



SAFLAX®



Tips



© Magnus Manske - GNU

Calendula officinalis

	 Български	BG	 2		 Malti	MT	 5
	 Dansk	DK	 2		 Nederlands	NL	 5
	 Deutsch	DE	 2		 Norsk	NO	 6
	 English	UK	 2		 Polski	PL	 6
	 Eesti	EE	 3		 Português	PT	 6
	 Suomalainen	FI	 3		 Românesc	RO	 6
	 Français	FR	 3		 Svenska	SE	 7
	 Ελληνική	GR	 3		 Slovensky	SK	 7
	 Gaeilge	IE	 4		 Slovenski	SI	 7
	 íslenskur	IS	 4		 Español	ES	 7
	 Italiano	IT	 4		 Český	CZ	 8
	 Hrvatski	HR	 4		 Türkçe	TR	 8
	 Latviešu	LV	 5		 Magyar	HU	 8
	 Lietuvių kalba	LT	 5		 日本語	JP	 9



Невен

Calendula officinalis

Учебно растение на ацтекската богиня на любовта Сочикецал

Невенът от семейство Маргаритки обикновено е едногодишен, висок около 30 до 50 см и има разклонени, мъхести, светлозелени стъбла. и мъхести продълговати листа. Тя показва жълто-оранжевите си цветове през цялото лято, от юни до първите слани. Тя беше символ на богинята на любовта на ацтеките Сочикецал. Използвайки невена, Шочикетцал научи своя народ на посланието за вечния цикъл на живота. Ето как жените на ацтеките научаваха за потока на безкрайния живот и взаимосвързаността на всички неща. През Средновековието и във всички древни култури невенът е бил популярен като багрило, лечбена билка, подправка и магическо растение. Ефективни сили: За чай от невен, залейте с вряла вода една препълнена чаена лъжичка от цветовете и оставете да кисне пет до десет минути. Една чаша сутрин и вечер успокоява нервите и помага за добър сън. Чаят успокоява и е полезен и за бърбреците, черния дроб и жлъчката. Благодарение на своите спазмолитични свойства, чаят от невен може също така да облекчи менструални или менстурални спазми. Малко по-силен чай е много добър за гаргара при инфекции на устата. Пресните млади листа са добри в кухнята като пикантна добавка към салати. **Естествено местоположение:** Предполага се, че произходът на невена е от Средиземноморието. В Северна Европа от 12 век намира място в манастирски и вилни градини. **Успешно отглеждане:** Невенът е лек покълник. Първата сеитба може да се извърши директно в градината, веднага щом не се очакват повече нощни слани. Поставете семената на около 1,5 см дълбоко в почвата, на 20 см едно от друго. Периодът на покълване обикновено е две до три седмици. Култивирането може да се извършва на закрито през цялата година. **Най-доброто местоположение:** Невенът обича слънчеви места и богата на хранителни вещества, умерено влажна почва. **Оптимална грижа:** Поливайте редовно веднага щом горният слой на почвата изсъхне и осигурете на растенията си органичен течен тор по време на периода на цъфтеж. Цветовете и листата могат да се режат и сушат от юни до октомври. При сухо, слънчево време отрежете цели, току-що отворени цветни глави точно под основата. Подредете свободно събраните стоки на сенчесто място и ги оставете да изсъхнат за няколко дни. Едва след това лъчевите цветчета се откъсват и след това се изсушават напълно. Можете също да изсушите и използвате целите цветни глави. След това трябва да запазите частите на растението сухи и защитени от светлина. По същия начин се сушат и листата. **През зимата:** Невенът понася леки студове, но не е издръжлив. Те обаче се засяват отново за следващата година.



