

2020.04.15.
szerda

Habilitáció

145. óra










Gyógynövények felismerése, gyógytea készítése

1. A következő képeken néhány gyógynövényt látsz! Mindegyik nevét titkosan írtam le.






Fejtsd meg, írd le a gyógynövények nevét a képek alá! Az első választ segítettem!

(Válaszlehetőségek:

lándzsás útifű, kamilla, levendula, ligetszépe, vadrózsa,
madársóska, borsmenta, **bojtorján**, körömvirág)

		
o o á	i e é e	o e a
bojtorján		
		
a ó a	á á ú í ú	ö ö i á
		
a á ó a	e e u a	a i a

citromfű, zsálya, csalán, kakukkfű, cickafark, pongyola pitypang

		
á a	a u ú	a á
		
i a a	i o ú	o o a i a

2. **Jól megjegyezted a gyógynövények képét és nevét? Nyisd meg az alábbi hivatkozást, és ellenőrizd a tudásodat! Addig foglalkozz a feladattal, míg hibátlan nem lesz! Az időre is figyelned kell!**

<https://wordwall.net/hu/resource/501341/gy%C3%B3gyn%C3%B6v%C3%A9nyek-felismer%C3%A9se>



3. A gyógynövények közül többet tea formájában is fogyasztunk egészségünk megőrzése, javítása érdekében. **Sorolj fel 3 olyan gyógynövényt a fentiek közül, amiből tea készülhet! (Képet is kereshetsz hozzá az interneten!)**

Például: **borsmenta tea**



(Gyógyhatása: emésztési zavarok, felfúvódás, epegyulladás, görcsök (például menstruációs görcsök), feszültség oldására alkalmas.)

4. **Készíts otthon teát!**

Amire szükséged lehet: vízforraló, bögre, teafilter, cukor vagy méz, citrom, kiskanál



Vigyázz! mert a forró víz balesetveszélyes! Légy óvatos!