

SPOZNÁVAME JARNÉ KVETY



Jar sa blíži a naše kroky čoraz častejšie povedú na prechádzky do prírody. Poznáte jarné kvety? Ak máte nejaké medzery, prinášame vám malý ťahák, aby ste ich deťom mohli ukázať.

Pre rýchle tempo, ktorým dnes žijeme, nám občas unikajú krásne a jednoduché veci. Kým kedysi sme bez zaváhania vedeli pomenovať kvetiny, stromy, ich plody, vtáky a zvieratá, zrazu nám to robí problém. Hlavy máme plné iných starostí a tak sa občas stane, že pri zvedavej detskej otázke: **"Čo je toto?"** zostaneme len nemo stáť, lebo si nevieme spomenúť... Ak máte občas aj vy tento problém, prinášame vám ako prvý v poradí ťahák **s najbežnejšími jarnými kvetinami**, s ktorými sa stretávame na prechádzkach alebo ich vidíme v záhradkách.

Snežienka jarná



Prvý jarný kvet, ktorý nájdeme v lesoch, na lúkach, ale aj v záhradkách. Kvitne od februára do apríla. Plodom je tobolka. Snežienka je jedovatá, obsahuje alkaloidy, najnebezpečnejšia je cibuľka. Spôsobujú hnačky a zvracanie.

Fialka



Tento drobný voňavý kvietok, ktorý kvitne od konca marca do mája, pozná snáď každý. Existuje veľa druhov fialiek - voňavá, záhradná, poľná, trojfarebná a podobne. Nájdeme ich v svetlých lesoch, pri vode, na lúčkach aj na medziach. Tie, ktoré rastú v tieni, sú obvykle tmavšie. Najčastejšie sú ich kvety fialové, no občas sa objaví biela, modrá aj ružová fialka. Patrí k liečivým rastlinám.

Bleduľa jarná



Bledule sa objavia hneď, ako sa roztopí sneh. Najčastejšie ich nájdeme od marca do mája. Bleduľa je odolná voči chladu a rada rastie na vlhkých a premočených miestach, napríklad okolo vodných plôch, v lužných lesoch, pod stromami. Jej kvety sú podobné kvetom snežienky, no majú zvončekovitý tvar a zvyčajne na každom okvetnom lístku na konci zelenožltú škvrnku.

Krókus - šafran (krokus)



Krókus vyzerá ako malý kosatec a nájde ho v záhradkách. Najčastejšie vykvitá v marci a v apríli. Najtypickejším je bledofialový krókus, ale kvitne aj inými farbami. Príjemne medovo vonia. Patrí ku vzácnym koreninám a prírodným farbivám.

Sedmokráska obyčajná



Rastie na trávnatých medziach, lúkach aj cestách. Má rada vlhko. Kvitne od skorej jari až do jesene. Má drobné veselé kvietky a patrí medzi liečivé rastliny. Sedmokráska je osvedčeným prostriedkom proti kašľu, má tiež proti zápalové a hojiví účinky. Ak si ju chcete nasušiť, treba zbierať kvetné úbory s maximálne dvojcentimetrovou, najlepšie na jar, keď obsahuje najviac účinných látok.

Púpava lekárska



Tak túto rastlinu asi poznáme všetci. Deti ju milujú. Na jar má zlatožltú hlavičku, z ktorej si dievčatá pletú venčeky, po odkvitnutí sa premení na bielu páperovú guľôčku, z ktorej fúkame „padáčky“. Vysoká dutá stonka roní mliečnu šťavu, ktorá sa nachádza vo všetkých orgánoch rastliny. Nájde ju od apríla až do septembra. Rastie prakticky všade, miluje slnko.

Celá rastlina je jedlá. Púpava je liečivá, zbierajú sa všetky jej časti. Vyrába sa z nej med. Gurmáni si pochutia na púpavovom šaláte či čaji. Pomáha pri bolestiach žlčníka a problémoch s pečeňou.

Podbeľ liečivý



Túto žltú kvetinu, ktorú už skoro zjari nájdeme pri cestách, na okraji lesov, na lúkach, pri cestách, sídliskách aj na rumoviskách, môžete poznať aj ako bábušku alebo matkino líčko. Podbeľ liečivý je drobná, trváca bylina a ako už názov napovedá, má liečivé účinky. Kvetý prospievajú najmä dýchacím cestám, listy sú zase výborné na zapálené žily, bolesti kĺbov či rôzne kožné choroby.

Ako si vyrobiť čaj z podbeľa na kašeľ?

Uprednostnite rastliny z lesov alebo lúk, ktoré rastú v čistom prostredí. Kvetý vysušte. Dve čajové lyžičky usušených kvetov zalejte tromi deci vriacej vody a lúhujte 15 minút. Pite trikrát denne. Vhodné je osladiť už chladnúci čaj medom. Jeho pitie sa odporúča aj vtedy, keď vás obchádza chrípka.

Prvosienka jarná



Prvosienka alebo ľudovo rukavička kvitne v mesiacoch marec až máj. Kvety má žltu alebo žltozelenú. Nájde ju na lúkach, dubových a bukových hájoch, pasienkoch a vo svetlejších listnatých lesoch. Tiež patrí k liečivým rastlinám. Obsahuje saponíny, flavonoidy, vitamín C, silicu, kyselinu askorbovú a kremičitú. Pomáha pri zápale priedušiek, pľúc, pri angíne, zápale nosných dutín, ale aj pri čiernom kašli.

Primulka



Pochádza z Číny a pestujeme ju v záhradkách. Má vyše 500 druhov a má bohatú škálu farieb.

Narcis



Obľúbený jarný kvet sa zdobí na jar mnohé záhradky a je typickou veľkonočnou kvetinou. Dorastá do výšky 8 až 60 cm. Poznáme viacero odrôd. Kvitne v marci, apríli a niekedy aj v máji.

Tulipán



Rovnako ako narcis patrí k najobľúbenejším jarným kvetinám našich záhradiek. Tulipány sa pýšia nádhernými kalichmi rôznych farieb a veľkostí. Sú vysoké od 10 do 70 centimetrov. Kvitnú od marca do konca mája.