Morgenfrue

Calendula officinalis

Undervisningsplante af den aztekiske kærlighedsgudinde Xochiquetzal

Morgenfruen fra tusindfrydfamilien er normalt enårig, omkring 30 til 50 cm høj og har forgrenede, behårede, lysegrønne stængler og behårede aflange blade. Den viser sine gul-orange blomster hele sommeren, fra juni til den første frost. Hun var symbolet på den aztekiske kærlighedsgudinde Xochiquetzal. Ved hjælp af morgenfruen lærte Xochiquetzal sit folk budskabet om livets evige cyklus. Sådan lærte de aztekiske kvinder om strømmen af uendeligt liv og sammenhængen mellem alle ting. I middelalderen og i alle antikke kulturer var morgenfruen populær som farvestof, lægeurt, krydderi og magisk plante. Effektive kræfter: For en morgenfrue te, hæld kogende vand over en dynget teskefuld af blomsterne og lad det trække i fem til ti minutter. En kop om morgenen og om aftenen beroliger nerverne og hjælper med at få en god nats søvn. Teen giver afslapning og er desuden god for nyrer, lever og galde. På grund af dens krampeløsende egenskaber kan morgenfrue te også lindre menstruationssmerter eller menstruationskrampe. Lidt stærkere te er meget god til at gurgle med mundinfektioner. Friske unge blade er gode i køkkenet som en velsmagende tilføjelse til salater. **Naturlig beliggenhed:** Morgenfruens oprindelse antages at være i Middelhavsområdet. I Nordeuropa fik den fra 1100-tallet plads i kloster- og hyttehaver. **Successful dyrkning:** Morgenfruer er lette spirer. Den første såning kan foretages direkte i haven, så snart der ikke skal forventes mere nattefrost. Placer frøene cirka 1,5 cm dybt i jorden, 20 cm fra hinanden. Spireperioden er normalt to til tre uger. Dyrkning kan foregå indendørs hele året rundt. **Den bedste beliggenhed:** Morgenfruer elsker solrige steder og næringsrig, moderat fugtig jord. **Optimal pleje:** Vand regelmæssigt, så snart det øverste jordlag er tørt, og giv dine planter organisk flydende gødning i blomstringsperioden. Blomsterne og bladene kan klippes og tørres fra juni til oktober. I tørt, solrigt vejr skæres hele, nyåbnede blomsterhoveder af lige under bunden. Stabel de indsamlede varer løst et skyggefuldt sted og lad dem tørre i et par dage. Først derefter plukkes strålebukkerne af og tørres derefter helt. Du kan også tørre og bruge hele blomsterhovederne. Du bør derefter holde plantedelene tørre og beskyttet mod lys. Bladene tørres på samme måde. **Om vinteren:** Morgenfruer tåler let frost, men er ikke hårdføre. De så sig dog igen til det næste år.



Ringelblume

Calendula officinalis

Lehrpflanze der aztekischen Liebesgöttin Xochiquetzal

Die Ringelblume aus der Familie der Korbblütlergewächse ist meist einjährig, wird etwa 30 bis 50 cm hoch und hat verzweigte, behaarte, hellgrüne Stängel und behaarte längliche Blätter. Ihre gelb-orangefarbenen Blüten zeigt sie den ganzen Sommer von Juni bis zu den ersten Frösten. Sie war das Symbol der aztekischen Liebesgöttin Xochiquetzal. Anhand der Ringelblume lehrte Xochiquetzal ihr Volk die Botschaft vom ewigen Kreislauf des Lebens. Die Azteken erfuhren so vom Fluss des unendlichen Lebens und der wechselseitigen Verbundenheit aller Dinge. Im Mittelalter und in allen antiken Kulturen war die Ringelblume als Farbstoff, Heilkraut, Gewürz und auch Zauberpflanze beliebt. Wirkende Kräfte: Für einen Ringelblumen-Tee übergießen Sie einen gehäuften Teelöffel der Blüten mit kochendem Wasser und lassen ihn fünf bis zehn Minuten ziehen. Eine Tasse am Morgen und am Abend beruhigt die Nerven und verhilft zu einem ruhigen Schlaf. Der Tee sorgt für Entspannung und ist außerdem gut für Nieren, Leber und Galle. Durch seine krampflösenden Eigenschaften kann ein Ringelblumentee auch Menstruationsbeschwerden bzw. Periodenkrämpfe lindern. Etwas stärkerer Tee ist sehr gut zum Gurgeln bei Mundhöhlenentzündungen. Frische junge Blätter eignen sich in der Küche gut als pikante Ergänzung im Salat. **Naturstandort:** Die Herkunft der Ringelblume wird im Mittelmeerraum vermutet. In Nordeuropa fand sie ab dem 12. Jahrhundert Platz in Kloster- und Bauerngärten. **Anzucht:** Ringelblumen sind Lichtkeimer. Die erste Aussaat kann direkt im Garten erfolgen, sobald keine Nachtfröste mehr zu erwarten sind. Setzen Sie die Samen im Abstand von 20 cm etwa 1,5 cm tief in die Erde. Die Keimdauer beträgt in der Regel zwei bis drei Wochen. Im Haus kann die Anzucht ganzjährig erfolgen. **Standort:** Ringelblumen lieben sonnige Standorte und einen nährstoffreichen, mäßig feuchten Boden. **Pflege:** Gießen Sie regelmäßig, sobald die oberste Erdschicht trocken ist und versorgen Sie Ihre Pflanzen während der Blütezeit mit organischem Flüssigdünger. Die Blüten und Blätter können von Juni bis Oktober geschnitten und getrocknet werden. Schneiden Sie die ganzen, frisch aufgeblühten Blütenköpfe bei trockenem, sonnigen Wetter knapp unterhalb des Ansatzes ab. Schichten Sie das Sammelgut an einem schattigen Platz locker auf und lassen Sie es ein paar Tage vortrocknen. Erst dann werden die Zungenblüten abgezupft und anschließend fertig getrocknet. Sie können aber auch die gesamten Blütenköpfe fertig trocknen und verwenden. Danach sollten Sie die Pflanzenteile trocken und lichtgeschützt aufbewahren. Die Blätter werden auf dieselbe Weise getrocknet. **Im Winter:** Ringelblumen vertragen leichten Frost, sind aber nicht winterhart. Allerdings säen sie sich selbst wieder für das nächste Jahr aus.



