



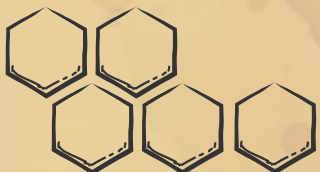
GIMNAZIJA IN SREDNJA ŠOLA  
ZA KEMIJO IN FARMACIJO RUŠE



# Uporaba rastlin od koreninice do zadnjega cvetka

Avtor: Urška Hertiš, mag. farm.

Konferenca koordinatorjev, Kongresni center Thermana Čatež  
28. avgust 2024



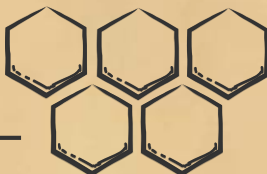


# Izhodišče in cilji

- trajnostni razvoj in vzajemno delovanje
- povezovanje naših izobraževalnih programov



- ozaveščanje o zdravilnih rastlinah in pomenu čebel



# Od ideje do izvedbe



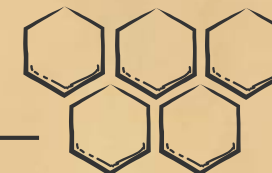
## ***Kdo?***

- dijaki: 27 dijakov, najbolj dejavni Tia L. in Zoja K.
- profesorice:  
Martina Dolenc,  
Saška Javornik,  
Urška Hertiš



## ***Kdaj?***

- delo v šoli (odmori, proste ure, po pouku)
- doma



**Kriteriji:** zdravilne in medonosne rastline, celovita izraba, pokritje pašne sezone



**Potek:**

- izbira verodostojnih informacij (skupna mapa)
- „brainstorming“ o izvedbi
- izdelava materiala za predstavitev (naravni in recikliran material)
- povezava s slovenskimi podjetji, ki delujejo trajnostno

Čebelarica

Saint  
Lorenz



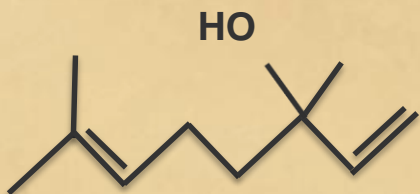
- nabiranje in nakup rastlin / rastlinskih delov
- izdelava kozmetičnih izdelkov (kopalna sol, lazele, toaletne vodice)
- priprava prehranskih izdelkov (sivkine piškoti, regratovi želejčki)
- izdelava svečk, sivkinih blazinic, družabne igre



# Posebnosti, zanimivosti, priporočila



- specifika šole - strokovna znanja
- verodostojne informacije
- povezovanje z lokalnimi podjetji
- ! izbira dijakov (ocenjevalno obdobje) !
- več kulinarčnih dobrot, brošur in pripravkov



<b>NAVADNI REGRAT</b>  Taraxacum officinale	<b>ZDRAVILNA ŠPATKA</b>  Valeriana officinalis	<b>PRAVA SIVKA</b>  Lavandula angustifolia
<b>OPIS RASTLINE</b> Travnica, zraste do cca 90 cm višine, z nazobčanimi listi razpokanimi v prstično roseto. Ima vrsto stebel, ki na vrhu nosijo košček rumene kornice z žglastimi cvetovi. Pod je rožka s kraljico na vrhu. V zemlji je močna vrtenasta korenina.	<b>OPIS RASTLINE</b> Travnica, zraste do cca 150 cm višine, s pokončnim stebmom in pernatimi deljgimi listi. Na vrhu stebel se razvijajo beli do rožnati cvetovi, delikaten v čelu. V zemlji je prekrščena z debelo korenino, iz katere izhajajo majhne kornice.	<b>OPIS RASTLINE</b> Vednozelen polgov s pokončnimi stebli, na katerih so celi, ozki, široki listi. Na vrhu stebel so v razkožno klobučasto socvetje združeni modrovijolični cvetovi.
<b>SESTAVINE</b> gorenine, kalcij, flavonoidi, steroli, mlin	<b>SESTAVINE</b> eterično olje, z valerensko kislino, vaskopatiiti	<b>SESTAVINE</b> eterično olje
<b>DELOVANJE</b> diuretik - poveča izločanje urina stomahik - poveča izločanje želatinnega soka holagoga - poveča izločanje žolča	<b>DELOVANJE</b> hipnotik ali upavalo - olajšuje začetek spanja in ga podljuje sedativ ali pomirjevalo	<b>DELOVANJE</b> hipnotik ali upavalo - olajšuje začetek spanja edee faciens - poveča prekrvnost kože
<b>UPORABA V ZDRAVILNE NAMENE</b> vnetja seči, težni kama, pomanjkanje apetita, slabša prebava zaradi pomanjkanja želatinnega soka inah žolča	<b>UPORABA V ZDRAVILNE NAMENE</b> nespečnost, razdraženost, nemirnost	<b>UPORABA V ZDRAVILNE NAMENE</b> nespečnost, razdraženost, nemirnost, prebavne težave, ki so posledica živčnega stresa, bolečine v mišicah, vnetja sklepov
<b>UPORABA V KULINARIKI IN KOSMETIKI</b> Iz listov lahko pripravimo solato ali sok, iz rezančastih cvetov sirup, ter tudi vino, cvetne paprike lahko vložimo kot kaperje.	<b>UPORABA NA VRTU</b> Iz naseljenih cvetov in listov lahko pripravimo čaj, ter koncentrat za vrta, ki pripeljujega kompostiranje. Uporabljamo ju nekaj dni pred napovedanimi obiskovalci.	<b>UPORABA V KULINARIKI</b> Uporabna v marinadah, rižju in mesnih jedeh, je aromatična sestavina začimbni omak. V kombinaciji z kraljico sestavljajo začimno maso. Pripravimo lahko tudi soljen sirup, soljene pikante.



# Za zaključek



**povezan  
tim**

**ideje za  
naslednje  
leto**

**veselimo  
se  
dogodka**

**pozitivni  
odzivi**

**zanesljivi  
dijaki**



# Viri in literatura

- strokovni učbeniki
- knjige o zdravilnih rastlinah
- strokovni članki
- spletne strani (lekarn, čebelarska zveza Slovenije)







# HVALA ZA VAŠO POZORNOST

