

Den stromů, 20. října

- CÍL:**
- Podpořit různé typy aktivit a programů ke „Dni stromů“ ve škole, případně na akcích pro rodiče či veřejnosti.
 - Podnítit zájem o stromy.
- MOTIVACE:**
- Prostřednictvím stromů pomáhejme lidem nalézt cestu k přírodě.
- Víte, že:
- **Strom** je vlastně vysoce výkonné **klimatizační zařízení**? Průměrný stoletý strom vyprodukuje denně cca 1.000 litrů kyslíku, které spotřebují při dýchání asi 3 lidé za den. K tomu navíc strom denně odpaří 100 až 400 litrů vody.
 - **Stromy** fungují jako účinný **filtr vzduchu**? Dokáže zachytit zdraví škodlivé částice prachu, oxidu síry, oxidů dusíku, oxidu uhelnatého, přízemního ozónu a dalších látek.
 - Metr krychlový vzduchu nad průmyslovými oblastmi a velkoměsty obsahuje až 500.000 prachových částic? Lesní vzduch jich ve stejném objemu neobsahuje ani 500.
 - Formou motivačních otázek uvádět v souvislostech lidské činnosti a význam stromů.
 - Vnímat problematiku významu stromů pro člověka.
- CÍLOVÁ SKUPINA:** žáci MŠ, ZŠ, SŠ, dospělí
- DOBA TRVÁNÍ:** dle náročnosti vybraných aktivit
- MÍSTO:** pracovna, škola, okolí školy, park, les, hřiště, veřejná prostranství
- POMŮCKY:** dle vybraných aktivit

METODY A FORMY PRÁCE:

Praktické, v praxi ověřené náměty na organizaci různých aktivit ke Dni stromů:

- **Výtvarné činnosti**, zakončené výstavou prací žáků na téma „Stromy“.
- **Malování na asfalt/chodník** – téma stromy, les.
- **Vědomostní, hry** a kvízy pro děti i dospělé (stromy, les, park).
- **Výlety** do okolí pro děti i rodiče.
- **Návštěva lesní školky nebo zahradnictví**, kde se pěstují ze semenáčků malé stromky. Dle možností spojená s brigádou.
- **Beseda** s lesníkem.
- **Měření obvodů stromů** (v parku, v lese) pomocí krejčovského metru, nebo motouzu.
- **Orientační závod** pro rodiče s dětmi (v parku, v lese), spojený s úkoly vztahující se ke stromům (počítání letokruhů na pařezu, odhad výšky vybraného stromu, poznávání vyznačených stromů).
- **Pochod** všech generací, zábavný pochod pro rodiny s dětmi.
- **Diskuze** s různými skupinami (žáci, rodiče, zastupitelé) na téma stromy v našem okolí, jejich ochrana.
- **Kouzelný sáček** – do sáčku dáme různé přírodniny vztahující se ke stromům (žaludy kaštiny, bukvice, kůru, případně větvičku) a žáci určují podle hmatu, o jakou přírodninu se jedná. Tři správné odhady se mohou odměnit.
- **„Stromználek“** – k větvičkám s listy přiřazují plody, mohou to být lesní stromy, (žaludy, kaštiny, bukvice, nažky z javoru, borové šišky, smrkové šišky) nebo ovocné stromy, větvičky (např: jablono, hrušeň, ořešák, švestka). Za správné odpovědi by mohli dostávat obrázky STROMZNÁLKA, kterého si mohou děti samy navrhnout.
- **Výroba listnáčka** – z různých barevných listů nalepováním na papír si děti vyrobí postavičku skřítku listnáčka, kterou si mohou odnést domů.
- **Výroba čepice pro skřítku Listnáčka** – viz metodický list č. 17.