Pot Marygold

Calendula officinalis

Teaching plant of the Aztec goddess Xochiquetzal

The Pot Marygold belongs to the aster family and grows usually annual, 30 to 50 cm tall with ramified and haired, light green coloured stalks and haired, elongated leaves. From June until the first frosts, it shows its yellow-orange coloured blossoms through the whole summer. The Pot Marygold was the symbol of the Aztec love goddess Xochiquetzal. The goddess taught the message of the eternal cycle of life to the people through the plant. The Aztecs learned about the flow of eternal life and the mutually connectedness of all things. During the Middle Ages and in all ancient cultures, the Pot Marygold was favoured as colouring agent, medicinal plant, spice and even as miracle plant. Active agents: To prepare a Marygold tea, simply dash a heaped teaspoonful of the flowers with hot boiling water and let it simmer for five to ten minutes. One cup in the morning and one cup in the evening will calm the nerves and facilitates a restful sleep. The tea brings relaxation and has positive effects on kidneys, liver and gall bladder. Due to its anticonvulsive effects, it also helps with menstrual cramps. A more stronger tea is very good to gargle and eases stomatitis. In the kitchen, you can use the leaves of the plant as a herbal spicy supplement for a salad. **Natural location:** The Pot Marygold is believed to originate in the Mediterranean region. Since the 12th century it was cultivated in cloister and cottage gardens in northern Europe. **Successful cultivation:** The Pot Marygold is a light germinator. Seeding directly in the garden bed can be done after the last nightly frosts. Plant the seeds about 1,5 cm deep and 20 cm apart from each other into the earth. Usually, it takes two to three weeks until germination. Seed propagation indoors, however, is possible throughout the year. **The best location:** The Pot Marygold prefers a sunny place with nutritious, moderate moist soil. **Optimal care:** Water the plant regularly, as soon as the upper layer of the earth has dried out, and provide it with organic fertilizer during blossoming. From June until October, you may harvest and dry the flowers and leaves. During dry and sunny weather, cut the whole, freshly blown flower heads tightly below the base and staple the harvested parts loosely for a couple of days in a shaded place for drying. After that, you can either pluck out the ray florets and finish drying them off separately, or dry the whole flower heads completely. After drying, you may store the harvested parts in a dry and dark place. The leaves are to be handled in the same way. **In the winter:** The Pot Marygold tolerates mild frosts, but it is not frost-hard. Anyway, the plant will self-seed next year.



Saialill

Calendula officinalis

Asteekide armastusjumalanna Xochiquetzali õppetaim

Karikakarde sugukonnast pärinev saialill on tavaliselt üheaastane, umbes 30–50 cm kõrgune ja hargnenud, karvaste heleroheliste vartega, ja karvased piklikud lehed. Sellel on kollakasoranžid õied kogu suve, juunist kuni esimeste külmadeni. Ta oli asteekide armastusjumalanna Xochiquetzali sümbol. Kasutades saialille, õpetas Xochiquetzali oma rahvale sõnumit igavesest elutsüklist. Nii õppisid asteekide naised tundma lõpmatu elu voogu ja kõigi asjade omavahelist seotust. Keskajal ja kõigis iidsetes kultuurides oli saialill populaarne värvaine, ravimtaime, vürtsi- ja võlutaimena. Tõhusad jõud: Saialillitee jaoks vala kuhjaga teelusikataisi õitele keeva vee ja lase viis kuni kümme minutit tõmmata. Tass hommikul ja õhtul rahustab närve ja aitab hea une saada. Tee pakub lõdvestust ning on kasulik ka neerudele, maksale ja sapile. Tänu oma spasmolüütilistele omadustele võib saialillitee leevendada ka menstruaalkrampe või menstruaalsiooni krampe. Veidi kangem tee sobib väga hästi suupõletike puhul kuristamiseks. Värsked noored lehed sobivad hästi kööki salatite soolaseks lisandiks. **Looduslik asukoht:** Eeldatakse, et saialille päritolu on Vahemere piirkond. Põhja-Euroopas leidis ta alates 12. sajandist koha kloostrite ja suvilaedades. **Edukas kasvatamine:** Saialilled on kerged idandajad. Esimese külvi võib teha otse aeda niipea, kui öökülma enam oodata pole. Asetage seemned umbes 1,5 cm sügavusele mulda, üksteisest 20 cm kaugusel. Idanemisperiod on tavaliselt kaks kuni kolm nädalat. Toas võib kasvatada aastaringselt. **Parim asukoht:** Saialilled armastavad päikeselist kasvukohta ja toitaineterikast parasiinset mulda. **Optimaalne hooldus:** Kastke regulaarselt niipea, kui pinnase pealmine kiht on kuivanud, ja varustage oma taimi õitsemise ajal orgaanilise vedelväetisega. Õisi ja lehti saab lõigata ja kuivatada juunist oktoobrini. Kuiva päikesepaistelise ilmaga lõigake ära terved, värskest avanenud õiepead vahetult aluse all. Lao kogutud kaup lõdvalt virm varjulisse kohta ja lase paar päeva kuivada. Alles seejärel kitkutakse raid õied ära ja kuivatatakse täielikult. Võite kuivatada ja kasutada ka terveid lillepäi. Seejärel peaksite taimed hoidma kuivana ja valguse eest kaitstuna. Lehed kuivatatakse samal viisil. **Talvel:** Saialilled taluvad kerget külma, kuid ei ole vastupidavad. Küll aga külvavad nad end järgmiseks aastaks uuesti.



