

ZGODBA O LANU

Leskovec
pri Krškem,
25. 5.
2024

osnovna šola



Nina Godec
Meško,
OŠ Mladika Ptuj

1. ALI STE VEDELI?

- Katera tkanina je ena izmed najstarejših tkanin na svetu?
- Da so lan poznali že Egipčani in da so uporabljali lan kot denarno valuto in v platna povijali mumije, kar pomeni da so lan poznali že 4500 let p. n. št. ?
- Da je najstarejše tkano oblačilo na svetu: je 5000 let stara lanena obleka.
- Na hektarju zemlje posejane z lanenim semenom, čebele naberejo tudi do 15 kg medu.
- Za produkcijo lanu potrebnih pet do dvajset krat manj vode in energije kot za produkcijo bombaža ali drugih sintetičnih tkanin.
- Lanena vlakna je mogoče reciklirati.
- Lanena nit je 3x močnejša kot volnena in 2x močnejša kot bombažna.
- Ameriški dolarji so narejeni iz 75 odstotkov bombaža in 25 odstotkov lanu – kar izboljša obstojnost denarja.
- Zanimivost, ki jo je izrekel Christian Dior: »Laneno blago je modnemu oblikovalcu tisto, kar je marmor kiparju – imeniten material.«



Slika 1: Cvetiči lan

2. IZHODIŠČE IN CILJI

- ❖ Zakaj ravno lan? Predlansko šolsko leto smo izvajali projekt o ozaveščenosti porabe odpadnih oblačil, do njihove izmenjave, predelave in reciklaže. Lani pa smo šli pa še globje. Iz česa so včasih pridelovali oblačila in tako sem prišla na idejo – kako so včasih si pridelali obleko in iz česa in zakaj ravno iz lanu - Zgodba o lanu.
- ❖ Lan je kulturna rastlina, ki je v izumiranju in obudili smo vprašanje zakaj so ga včasih gojili, ter iz njega delali oblačila, ter kako se je to naredilo. Sedaj pa to nihče več ne zna oz. so oblačila, ki jih kupiš so cenejša. Obravnavali smo cilje trajnostnega razvoja: odgovorno kmetijstvo, odgovorno z oblačili, prav tako obujanje in gojenje starih kulturnih rastlin,...

3. OPIS DEJAVNOSTI

❖ Kaj so to sploh kulturne rastline?

Rastline, ki jih je človek začel gojiti kot poljedelec in jih še vedno gojimo, imenujemo kulturne rastline. Iz divjih trav je vzgojil različne sorte žit.

▼

Nekaj kulturnih rastlin v naši deželi:

RASTLINA	UPORABNOST
KORUZA	Zrnje koruze uporabljamo v prehrani in kot živalsko krmo. Iz zrn stiskamo tudi olje.
KROMPIR	Krompirjevi gomolji so odebeljena podzemna stebila. Uporabljamo ga v prehrani ljudi.
SLADKORNA PESA	Iz odebeljenega korena sladkorne pese pridobivamo sladkor.
BUČE, SONČNICE	Iz semen oljnih buč in sončnic stiskamo olje. Uporabljamo pa tudi v prehrani.
OLJKA	Plod uporabljamo v prehrani, lahko pa tudi stiskamo oljčno olje.
SADNO DREVJE	Vzgojili so ga iz dreves, ki so jih našli v naravi. Plodove lahko jemo surove, lahko jih predelamo v sokove, marmelade ali jih posušimo.
VINSKA TRTA	Iz nje pridobivamo grozdje. Uporabimo ga v prehrani ali pa ga predelamo v sok ali vino. Posamezne sorte grozdja posušimo v rozine.
OLJNA REPICA	Iz zdrobljenih semen s pomočjo topil izlužijo olje. Le-to uporabljamo v prehrani (marinade, solate, hladne jedi, za cvrtje in kuhanje).