- **Výroba panáčka z přírodnin** – v krabičkách jsou připraveny nejrůznější přírodniny, šišky, žaludy, kaštiny, nařezaná kolečka z větví a další. Žáci si jen skládají panáčky, kdo jej bude mít hotový, vyfotí se a následně se mohou obrázky těchto dílek někde vystavit.
- **Hod šiškou na cíl**, který tvoří různé předměty, například další zavěšené šišky a to nejlépe cíl jsou tři šišky dohromady, dále 2 šišky a nakonec jedna. Vzdálenost je třeba volit dle zdatnosti dětí.
- **Opačný postup chytání šišek do sítky** – žák drží sítku (dá se snadno vyrobit svépomocí, tyčka, na ní pevný drát stočený do oka v průměru asi 30 cm, obšitý lehkou látkou) do které někdo hází další žák šišky tak, aby byly do sítky uloveny.
- **Přípevnit** na stromy výkresy, kde jsou napsány léčivé vlastnosti jednotlivých stromů. Tato aktivita zajímá více rodiče, než děti.
- **Dopisy a přání stromům** – na připravené tvary listů vystříhané z barevných papírů, s připraveným otvorem na provlečení motouzku, pší děti dopisy stromům. Následně je přípevní na stromek. Může to být nějaká pláňka upevněná v půdě, nebo v květináči.

www.liska-evvo.cz

REFLEXE: Společné vyhodnocení, diskuse, fotodokumentace, video dokumentace, prezentace na internetových v místních novinách.

TEMATICKÉ OKRUHY PRŮŘEZOVÉHO TÉMATU ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA:

- **Ekosystémy** – les
- **Základní podmínky života** – přírodní zdroje
- **Lidské aktivity a problémy ŽP** – ochrana přírody, změny v krajině, dlouhodobé programy zaměřené na růst ekologického vědomí veřejnosti
- **Vztah člověka a prostředí** – naše obec, náš životní styl, místní problémy ŽP

DIDAKTICKÝ TEXT:

DEN STROMŮ

Krásné barevné stromy patří neodmyslitelně k podzimu. Listy se barví do žluta, do červena i do oranžova. Plejádu barev doplňují zrající plody jeřabin, švestek a jabloní. Na konci vegetačního období stahují stromy živiny do kořenů, aby na jaře opět v plné síle vyrašily. Konec vegetačního období až do zamrznutí půdy je také časem, kdy je možné stromy sázet. A to vše je důvodem k oslavě. K oslavě Dne stromů. Ten se od roku 2000 opět vyhlašuje i v České republice, a to 20. října.

Den stromů ve světě – historie

Nápad slavit Den stromů vznikl už v předminulém století ve Spojených státech, konkrétně v Nebrasce. Ten, kdo dnes navštíví americký stát Nebraska, neuvěří, že tato krajina byla před přibližně 150 lety popisována jako krajina, bez stromů. Když sem ovšem přišli první osadníci kolem poloviny 19. století, našli skutečně jenom sporou vegetaci. Jeden z nich, J. Sterling Morton, původem z Detroitu, se s tímto stavem nechtěl smířit. Začal, podporován svojí ženou, pěstovat v okolí svého domu stromy, keře a květiny.

Morton nebyl ale zahradník, ale novinář a vydavatel prvních novin v Nebrasce. Toto médium také využil k tomu, aby své spoluobčany vyzval k následování svého příkladu, pěstování stromů. Předvedl před jejich zraky, že stromy a keře zastavují větrem způsobovanou erozi a poskytují ochranu před pálicím sluncem. Morton dovedl přesvědčit své čtenáře nejenom o potřebnosti pěstovat stromy, ale povedlo se mu také přenést na ně své nadšení. Zrodil se, tree-planting holiday – the Arbor Day – Den stromů. Dne 10. dubna 1872, v první celostátní, Arbor Day byl v Nebrasce zasazen více než jeden milion stromů. K tomuto velkému úspěchu přispěli jednotlivci, stejně jako spolky a veřejné instituce. O dva roky později, v roce 1874 vyhlásil guvernér Nebrasky, Robert W. Furnas, první oficiální, Arbor Day, který byl slaven 22. dubna, v den narozenin J. Sterlinga Mortona. Dnes je poslední pátek v dubnu v USA oficiálním, Arbor Day, svátkem všech stromů.