Kehäkukka

Calendula officinalis

Atsteekien rakkauden jumalattaren Xochiquetzalin opetuskasvi

Päivakakkaraperhen kehäkukka on yleensä yksivuotinen, noin 30–50 cm korkea ja varret ovat haarautuneet, karvaiset, vaaleanvihreät. ja karvaiset pitkänomaiset lehdet. Se näyttää kelta-oransseja kukkia koko kesän, kesäkuusta ensimmäisiin pakkasiin. Hän oli atsteekien rakkauden jumalattaren Xochiquetzalin symboli. Käyttämällä kehäkukka, Xochiquetzal opetti kansalleen viestin ikuisesta elämän kierrosta. Näin atsteekinaiset oppivat äärettömän elämän virtauksesta ja kaikkien asioiden keskinäisestä yhteydestä. Keskiajalla ja kaikissa muinaisissa kulttuureissa kehäkukka oli suosittu väriaineena, lääkekasvina, mauste- ja taikakasvina. Tehokkaat voimat: Kaada kehäkukkateetä varten kiehuva vettä teelusikallisen kukkien päälle ja anna hautua viidestä kymmeneen minuuttia. Kuppi aamulla ja illalla rauhoittaa hermoja ja auttaa saamaan hyvät yöunet. Tee rentouttaa ja tekee hyvää myös munuaisille, maksalle ja sapelle. Antispasmodisten ominaisuuksiensa ansiosta kehäkukkatee voi myös lievittää kuukautiskipuja tai kuukautiskipuja. Hieman vahvempi tee on erittäin hyvä kurkkukurkku suun tulehdusten kanssa. Tuoreet nuoret lehdet sopivat hyvin keittiöön suolaisena lisukkeena salaatteihin. **Luonnollinen sijainti:** Kehäkukan alkuperän oletetaan olevan Välimeren alueelta. Pohjois-Euroopassa se löytyi 1100-luvulta lähtien luostareissa ja mökkien puutarhoissa. **Onnistunut viljely:** Kehäkukka on kevyitä itäjiä. Ensimmäinen kylvö voidaan tehdä suoraan puutarhaan heti, kun yöpakkasia ei ole enää odotettavissa. Aseta siemenet noin 1,5 cm:n syvyyteen maaperään 20 cm:n etäisyydelle toisistaan. Itämisaika on yleensä kahdesta kolmeen viikkoon. Viljelyä voidaan tehdä sisätiloissa ympäri vuoden. **Paras sijainti:** Kehäkukka rakastaa aurinkoisia paikkoja ja ravinnerikasta, kohtalaisen kosteaa maaperää. **Optimaalinen hoito:** Kastele säännöllisesti heti, kun maan pintakerros on kuiva, ja anna kasveille orgaanista nestemäistä lannoitetta kukinnan aikana. Kukat ja lehdet voidaan leikata ja kuivata kesäkuusta lokakuuhun. Leikkaa kuivalla, aurinkoisella säällä kokonaiset, juuri avautuneet kukanpäät juuri pohjan alapuolelta. Pinoa kerätyt tavarat löyhästi varjoisaan paikkaan ja anna kuivua muutama päivä. Vasta sitten ray-kukat irrotetaan ja kuivataan kokonaan. Voit myös kuivata ja käyttää koko kukkapäätä. Tämän jälkeen kasvin osat tulee pitää kuivina ja suojattuna valolta. Lehdet kuivataan samalla tavalla. **Talvella:** Kehäkukka sietää kevyitä pakkasia, mutta ei ole kestäviä. He kuitenkin kylvävät itsensä uudelleen ensi vuodeksi.



