

Sajenje medovitih rastlin

Odzvali smo se vabilu in ob dnevu sajenja medovitih rastlin poleg številnih drugih dreves posadili lipo na robu naše domačije in se veselimo, da bo zrasla v mogočno drevo.

Lipa je za čebele imenitna paša, hkrati pa si pomagamo krepiti svoje zdravje s cvetovi lipe, ki jih posušimo in pripravimo iz njih čaj. Uporabljamo ga pri prehladih grla, pljuč, kašlju, nahodu in hripavosti. Umirja napete živce za prijeten spanec. Čaja ne smemo piti dlje kot 3 tedne, potem naredimo vsaj 1 teden premor, ker bi lahko povzročil srčne okvare.

Prav tako je zanimiv odziv telesa, da se nam ob uživanju lipovega medu zviša telesna temperatura do ene stopinje, zato se ga priporoča uživati ob prehladnih obolenjih. Svetuje se ga uživati osebam, ki imajo nizek krvni tlak in jih rado zebe, saj uravnava krvni tlak in je prijetno poživilo namesto kave. Manj se ga priporoča osebam z visokim krvnim tlakom. In nenazadnje za lipov med je dokazano, da deluje protimikrobno.

Narava nam ponuja zdravje.

Naj medi!



Besedilo in sliko pripravila Ana Štublar

Cerovec pri Črešnjevcu 6A

Semič