоградње, имају хладовину друге врсте, јер сенка од зграде је константног квалитета, али је тло које је као узидан простор између зграда, топлије, а ваздух сув без струјања.

Предлажемо да као компромис нове просторе са неповољним микроклиматом, оплемените отвореном перголом без густог озелењавања (да са вашег зеленог „крова“, не падне неки лист, гранчица, паук или неки други инсект) и постављањем воденог огледала, фонтаном са благим млазом воде. На овај начин, слушаћете умирујући жубор воде који ће освежити простор, а истовремено ћете имати и део плаве боје неба у свом видном пољу па Ваше место у хладовини неће бити мрачно и непрозирно.

За поплучање тла Вашег сеновитог кутка, бирајте светлије тонове камена или већ обложену подлогу оплемените светлијим каменом са узорком мозаика или вртним намештајем живих боја, чимећете допринети прављењу веселог, пријатног кутка за све укућане.

Табеларно ћемо дати приказ биљака које најбоље успевају у сеновитом врту:

„Накит“ од листова и цветова за сеновита места			
Домаћи назив	Латински назив	Висина-цм	Месец цветања
Анемона, јапанска шумарица	<i>Anemone hupehensis, vrste</i>	40-80	
Козја брада	<i>Aruncus dioicus</i>	100	
Астилба	<i>Astilbe sp.</i>	50-90	
Азалеја	<i>Azalea sp.</i>	40-100	
Кавкаска поточница	<i>Brunnera macrophylla</i>	30-40	
Креспин	<i>Epimedium sp.</i>	30-40	
Кукурек	<i>Helleborus niger</i>	25-30	
Тамноцрвени кукурек	<i>Helleborus orientalis</i>	30-40	
Функија врсте	<i>Hosta sp.</i>	30-60	
Пролећни грашак	<i>Lathyrus vernus</i>	30	
Златна јагода	<i>Waldsteinia ternata</i>	15-20	
Бекица, шумска	<i>Luzula sylvatica</i>	30	
Ловор вишња	<i>Prunus laurocerasus</i>	60-120	
Каменика	<i>Saxifraga umbrosa</i>	10-30	



Комбинујте разне нијансе зелене боје и различите облике листова. Ако користите пузавице, за ослонце можете употребити плетено врбино пруже, а као већу биљку у сеновитом врту, не заборавите јапанске јаворе.

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.*

Домаће лековито биље

Лековите биљке прикладне за самолечење и као додатак савременим медицинским терапијама, ако се неправилно примене или злоупотребе, често могу имати трајне последице.

Прво смо Вам представили „отровне лековите биљке“ како би Вас упознали са оним врстама које су изузетно опасне, а налазе се на нашем подручју. Сада желимо да Вас упознамо са највише распрострањеним, „домаћим“ лековитим биљем, које је веома корисно и без опасности га можете брати и користити.

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

1. *Calendula officinalis*-невен, жутељ

У летњим месецима скоро да нема баште без невеновог наранџастог цвета, који цветају све до јесени. Под описом лековите биљке, невен се спомиње у Кодексу Бенедикта Ринија око 1450. године, где захваљујући сликама можемо да га препознамо у средњем веку са његовим ботаничким именом.

Код невена беремо наранџасте или жуте језичасте цветове карактеристичног мириса и благог ароматичног укуса. Цветови се суше брзо и треба их чувати у затвореним стакленим посудама. Цвета од јуна до касне јесени.

Суви цветови садрже тритерпенске сапонине, а пре свих гликозиде олеанолне киселине. Осим њих ту су и тритерпенски алкохоли, нарочито фарадиол и 4-тараксастерол. Саставни делови су и кумарини скополетин, умбелиферон и ескулетин, као и полуацетилени и 15 % полисахарид растворљив у води.

Невеново етерично уље делује против многих микроба, а сапоници спречавају да се на кожи настане гљивице. Спречавају се упале коже па се користи за лечење оштећене коже и у козметици. Помаже и код зацељивања рана јер подстиче деловање фагоцита и



настанак нових ћелија-гранулација. Невен такође поспешује циркулацију крви и тонус коже и стимулише имунолошки систем. Екстракти невена штите од чирева на желуцу и цревима-делује протективно. Не надражује кожу па је примењив за оне који имају кожу склону алергијама.

Невенова маст се код животиња употребљава за лечење свих врста рана и гнојних творевина, а користан је у лечењу земљишта зараженог нематодама.

Погледајте и упознајте се са изгледом наведене биљке!

1. *Calendula officinalis*

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, (класуре, кањоне, пећине, водопаде, камене мостове, слапове, реке, језера), бројне лепоте и природне рекости које су заштићене законом и представљају наше природне ресурсе.

1. ЋЕРДАП И ПЛАНИНЕ ИСТОЧНЕ СРБИЈЕ

✓ **Бељаница и Кучај-Заштићен споменик природе Лисине**

Са планине Бељанице истиче река Млава, а њено врело и Крупањско врело су два највећа и најзначајнија крашка извора у Србији. На супротној јужној страни испод стеновитих врхова нестварно беле боје по чему је Бељаница и добила име, видећете један од најлепших водопада Србије. Извор Велико врело и водопад Велики бук су као целина заштићени споменик природе Лисине. Воде Лисине утичу у речицу Горњу ресаву, коју насељава изузетна врста рибе, пастрмка поточара.

Ова чиста речица, усекла је себи пут кроз кречњачке стене, а најлепши део њеног тока је узани кањон, који такође има статус споменика природе.Још једно чудо природе Бељанице су простране букове шуме Витановача, које се налазе на њеним југоисточним падинама.Атрактиван је и природни камени мост Самар на реци Тисници и обавеза је љубитеља природе при обиласку.