Myšlenka oslav Dne stromů se rychle rozšířila z Nebrasky po celých Spojených státech a později i na další kontinenty. Datum oslav Dne stromů je různé. Liší se podle klimatických podmínek a toho, kdy je možné stromy vysazovat. Dne 27. listopadu 1951 přijala FAO (Food and Agriculture Organisation) Spojených národů následující usnesení: „Konference shledala jako potřebné, aby si všichni lidé uvědomovali jak estetickou a psychologickou, tak i hospodářskou hodnotu lesa, a proto se doporučuje, aby se každoročně ve všech členských státech slavil světový svátek stromu, a to v době, kdy se to za lokálních podmínek zdá být příhodné.“

MŠ

I. st.
ZŠII. st.
ZŠ

SŠ

Den stromů v České republice – historie

V Čechách byly Svazem spolků okrašlovacích pořádány Stromové slavnosti poprvé masově v roce 1906, a to např. v Líbeznících, Roudnici, Liboci a Podolí u Prahy, Dobříši, Kouřimi, Lužci nad Vltavou, Blovicích, Sedlčanech, Spáleném Poříčí, Družci u Kladna, Příbrami, Sedlci u Blatné, Bojanově, Hořicích, Plzni, Křivém na Moravě, Nové Pace, České Třebové, Krčíně, Říčanech, Čekanícih u Blatné, Zdobíně a Trotíně, Kyšperku, Napajedlech a Prštících u Brna, Klatovech, Radotíně, Nesvačilech u Rožmitálu. V tom roce byla zasazena také Husova lípa pod Petřínem v Praze, rok předtím (v roce 1905) byly konány slavnosti také v Potštýně, Kralupech nad Vltavou, v Praze (zasazení všestudentské lípy Jarníkovy na výstavišti), na podzim pak ve Veltrusích. V okresích sedlčanském, plzeňském, žambereckém, rokycanském, novopackém, blatenském, vinohradském aj. se stromové slavnosti zavádějí na mnohých školách v okresu hromadně. (Podle zprávy o valné hromadě Svazu spolků okrašlovacích, Krása našeho domova 1906, str. 147)

V Krásách Našeho domova jsou i podrobnější zprávy o některých akcích. V roce 1906 zřejmě vyšla nákladem Svazu i kniha, 'Návod ku pořádání slavností stromových'.

Stromové slavnosti se konaly počátkem dubna. V Sedlčanech se stromová slavnost v roce 1906 konala po páte. V roce 1920 podpořilo ministerstvo školství a osvěty konání Stromkového dne výnosem ze 27. března 1919 č. 6708. Bylo konstatováno, že akce konaná v předešlém roce měla velký úspěch věcný i morální. 'Desetitisíce stromků bylo zasázeno, láska k přírodě a ke stromovi v mnohém srdci probuzena.' (Podle Krásy našeho domova, 1920).

Stará československá tradice byla v České republice obnovena v roce 2000. S nápadem slavit opět Den stromů přišli ředitel botanické zahrady UK a známý popularizátor stromů Václav Větvíčka a dřevosochař Martin Patříčný. Datum první oslavy svátku stromů bylo stanoveno na 20. 10. 2000. Proč právě toto datum? Důvodů k tomu bylo několik. Předně, v mnoha lokalitách České republiky jde o vhodný termín pro sázení stromů. Podzim je také časem, kdy jsou stromy asi nejkrásnější a hrají všemi barvami. Dalším důvodem bylo to, že pro dřevosochaře měl tvar data 20. 10. 2000 zvláštní poezii. K tomu se přidala i skutečnost, že šansonierka a přítelkyně stromů Hana Hegerová má v ten den narozeniny. Nakonec její koncert pro stromy v roce 2000 nevyšel a stromům zazpívala až v roce 2002.

Nadace Partnerství myšlenku oslav Dne stromů rozvinula. Na tento den se již tradičně vyhláší výsledky celostátní ankety Strom roku a stromové slavnosti se pomalu stávají znovuobnovenou tradicí po celé zemi. Den stromů se nyní slaví 20. října již nejen v České republice, ale i v Polsku a na Slovensku. Dvacátý říjen se tak stává Středoevropským Dnem stromů.

Nejčastější aktivity ke Dni stromů:

- vycházka či cyklovýlet k významnému stromu v krajině
- soutěž pro děti (znalostní, výtvarná, literární, fotografická, ...)
- přírodovědná stezka pro děti, školy, veřejnost
- výsadba zeleně v obci
- koncert
- happening
- výstava fotografií, obrázků, výtvarných děl, pohlednic apod.
- výukový program
- seminář či jiná vzdělávací akce
- beseda
- brigáda v lesní školce, parku, lese, školní zahradě apod.