Souci

Calendula officinalis

Plante médicinale de la déesse de l'amour aztèque, Xochiquetzal

Le souci, qui appartient à la famille des composacées, est annuel en général, atteint une hauteur de 30 à 50 cm, et a des pédoncules ramifiées, poilues, et vert clair, ainsi que des feuilles allongées et poilues. Il montre ses fleurs jaunes-oranges pendant tout l'été, de juin jusqu'aux premiers gels. Il était la symbole de la déesse de l'amour aztèque, Xochiquetzal. Xochiquetzal a transmis le message du cercle éternel de la vie avec le souci. Les aztèques ont découvert le fleuve de la vie éternelle et le lien réciproque de tout. Au Moyen Âge et dans toutes les cultures antiques, le souci était un colorant, une plante médicinale, une épice, et une plante magique populaire. Forces agissantes : Pour faire un thé au souci, plongez une cuillerée de fleurs de souci dans de l'eau bouillante et laissez infuser pendant cinq à dix minutes. Une tasse le matin et le soir calment les nerfs et contribuent à un sommeil tranquille. Le thé s'occupe de la détente et est aussi bon pour les reins, le foie, et la bile. Un thé au souci peut aussi soulager des problèmes menstruels ou des crampes dues aux règles grâce à ses propriétés antispasmodiques. Il est très bon de se gargariser avec un thé un peu plus fort pour les stomatites. Dans la cuisine, les jeunes feuilles fraîches servent bien de supplément piquant dans les salades. **Emplacement naturel:** L'origine du souci est supposée être dans la méditerranée. Il se trouvait à partir du 12ème siècle au nord de l'Europe, dans des jardins de curé et de cottage. **Culture réussie:** Les soucis ont besoin de lumière pour germer. Le premier ensemencement peut se faire directement dans le jardin du moment qu'aucun gel de nuit n'est attendu. Mettez les graines dans la terre à environ 1,5 cm de profondeur et à 20 centimètres les unes des autres. La germination dure deux à trois semaines en général. La culture à la maison peut se faire tout au long de l'année. **Le meilleur emplacement:** Les soucis aiment des emplacements ensoleillés et une terre riche en nutriments et modérément humide. **Soins optimaux:** Arrosez la plante régulièrement dès que la couche supérieure de la terre soit séchée et engraissez votre plante pendant la floraison avec de l'engrais liquide organique. Les fleurs et les feuilles peuvent être coupées et séchées de juin à octobre. Coupez les capitules fraîchement fleuris entièrement juste en-dessous de la base en temps sec et ensoleillé. Empilez les capitules collectés dans un endroit ombragé et laissez les sécher pendant quelques jours. Les pétales sont effeuillées ensuite, puis séchées. Vous pouvez aussi sécher et utiliser les capitules entières. Ensuite, vous devez sécher les parties de la plante et les conserver à l'abri de la lumière. Les feuilles sont séchées de la manière. **En hiver:** Les soucis supportent des gels légers, mais ils ne sont pas rustiques. Cependant, ils se ressemblent eux-mêmes pour l'année suivante.



Κατιφές

Calendula officinalis

Διδακτικό φυτό της θεάς του έρωτα των Αζτέκων Xochiquetzal

Ο κατιφές από την οικογένεια των μαργαριτών είναι συνήθως ετήσιος, έχει ύψος περίπου 30 έως 50 cm και έχει διακλαδισμένους, τριχωτούς, ανοιχτοπράσινους μίσχους, και τριχωτά επιμήκη φύλλα. Εμφανίζεται τα κτρινοπορτοκαλί άνθη του όλο το καλοκαίρι, από τον Ιούνιο μέχρι τους πρώτους παγετούς. Ήταν το σύμβολο της θεάς του έρωτα των Αζτέκων Xochiquetzal. Χρησιμοποιούνταν στον κατιφέ, η Xochiquetzal δίδαξε στους ανθρώπους της το μήνυμα του αιώνιου κύκλου της ζωής. Έτσι έμαθαν οι γυναίκες των Αζτέκων για τη ροή της άπειρης ζωής και τη διασύνδεση όλων των πραγμάτων. Στο Μεσαίωνα και σε όλους τους αρχαίους πολιτισμούς, ο κατιφές ήταν δημοφιλής ως χρωστική, φαρμακευτικό βότανο, μπαχαρικό και μαγικό φυτό. Αποτελεσματικές δυνάμεις: Για ένα τσάι κατιφέ, ρίξτε βραστό νερό πάνω από ένα γεμάτο κουτάλακι του γλυκού από τα άνθη και αφήστε το να βράσει έως πέντε έως δέκα λεπτά. Ένα φλιτζάνι του κατιφέ μπορεί να ηρεμήσει τα νεύρα και βοηθά να κοιμηθείτε καλά. Το τσάι προσφέρει χαλάρωση και είναι επίσης καλό για τα νεφρά, το συκώτι και τη χολή. Λόγω των αντισπασμωδικών ιδιοτήτων του, το τσάι κατιφέ μπορεί επίσης να ανακουφίσει τις κράμπες της περιόδου ή τις κράμπες περιόδου. Το ελαφρώς πιο δυνατό τσάι είναι πολύ καλό για γαργάρες με στοματικές μολύνσεις. Τα φρέσκα νεαρά φύλλα είναι καλά στην κουζίνα ως αμυρική προσθήκη σε σαλάτες. **Φυσική τοποθεσία:** Η καταγωγή του κατιφέ εικάζεται ότι είναι στην περιοχή της Μεσογείου. Στη βόρεια Ευρώπη, από τον 12ο αιώνα, βρήκε θέση σε μοναστήρια και κήπους εξοχικών σπιτιών. **Επιτυχημένη καλλιέργεια:** Οι κατιφέδες είναι ελαφρά βλαστήρια. Η πρώτη σπορά μπορεί να γίνει απευθείας στον κήπο, μόλις δεν αναμένονται πλέον νυχτερινοί παγετοί. Τοποθετήστε τους σπόρους σε βάθος περίπου 1,5 cm στο χώμα, σε απόσταση 20 cm μεταξύ τους. Η περίοδος βλάστησης είναι συνήθως δύο έως τρεις εβδομάδες. Η καλλιέργεια μπορεί να γίνει σε εσωτερικούς χώρους όλο το χρόνο. **Η καλύτερη τοποθεσία:** Οι κατιφέδες αγαπούν τις ηλιόλουστες τοποθεσίες και το πλούσιο σε θρεπτικά συστατικά, μέτρια υγρό έδαφος. **Βέλτιστη φροντίδα:** Ποτίξτε τακτικά μόλις στεγνώσει το ανώτερο στρώμα του εδάφους και παρέχετε στα φυτά σας οργανικό υγρό λίπασμα κατά την περίοδο της ανθοφορίας. Τα άνθη και τα φύλλα μπορούν να κοπούν και να αποξηρανθούν από τον Ιούνιο έως τον Οκτώβριο. Σε ξηρό, ηλιόλουστο καιρό, κόβετε ολόκληρες, φρεσκοαναμμένες κεφαλές λουλουδιών ακριβώς κάτω από τη βάση. Στοιβάξτε χαλαρά τα προϊόντα που έχετε συλλέξει σε σκευρό μέρος και αφήστε τα να στεγνώσουν για μερικές ημέρες. Μόνο τότε αφαιρούνται οι ακτίνες και μετά στεγνώνουν τελείως. Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε ολόκληρες τις κεφαλές των λουλουδιών. Στη συνέχεια, θα πρέπει να διατηρήσετε τα μέρη του φυτού στεγνά και προστατευμένα από το φως. Τα φύλλα στεγνώνουν με τον ίδιο τρόπο. **Το χειμώνα:** Οι κατιφέδες αντέχουν ελαφρούς παγετούς αλλά δεν είναι ανθεκτικοί. Ωστόσο, ξαναβλέπουν τον εαυτό τους για την επόμενη χρονιά.