4. LAN

Lan, tudi **navadni ali evrazijski lan** (znanstveno ime *Linum usitatissimum*) je kulturna rastlina rodu *Linum* iz družine *Linaceae*. Uporablja se predvsem za izdelavo obleke in lanenega olja.

Kulturni lan se lahko z gospodarskega vidika deli na preje, oljne preje in oljnice. Semena lanenega olja vsebujejo 30–40 % maščobe, 25 % beljakovin in 8 % vode. Rastlina ima eno glavno steblo z razvejanjem od dna stebela (več poganjkov). Barva semena se razlikuje glede na sorto in je lahko od rumene do srednje rjave.



Slika 3: Lanena semena in cvet

5. LAN IN NJEGOVA UPORABA

TD Destrnik je izdal publikacijo: Od Lanu do platna (2013) v kateri so zapisali, zakaj so drobna semena, olja in laneno blago pomembni:

- Preprečuje rakava obolenja.
- Preprečuje srčno-žilne bolezni.
- Krepi zdravje črevesja. Preprečuje zaprtost, vlaži stene in zmanjšuje verjetnost zapeke.
- Krepi imunski sistem in preprečuje vnetja.
- Uravnava krvni sladkor.
- Lahko pomaga pri uravnavanju primerne telesne teže.
- Lanena semena so dobra za zdravo kožo. Redno uživanje pomaga še posebej pri suhi koži, koži občutljivi na sonce ali ob pojavljanju ekcemov.

- Maščobe lanu ugodno vplivajo na razvoj možganov, kar je še posebej pomembno v času nosečnosti in v prvih letih otrokovega razvoja.
- Lanena semena pomagajo tudi v menopavzi, tako da preprečujejo nastanek vročinskih oblivanj.
- Laneno platno je antistatično, protialergeno, naravni repelent proti insektom in daje UV zaščito.
- Lanena vlakna so popolnoma biološko razgradljiva in jih je tako mogoče reciklirati.
- Laneno blago slovi po svoji spektakularni vzdržljivosti - natezna trdnost niti je dvakrat močnejša kot pri bombažu in kar trikrat v primerjavi z volno
- Lanena oblačila imajo visoko prepustnost zraka in odlične lastnosti toplotne prevodnosti. V toplih dneh nas hladi, v mrzlih nam zagotavlja prijeten občutek toplote; v primerjavi z volno je toplotna prevodnost kar petkrat višja in kar devetnajstkrat v primerjavi s svilo.
- Laneno perilo uspešno zavira rast patogene mikroflore, bakterij in glivic,...

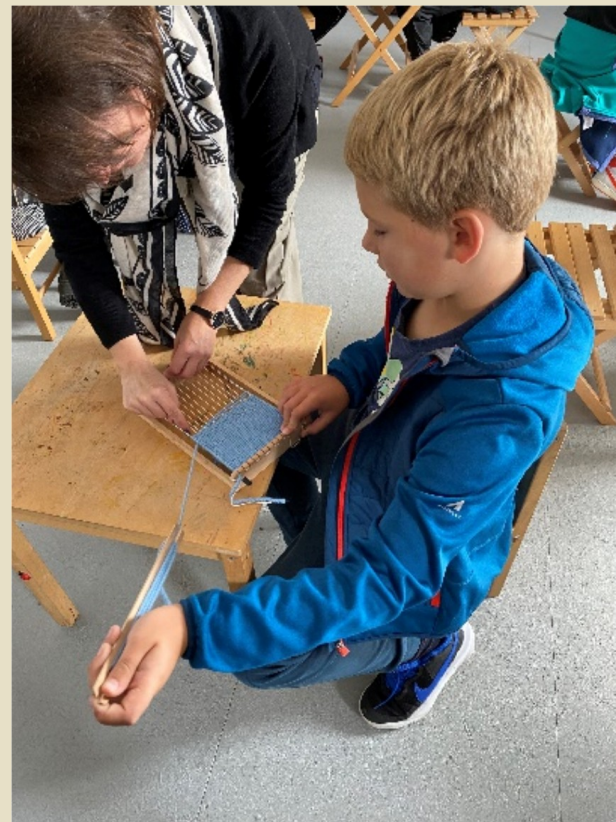
Vsekakor pa morate semena lanu zmleti in ga uživati tako, saj imajo cela semena lahko nezaželene učinke na telo, če jih preveč zaužiješ. Cela semena ne sproščajo hranil v telesu in lahko zaradi visoke vsebnosti vlaknin povzročajo nelagodja v želodcu, zmanjšujejo apetit in celo lahko povzročijo nenormalne hormonske spremembe.