Líska pořádá každoročně od konce září do 20. října osvětovou kampaň STROMY kolem nás, více na www.liska-evvo.cz/osvetovekampane

Řadu zajímavých aktivit a projektů připravuje Nadace Partnerství.**TIPY, JAK OSLAVIT DEN STROMŮ**

- Vysadte společně s dětmi na svém pozemku strom. V e-shopu Nadace Partnerství si můžete zakoupit brožuru „Jak se sází strom“, kde najdete podrobnější návod na výsadbu stromů v krajině i ve městě. <http://eshop.nadacepartnerstvi.cz/>
- Nemáte strom, kde vysadit? Podpořte sázení stromů a péči o ně zasláním DMS STROM na číslo 87 777. Cena DMS je 30 Kč, stromy obdrží 27 Kč. www.dacovskasms.cz
- Uspořádejte vlastní Den stromů plný soutěží s tematikou stromů. Ve zpěvnících objevíte také mnoho lidových písní o stromech, které můžete stromům zazpívat (Pod naším okýnkem, Sedí líška pod dubem, Táhle je jablůňka).
- Přihlaste starý strom z vaší obce, který potřebuje nutně ošetřit, do projektu Zdravé stromy pro zítřek. Pokud jej komise vybere, získá bezplatné ošetření certifikovaným arboristou. Uzávěrka je již 17. září. www.zdravestromy.cz

Zdroj: Adéla Badáňová, www.nadacepartnerstvi.cz

MŠ

I. st.
ZŠII. st.
ZŠ

SŠ

Citáty a přísloví o stromech

- Žádný strom, neroste do nebe. (České přísloví)
- Jak se do lesa volá, tak se z lesa ozývá. (České přísloví)
- Po listí padají stromy. (České přísloví)
- Starý strom se dá těžko přesadit. (České přísloví)
- Kdo sází strom, těžko může čekat, že bude odpočívat v jeho stínu. (Čínské přísloví)
- Zasadíš-li zrána strom, nemůžeš očekávat, že ti dá v poledne stín. (Ruské přísloví)
- Lesy lidstvo předcházejí, pouště lidstvo následují. (Chateaubrind)
- Plánuješ-li rok, zasej zrno. Plánuješ-li tisíciletí, sázej stromy. (Kaun-tsu)
- Strom je jednoslabičné slovo, ale skrývá celý svět pohádek a zázraků. (Theodor Heuss)
- Les žije lépe bez člověka, ale lidstvo žije hůř bez lesa. (Theodor Kunkele)
- Kdo miluje přírodu, miluje i stromy. Někdy se mi zdá, jako by nám byly blíže než leckterý jiný život, jako by mluvily řečí, která je srozumitelná tomu, kdo jí naslouchá celou duší, aniž by ji musel chápat rozumem. (Herbert Groening)
- Víš, co je les? Je to deset tisíc sáhů dřeva? Nebo zelená lidská radost. (Berthold Brecht)
- Máš-li nemocnou duši, tak se schovej v lese jako poraněné zvíře, on tě vyléčí. Temné stromy jsou němí přátelé. Přijmou tě mlčky a budou na tebe hodní. (Saiigfried von Vegesack)
- Strom může být tvým přítelem: nemluví na tebe, ale víš, že tě má rád, protože ti dává jablka a hrušky či třešně nebo také větve na houpání. . . (Joan Walsh Anglnd)
- I kdybych věděl, že zítra bude konec světa, přece bych zasadil svou jablůňku. (Martin Luther)
- Hříchy proti přírodě v zemědělství postihnou většinou hříšníka samotného, hříchy proti přírodě v lese postihují pravidelně až další generace. (Felix von Hornstein)
- Poutníku, který jdeš touto cestou a chceš na mne vložit ruku, vyslechni mne, než mi ublížíš. Jsem teplo tvého krbu za studených zimních nocí. Jsem ochranný stín, když páli slunce. Mé ovoce tiší žízeň tvé pouti. Jsem trám, který podepírá tvůj dům, jsem prkno tvého stolu, postel na které ležíš, laťka, ze které staviš svůj člun. Jsem násada tvé motyky, dveře tvé chýše. Jsem dřevo tvé kolébky i rakve. Jsem chléb tvého dobra a květ krásy. Poutníku, půjdeš-li kolem, vyslyš mou prosbu: Neublížuj mi! (Nápis na stromech v Portugalsku)
- Každý hloupý kluk dokáže rozšlápnout brouka, nebo ulomit stromek, ale všichni profesori světa nedokážou ani jedno vyrobit. (Schopenhauer)
- Už brzy bude možné všude dojet, jen se bude stále méně vyplácet tam jezdit. (Konrad Lorenz)
- Zacházíme s tímto světem, jako bychom měli ještě jeden rezervní v kufru. (Jane Fondová)
- Z jediného stromu lze udělat milion zápalek, jedinou zápalkou lze zničit milion stromů. (Georg Christoph Lichtenberg)
- Lidskou schopnost vytvořit si životní prostor předčí pouze schopnost ho ničit. (Georg Christoph Lichtenberg)
- V roogenburském lese v polesí Braitenal zasadil jeden lesmistr počátkem 20. Století po těžké kalamitě způsobené vichřicí kamenný pomník s nápisem: "Chceš-li zničit les, sázej samé smrky". (Felix von Hornstein)
- To, co spotřebujeme v průmyslu a v domácnostech z uhlí, ropy, zemního plynu a rašeliny, jsou zásoby energie, které po sobě zanechal strom a jiné rostliny za 600 milionů let. Z oné minulosti čerpáme možnosti naší existence.