Buí

Calendula officinalis

Planda teagaisc an ghrá bandia Aztec Xochiquetzal

Is gnách go mbíonn an buí ón teaghlach Nóinín bliantúil, thart ar 30 go 50 cm ar airde agus tá gais brainseach, fionnach, éadrom glas. agus duilleoga fadaíthe gruagacha. Taispeánann sé a bláthanna buí-oráiste ar feadh an tsamhraidh ar fad, ó mhí an Mheithimh go dtí an chéad sioc. Bhí sí ina siombail den bhandia grá Aztec Xochiquetzal. Ag baint úsáide as an buí, mhúin Xochiquetzal di teachtaireacht na timthriall síoraí den saol. Seo mar a d'fhoghlaim na mná Aztec faoi shreabhadh na beatha gan teorainn agus idirnascaidh gach rud. Sna Meánaoiseanna agus i ngach cultúr ársa, bhí an-tóir ar an buí mar ruaim, luibh íocshláinte, spíosraí agus plandaí draíochta. Fórsaí éifeachtacha: Le haghaidh tae buí, doirt fiuchphointe uisce thar teaspoon heaped de na blossoms agus lig sé gear ar feadh cúig go deich nóiméad. Maolaíonn cupán ar maidin agus tráthnóna an nerves agus cabhraíonn sé le dea-oíche codlata a fháil. Soláthraíonn an tae scítche agus tá sé go maith freisin do na duáin, ae agus bile. Mar gheall ar a n-airíonna antispasmodic, is féidir le tae marigold faoiseamh a dhéanamh ar cramps menstrual nó cramps tréimhse. Tá tae beagán níos láidre an-mhaith le haghaidh gargling le ionfhabhtuithe béil. Tá duilleoga óga úra go maith sa chistin mar bheis blasta ar sailéid. **Suíomh nádúrtha:** Glactar leis gur sa Mheánmhuir atá bunús an bhuí. I dtuaisceart na hEorpa, ón 12ú haois, fuair sé áit i gairdíní mainistreach agus teachín. **Saothrú rathúil:** Is ginteoirí éadroma iad Marigolds. Is féidir an chéad cur go díreach sa ghairdín chomh luath agus nach mbeifear ag súil le tuilleadh sioc oíche. Cuir na síolta thart ar 1.5 cm domhain san ithir, 20 cm óna chéile. De ghnáth is é an tréimhse pheacadh dhá nó trí seachtaine. Is féidir saothrú taobh istigh a dhéanamh ar feadh na bliana. **An suíomh is fearr:** Is breá le Marigolds láithreacha grianmhara agus ithir measartha tais atá saibhir ó thaobh cothaitheach de. **Cúram is fearr is féidir:** Uisce go rialta chomh luath agus a bhíonn an ciseal barr ithreach tirim agus cuir leasachán orgánach leachtach ar fáil do na phlandaí le linn na tréimhse bláthanna. Is féidir na bláthanna agus na duilleoga a ghearradh agus a thriomú ó Mheitheamh go Deireadh Fómhair. I aimsir thirim, ghrianmhar, gearrtha amach cinn bláthanna iomlána, úrnua díreach faoi bhun an bonn. Stack go scaoilte na hearraí a bailíodh in áit sháid agus lig dóibh tirim ar feadh cúpla lá. Ní dhéantar ach ansin na gathanna a spíonadh as agus a thriomú go hiomlán. Is féidir leat freisin a thriomú agus a úsáid na cinnirí bláthanna ar fad. Ba cheart duit ansin na codanna plandaí a choinneáil tirim agus iad a chosaint ó sholas. Déantar na duilleoga a thriomú ar an mbealach céanna. **Sa gheimhreadh:** Fulaingíonn Marigolds sioc éadrom ach ní bhíonn siad crua. Mar sin féin, síol siad iad féin arís don bhliain seo chugainn.