Кучајске планине додирују Бељаницу. На њима се налази пространа Брезовичка површина са бројним крашким увалама. Саставни део овог рељефа су понорнице и необични водопади, (најзанимљивији јеводопад Прскало, градитељско дело воде која таложи сигу). Ресавска пећина у близини Деспотовца, спада у најлепше пећине у нашој земљи, а њена унутрашњост обилује раскошним тробојним пећинским накитом-црвеним, жутим, белим, (црвена је најдоминантнија и потиче од оксида гвожђа, бела је од кристалног калцијума, а жута од примеса глине).

Обавезно посетити!!!

✓ **Лазарева, Боговинска и пећина Верњикица–Споменик природе Лазарев кањон**

Лазарева пећина је позната и као Злотска, (једна од првих заштићених пећина у Србији).Пећина се налази на ободу планинског масива Јужног Кучаја у близини села Злот, (носи титулу најдуже пећине у Србији).На око два километра узводно од Лазареве пећине, у Лазаревом кањону, налази се и сува пећина Верњикица, док се у атару села Боговина, на југоисточном ободу Јужног Кучаја, налази још једна занимљива и вредна пећина-Боговинска, (етажна пећина у три нивоа са пећинским накитом који је занимљивих и вредних облика).

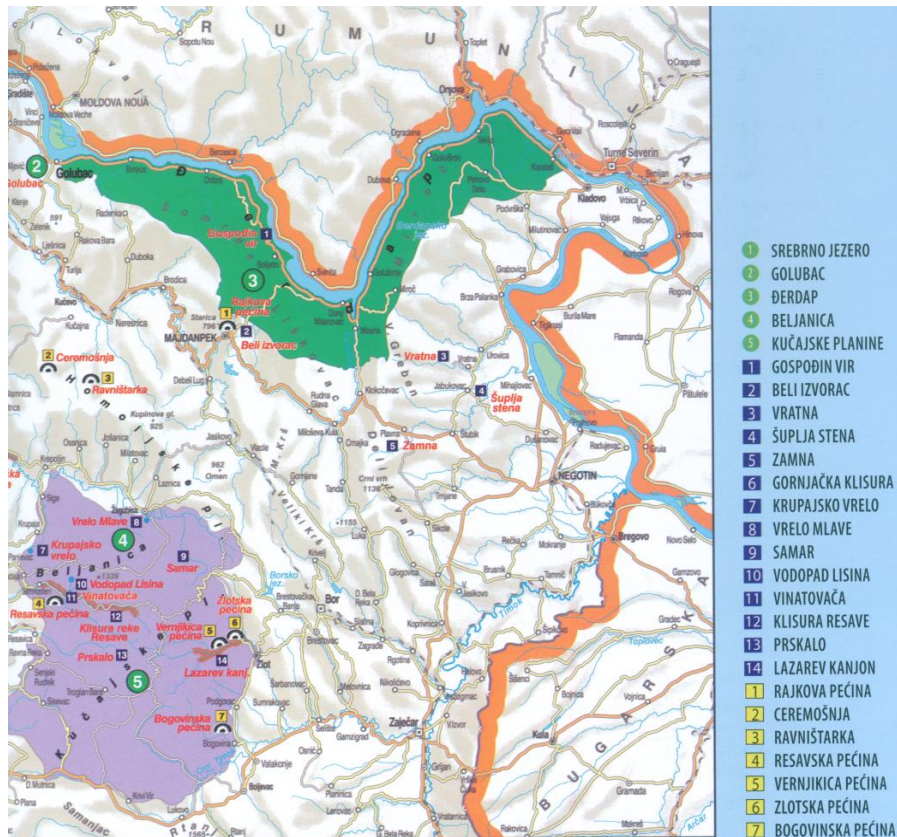
Препоручујемо!!!

✓ **Значајни делови планина источне Србије**

- Тешко приступачан **кањон реке Вратне**, познат је од давнина по каменим капијама и необичним вировима, правим чудима природе.На свом току од око двадесет километара, Вратна живописном упорношћу пролази кроз три камена лука или капије, остављајући за собом чудеса која геолози називају прерастима:Мали, Велики и Суви.У близини треће капије откривене су три до сада неистражене пећине, које научници већ сврставају у природне драгуље србије.
- **Сребрно језеро** се сместило у близини тврђаве Рам, на месту где је Дунав широк више од два километра.Изузетне лепоте, језеро је од свог настанка, седамдесетих година прошлог века, преграђивањем Дунавца око речне аде, постало омиљено излетиште и туристички центар регије, па је названо и српско море.

- **Ада Чибиблија** је речно острво на Дунаву, које је после изградње хидроелектране Ђердап, потопљено. Када је изузетно низак водостај, површина копна изрони из воде, па необична слика дрвећа које потпуно неприродно „извиру“ из реке и представља природно станиште свим врстама птица селица које путују ка југу, постаје стварно. Корење потопљених стабала, представљају мрестилиште највећег броја дунавских риба.
- Кроз Хомоље, планинску област у североисточној Србији, протиче **река Млава**. Река извиру у Жагубици где образује чувену Горњачку клисуру (добила име по свежем ветру „горњаку“). На улазу у клисуру, могу се видети остаци манастира Благовештење, док се на другој обали реке Млаве, на само стотинак корака од Благовештења издиже још један драгуљ овог краја, манастир Горњак, задужбина србског кнеза Лазара. У источном делу Хомољске котлине, налази се и нестварно лепа висораван Здравче (живе веома дуговећни људи).

➤ У прилогу:



Карта Србије са девет нумерисаних подручја, (описано подручја је број 4)

www.golubac.rs

www.resavskapecina.rs

www.srbijasume.rs

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