Co nám stromy předávají**BOROVICE**

Borovice byla uctívána už ve starověku. Kultovním stromem byla především v Číně a v Japonsku. Tam byla považována za strom, který posiluje jak živé bytosti, tak i duše zemřelých. I v Evropě byla borovice symbolem síly, zdraví, dlouhověkosti a plodnosti. Keltové ji považovali za „matku moudrosti“ a strom zdraví.

Hojivých účinků borovicové pryskyřice využíval už Hippokratés. Léčivé jsou také pupeny, ovšem jejich jarní sběr lze provádět jen se souhlasem majitele lesa. Odvar z čerstvých nebo sušených pupenů se používá při chronických bronchitidách, při neurózách a také při revmatismu.

Pobyt při borovici, zvláště pak v borovicovém hájku, napomáhá k vyostření intelektu, posiluje paměť a navrácí emocionální rovnováhu. Také zklidňuje zlost a stres a dokonce je prospěšný i při hubnutí. Borovice mají také antiseptické účinky, léčí a chrání před

MŠ

I. st.
ZŠII. st.
ZŠ

SŠ

infekcemi a v jejich blízkosti se můžeme snadněji zbavit rýmy či nachlazení.

Borová parní lázeň nebo mast či krém s borovou esencí dokáže stimulovat pokožku a činnost důležitých orgánů v dutině břišní a mohou tak být užitečné i při vážných onemocněních.

BŘÍZA

Bříza je strom pro melancholiky; zahání chmury a způsobuje dobrou náladu. Už samotný pohled na štíhlé bílé kmeny břízy a její jemné větve působí na nás uklidňujícím dojmem. Bříza byla kdysi považována za magický strom především při překonávání nemoci. Pokud někdo trpěl třesavkou, zašel do březového hájku, kde postupně zatřásl třemi břízkami, a pak vyslovil magickou formuli: „Zatřes se mnou, jako já s tebou, a pak přestaň!“ Potíže pak ustaly, neboť strom převzal lidskou chorobu na sebe.

Spánek pod břízou se doporučuje lidem, kteří se cítí vyčerpáni nemocí nebo těžkou prací. Z mladých březových pupenů (jsou však chráněny!) si můžeme připravit salát, z čerstvých mladých listů zase čaj. Extrakty z břízy jsou elixírem pro zdraví a krásu. Čaj z mladého listí působí protizánětlivě a močopudně a napomáhá rozpouštění močových kamenů. Užívá se při revmatických potížích a při poruchách funkce slinivky břišní. Zevně působí na pročištění a regeneraci pokožky, též vyhlazuje vrásky.

Když obejmeme kmen břízy, přinese nám to klid a celkové posílení. Napomůže také při rozvíjení intuice a vnímavosti.