Marigold

Calendula officinalis

Kennsluverksmiðja Aztec ástargyðjunnar Xochiquetzal

Marigold af mariuætt er venjulega árvis, um 30 til 50 cm á hæð og með greinóttá, loðna, ljósgræna stilká. og loðin aflöng blöð. Það sýnir gul-appelsínugult blóm allt sumarið, frá júní til fyrsta frostsins. Hún var tákn Aztec ástargyðjunnar Xochiquetzal. Með því að nota marigold kenndi Xochiquetzal fólkinu sínu boðskapinn um eilífa hringrás lífsins. Þannig lærðu Aztec-konurnar um flæði óendanlega lífs og samtengingu allra hluta. Á miðöldum og í öllum fornum menningarheimum var marigold vinsælt sem litarefni, lækningajurt, krydd og töfraplanta. Arangursríkar kraftar: Fyrir marigold te, hellið sjóðandi vatni yfir hrúgaða teskeið af blómum og látið það malla í fimm til tíu mínútur. Bolli á morgnana og á kvöldin róar taugarnar og hjálpar til við að ná góðum nætursvfn. Teið veitir slökun og er einnig gott fyrir nýru, lifur og gall. Vegna krampastillandi eiginleika þess getur marigold te einnig létt á tíðaverkjum eða tíðaverkjum. Örlítið sterkara te er mjög gott við gargling með munnsýkingum. Fersk ung laufblöð eru góð í eldhúsinu sem bragðmikil viðbót við salöt. **Náttúruleg staðsetning:** Uppruni marigold er talið vera á Miðjarðarhafssvæðinu. Í Norður-Evrópu, frá 12. öld, fann það sér stað í klaustur- og sumarhúsagörðum. **Arangursrík ræktun:** Marigolds eru létt spírunarefni. Fyrstu sáninguna má fara beint í garðinn um leið og ekki er von á meira næturfrostri. Settu fræin um 1,5 cm djúpt í jarðveginn, 20 cm á milli. Spírunartíminn er venjulega tvær til þrjár vikur. Ræktun er hægt að stunda innandyrá allt árið um kring. **Besta staðsetningin:** Marigolds elska sólríka staði og næringarríkan, í meðallagi rakan jarðveg. **Besta umönnun:** Vökvaðu reglulega um leið og efsta lagið af jarðvegi er þurrt og gefðu plöntunum þínu lífrænan fljótdandi áburð á blómstrandi tímabilinu. Hægt er að skera og þurrka blómin og lafin frá júní til október. Í þurru, sólríku veðri, skera af heilum, nýpnuðum blómahausum rétt fyrir neðan botninn. Staflaðu söfnuninni lauslega á skyggðan stað og láttu þá þorna í nokkra daga. Aðeins þá eru geislaflómin tind af og síðan alveg þurrkuð. Þú getur líka þurrkað og notað heilu blómahausana. Þú ættir þá að halda plöntuhlutunum þurrum og varin gegn ljósi. Blöðin eru þurrkuð á sama hátt. **A veturna:** Marigolds þola létt frost en eru ekki harðgerar. Hins vegar sáu þeir sig aftur fyrir næsta ár.