6. ZGODBA O LANU

❖ obiskali smo Ptujski grad – zbirko Tkanje niti, tkanje zgodb



Slike 4, 5, 6: Ogled zbirke in tapiserije na ptujskem gradu



Sliki 7, 8: Delavnica na gradu – tkanje na tkalskih napravah

- ❖ Eko tabor – povezali se s Turističnim društvom Destrnik, kjer se trudijo obuditi staro kulturno rastlino, posebno sorto Urban – lan in jo bolje približati otrokom, ljudem



Slika 9: TD Destrnik



Slika 10: Lan z „batom“ potolčejo



Slika 11: Lan s „trlicami“ strejo



Slika 12: Delo s kolovrati – dobiš laneno nit

❖ Delavnice na eko taboru



Sliki 13, 14: Tkanje lanenih niti

Slika 15, 16: Vezenje na laneno blago





Slika 17: Reševanje učnih listov za starejše učence



Slika 18: Pobarvanka za mlajše učence

❖ Z delavnicami kasneje smo se pripravljali na sejem Altermed



Slika 19: Izdelava semenske bombice



Slika 20: Izdelava knjižnih kazalk
iz lanenega blaga



Slika 21: Slikanje lanu
na platno



Slika 22: Izdelava vazic za materinski dan



Sliki 23, 24: Peka z lanenimi semeni

❖ Predstavitev na sejmu Altermed



Slike 25, 26, 27: Stojnica na sejmu Altermed

❖ Predstavitev na demo odru sejma Altermed



Sliki 28, 29: Demo oder – OFS OŠ Mladika - Lan

7. ZAKLJUČEK

- Učencem smo prikazali proces dela – spoznali so zgodbo o lanu, ter jih naučiti o kulturni rastlini lanu in njegovi uporabi v vsakdanjem življenju. Učenci so ugotovili, da je res ogromno dela z njim in da ga verjetno zato ne gojijo več masovno, po celotni Sloveniji, čeprav je vsestransko uporaben.
- Za učence je bilo tudi super druženje s starejšo populacijo, tako so se medgeneracijsko učili in na praktičen način poskusili kako poteka pridelava lanu od semena do platna.
- Naš sklep za prihodnost je, da ohranimo stike s TD Destrnik in še kdaj ponovimo medgeneracijsko učenje, ter mogoče celo res sešijemo celotno pravo oblačilo od začetka do konca in pripravimo modno revijo iz oblačil, ki so iz naravnih materialov.

8. VIRI IN LITERATURA

- Slika 1: [Modra lanena dediščina divjih cvetov, semena cvetov, divja roža - Etsy Slovenija](#), 9. 5. 2024
- Kulturne rastline: [Kulturne rastline \(sio.si\)](#), 8. 5. 2024
- Slika 2: [Datoteka:Laneni flowers.jpg - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), 9. 5. 2024
- Lan: [Lan - Wikipedija, prosta enciklopedija \(wikipedia.org\)](#), 8. 5. 2024
- Slika 3: [Lanena semena: Koristna za zdravje in dobro prebavo | Bodi eko](#), 8. 5. 2024
- Publikacija TD Destrnik, Od semena do platna, 2019
- Slike od 4 – 29: Osebni arhiv, 2023, 2024