BUK

Buk je stromem plodnosti, když například Řekové přiváděli k bukům „jalová“ zvířata a také neplodné ženy. Slované věřili, že tam, kde rostou buky nemohou nikomu ublížit žádné čary a kouzla. Také plody - bukvice (sbírané na podzim) byly praženy a jedly se pro očistu organismu. Ovšem jen v malých dávkách, jinak působily stejně, jako hodně silný alkohol. Z bukvice se získává také jedlý olej, který, lisovaný za studena, se vyrovná oleji olivovému. Čerstvé bukové listí se žvýká při vyrážce v ústech. Odvar z listí buku je také účinný na svědivou vyrážku.

Pobyt u zdravého buku uleví od stresu, bolesti hlavy a prospívá při léčbě krevního tlaku (normalizuje ho). Bukový les nám poskytuje pocit bezpečí a nepříjemné problémy pak dokážeme vnímat z nadhledu. Buk posiluje v člověku schopnost tolerance k ostatním. Máte-li problémy ve svém okolí, ve všem chcete mít jen svoji pravdu, obejměte buk, který vám pomůže najít společný jazyk s ostatními a dovede vás ke kompromisu.

DUB

Duby byly považovány za posvátné stromy. Ze šumění jejich listí uměli kněží starověkého Řecka „číst“ božská sdělení. Také Keltové a Slované uctivali duby, dávali jim obětní dary a když potřebovali důležité rady, usínali v jejich stínu s vírou, že větve dubu jim přinesou prorocký sen. Rovněž mnozí svatí z počátků křesťanství trávili svůj život v prostoru starých vykotlaných dubů. Například sv. Bernard tvrdil, že za veškerou svoji energii i moudrost vděčí dubu, v jehož dutině často pobýval.

Dubová kůra (sbírá se z mladých tenkých větví v dubnu) je důležitým léčebným prostředkem, obsahujícím hodně tříslovin a hořčin. Svým protizánětlivým účinkem (též zastavuje krvácení a průjem) se využívá při špatném trávení nebo zevně při hemeroidech, kožních zánětech, špatně se hojících ranách, nebo proti potivosti nohou.

Dub nám svoji energii dodává zdraví a sílu, podporuje myšlenkové procesy a především rozhodování. Pobyt pod ním se proto doporučuje těm, kteří mají nějaké neřešitelné problémy, neboť dub jim dodá sílu a napoví to nejlepší řešení.

JEDLE

Jedle je strom, který regeneruje naši vitalitu. Například v Rumunsku bylo zvykem přinášet těžce nemocné pod jedli, tam je opřeli o kmen stromu a postižení se snadněji uzdravovali. Jedlové větvičky se také přidávaly do první koupele novorozeně, aby dítě bylo silné a aby duch jedle od něho odháněl zlé mocnosti. Jedle bývá považována za krále lesa, symbolizuje majestát, stálost a také trpělivost. Keltové uctivali jedli v době zimního slunovratu, kdy ji zdobili pentlemi a přinášeli pod ní dary svým bohům.

Léčivou částí jedle jsou mladé výhonky a jehličky, z nichž se získává silice. Ta slouží jako součást zevních přípravků proti revmatismu, k inhalacím při dýchacích potížích, nebo jako přísada do koupele (uklidňující a posilující prostředek).

Obejmout jedli se doporučuje osobám zavaleným prací, neustále někam spěchajícím a s nízkým pocitem sebevědomí. Tento strom je bude chránit před přepracováním a poskytne jim tolik potřebné zklidnění a odpočinek. K jedli by se měli přitisknout také ti, kteří trpí zablokováním v sexu; protože tento strom jim pomůže možná více než kterýkoliv sexuolog.

MŠ

I. st.
ZŠII. st.
ZŠ

SSŠ

KAŠTAN

Kaštan – správně jírovec – uklidňuje, zmírňuje napětí a tak pomáhá především ve chvílích, kdy prožíváme z něčeho velké obavy a strach. Tento strom léčí nemocnou duši a pomáhá najít ztracené sebevědomí a jistotu.

Léčivá je kůra jírovce, kdy se vývar používá při léčbě hemoroidů nebo křečových žil. Výluh (lihový) z květů nebo plodů kaštanů je známý jako mazání při revmatických potížích, neboť podporuje lepší prokrvení nemocného místa. Často postačí prosté nošení plodu kaštanu v kapse, abychom se zbavili příležitostných revmatických bolestí. Doporučuje se také uložení kaštanových plodů do postele pod matraci, to abychom spali klidným spánkem, zbavili se revmatických potíží a byli chráněni před nečistými silami.

Pobyt při kmenu jírovce nám pomůže zbavit se neklidu a strachu.

LÍPA

Lípa je stromem smíření. Už za dávných časů, jakmile se dva znesvářené rody či sousedé udobřili, zasadili na hranici svých území lípu, aby hlídala a chránila jejich mír a pokoj. Je to strom lásky, který urovnává mezilidské vztahy.

Lípa je také účinná léčitelka. Její květ je známým prostředkem proti nachlazení, při horečkách a zahlenění dýchacích cest. Pomáhá také při žaludeční a střevní kolice a též proti revmatismu.

Energie lípy zajišťuje zdravý odpočinek, přivolává věštecké sny a především přináší příjemnou a vstřícnou atmosféru ve vztahu dvou či více osob. Proto se pobyt při kmenu lípy doporučuje především těm lidem, kteří vidí všechno černě a domnívají se, že je neustále někdo pronásleduje a chce jim ublížit. Zvláštní magickou sílu má dvanáct lip vysazených do kruhu. V jeho středu i méně vnímavý člověk může pocítit zvláštní kouzlo, jakoby otevírání se něčemu nádhernému, laskavému i tajemnému zároveň. Funguje to i tehdy, kdy už některé stromy z kruhu jsou poraženy nebo odstraněny i s kořeny, ale je viditelné, že v původním počtu jich bylo dvanáct.

MŠ

MODŘÍN

Modřín pochází se Severní Ameriky a dnes je hojně rozšířen především pro své cenné dřevo. Modřín dodává energii a povzbuzuje sebejistotu. Je symbolem obnovy a lepšího života, takže omlazuje jak fyzicky tak i psychicky. Používá se k tomu vykuřování modřínovým dřevem nebo pálení modřínového jehličí, což dokáže odvrátit nepříznivé vlivy. Vykuřování modřínem se úspěšně využívalo i v dobách moru.

Z pryskyřice modřínu se vyrábí modřínová mast na revmatické bolesti, ale též jako mazání na hrudník při bronchitidě nebo úporném kašli. Modřínová kůra má vysoký obsah tříslovin a používá se do koupelí nohou proti jejich pocení a zápachu.

Pobyt pod modřínem nám přináší dobrou náladu a je tedy doporučován především pesimistům. Povzbuzuje trpělivost, vytrvalost a napomáhá v řešení komplikovaných záležitostí.

I. st.
ZŠ

SMRK

Smrk má ochrannou moc a na některých místech je ještě i dnes vysazován tam, kde má chránit dům a rodinu před veškerým zlem, nemocemi a nepřízní osudu. U našich předků ztělesňoval ženský prvek a byl proto stromem života a mateřství. Ve starém Řecku se předpokládalo, že ve smrkových hájích mají své obydlí bohové. Jinde lidé zase věřili, že v korunách smrkových stromů sídlí dobří lesní duchové a skřítkové, a proto pod nimi pořádali tajemné magické obřady.

Nejdůležitější léčivou složkou smrku je jeho silice, získávána z mladých jarních výhonků. Ty je možné nasušit a pak používat k inhalacím nebo jako doplněk bylinkového čaje. Je prokázáno, že smrk - celý strom - má schopnost důkladně pročistit vzduch.

Ke smrku se můžeme obracet při jakýchkoliv potížích - tělesných, psychických i jiných. Je jako laskavá matka, která nás k sobě přivine a sejme z nás vše nepříjemné, abychom mohli s úsměvem vstoupit na další trasu našeho pozemského putování.

Zdroj: Léčivá síla stromů, napsala ji Gisela Preuschffová

SŠ

Křížovka – tajenka a správné řešení.

KŘÍŽOVKA 1

1. Který pták je označován jako doktor
2. Šišky směrem nahoru má
3. Myslivec jinak
4. Roh, který zahajuje hon
5. Dřevina s kmenem se nazývá
6. Malý strom
7. Malý kořen se jmenuje
8. V lese zabloudil Jeníček a
9. Kmen stromů pokrývá

			1	D	A	T	E	L		
			2	J	E	D	L	E		
3	H	A	J	N	Ý					
	4	L	E	S	N	Í	R	O	H	
		5	S	T	R	O	M			
		6	S	T	R	O	M	E	K	
		7	K	O	Ř	Í	N	E	K	
			8	M	A	Ř	E	N	K	A
			9	K	Ů	R	A			

Tajenka: **DEN STROMŮ**

KŘÍŽOVKA 2

1. Stromořadí
2. Seskupení stromů
3. V lese sbíráme?
4. Opadává na podzim
5. Národní strom
6. Bažina
7. Spodní část stromů
8. Smuteční strom
9. Jehličnan, který opadává na zimu

				1	A	L	E	J	
				2	L	E	S		
				3	H	O	U	B	Y
				4	L	I	S	T	Í
				5	L	Í	P	A	
				6	M	O	Č	Á	L
		7	K	O	Ř	E	N	Y	
			8	V	R	B	A		
			9	M	O	D	Ř	Í	N

Tajenka: **JEHLIČNAN**

MŠ

I. st.
ZŠ

II. st.
ZŠ

SŠ

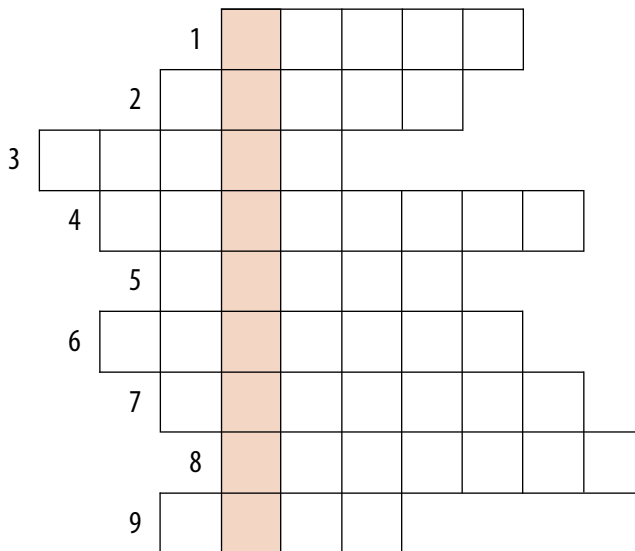
PRACOVNÍ LIST PRO ŽÁKA

1

Křížovky od lesa

KŘÍŽOVKA 1

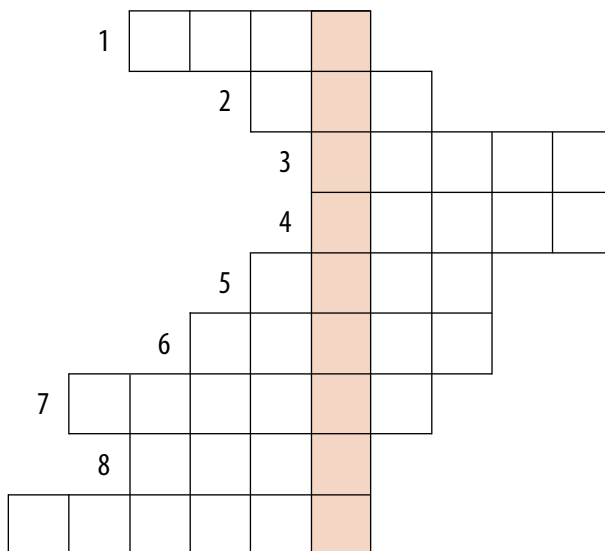
1. Který pták je označován jako doktor
2. Šišky směrem nahoru má
3. Myslivec jinak
4. Roh, který zahajuje hon
5. Dřevina s kmenem se nazývá
6. Malý strom
7. Malý kořen se jmenuje
8. V lese zabloudil Jeníček a
9. Kmen stromů pokrývá



MŠ

KŘÍŽOVKA 2

1. Stromořadí
2. Seskupení stromů
3. V lese sbíráme?
4. Opadává na podzim
5. Národní strom
6. Bažina
7. Spodní část stromů
8. Smuteční strom
9. Jehličnan, který opadává na zimu



I. st.
ZŠ

II. st.
ZŠ

SŠ