Calendula

Calendula officinalis

La pianta simbolica della dea azteca dell'amore Xochiquetzal

La Calendula viene dalla famiglia delle Asteraceae ed è principalmente annuale, cresce dai 30 ai 50 centimetri in altezza e presenta un fusto ramificato, di color verde chiaro e ricoperto di peluria, così come le foglie oblunghe. Era il simbolo della dea azteca dell'amore Xochiquetzal. Vicino ad una pianta di Calendula la dea insegnava al suo popolo il concetto del cerchio eterno della vita. Così le azteche appresero riguardo al fiume della vita eterna e all'attaccamento mutevole a tutte le cose. Nel Medioevo e in tutte le culture antiche questa pianta era apprezzata come colorante, erba officinale, come spezia e anche come erba per incantesimi. Proprietà: per preparare un infuso, versate acqua bollente in una tazza con un cucchiaino colmo di fiori e lasciate riposare da cinque a dieci minuti. Una tazza al mattino e una la sera fungono da calmante per i nervi e aiutano il riposo. L'infuso favorisce il rilassamento e ha un effetto benefico su reni, fegato e bile. Grazie alle proprietà che rilasciano i muscoli, l'infuso di Calendula allevia anche disturbi e crampi mestruali. Un infuso più forte è ottimale come gargarismo per le irritazioni del cavo orale. In cucina le giovani foglie fresche sono un gradevole ingrediente piccante per le insalate. **Posizione naturale:** L'area della Calendula è attribuito all'area del Mediterraneo. In Nord Europa si trova a partire dal XII secolo nei giardini dei conventi e negli orti. **Coltivazione riuscita:** I semi di Calendula hanno bisogno di luce per germinare. Potete seminare direttamente in giardino, non appena saranno finite le gelate notturne. Distribuite i semi distanziandoli di 20 centimetri l'uno dall'altro, a circa 1,5 centimetri di profondità nella terra. La germinazione dura di norma da due a tre settimane. In casa è possibile seminare tutto l'anno. **La posizione migliore:** La Calendula predilige ambienti soleggati e terreni ricchi di sostanze nutritive, moderatamente umidi. **Cura ottimale:** Innaffiate regolarmente, aspettando sempre che la terra asciughi prima dell'irrigazione successiva. Durante la fioritura è consigliabile concimare con fertilizzante organico liquido. Potete raccogliere fiori e foglie da giugno a ottobre, per poi farli seccare. Tagliate tutto il bocciolo fresco proprio sotto l'attaccatura, in una giornata calda e asciutta. Distribuite il raccolto in modo che sia rado, sistemandolo in un punto all'ombra, e lasciatelo per un paio di giorni per una pre-essiccazione. Solo allora potete rompere i fiori ligulati, per poi essicarli, ma potete anche essicarli e utilizzarli tutti interi. Dopo l'essiccazione, conservate l'erba al riparo dalla luce. Le foglie vanno essiccate con lo stesso procedimento. **In inverno:** La Calendula tollera il freddo leggero, ma non è resistente al freddo. Si auto-insemina da sola per l'anno successivo.



Neven

Calendula officinalis

Poučna biljka aztečke božice ljubavi Xochiquetzal

Neven iz porodice tratinčica obično je jednogodišnji, visok oko 30 do 50 cm i ima razgranate, dlakave, svijetlozelene stabljike. a dlakavi duguljasti listovi. Svoje žuto-narančaste cvjetove pokazuje cijelo ljeto, od lipnja do prvih mrazeva. Bila je simbol astečke božice ljubavi Xochiquetzal. Koristeći neven, Xochiquetzal je svoje ljude poučila poruci o vječnom ciklusu života. Tako su astečke žene naučile o tijeku beskonačnog života i međusobnoj povezanosti svih stvari. U srednjem vijeku iu svim starim kulturama neven je bio popularan kao boja, ljekovita, začinska i čarobna biljka. Djelotvornost: Za čaj od nevena prelijte kipućom vodom punu čajnu žličicu cvjetova i ostavite pet do deset minuta. Šalica ujutro i navečer smiruje živce i pomaže da se dobro naspavate. Čaj opušta, a dobar je i za bubrege, jetru i žuč. Zbog svojih antispazmodičkih svojstava, čaj od nevena također može ublažiti menstrualne ili mjesečne grčeve. Malo jači čaj je vrlo dobar za grgljanje kod infekcija usta. Svježi mladi listovi dobri su u kuhinji kao slani dodatak salatama. **Zemlja porijekla:** Pretpostavlja se da je neven podrijetlo s područja Sredozemlja. U sjevernoj Europi od 12. stoljeća nalazi mjesto u samostanskim i vikendicama. **Uspješan uzgoj:** Neveni su lagani klijači. Prva sjetva može se obaviti izravno u vrtu čim se više ne očekuju noćni mrazovi. Stavite sjeme oko 1,5 cm duboko u tlo, 20 cm jedno od drugog. Razdoblje klijanja je obično dva do tri tjedna. Uzgoj se može obavljati u zatvorenom prostoru tijekom cijele godine. **Najbolja lokacija:** Neven voli sunčane položaje i hranjivim tvarima bogatu umjereno vlažnu zemlju. **Optimalna njega:** Redovito zalijevajte čim se gornji sloj tla osuši i opskrbite svoje biljke organskim tekućim gnojivom tijekom razdoblja cvatnje. Cvjetovi i listovi mogu se rezati i sušiti od lipnja do listopada. Za suhog, sunčanog vremena odrežite cijele, svježe otvorene cvjetne glavice neposredno ispod baze. Sakupljenu robu slobodno složite na sjenovito mjesto i ostavite da se suši nekoliko dana. Tek tada se cvjetići raže otkinu i potpuno osuše. Također možete osušiti i koristiti cijele cvjetne glavice. Nakon toga dijelove biljke treba držati na suhom i zaštićenom od svjetlosti. Na isti način se suše i listovi. **U zimi:** Neveni podnose slabe mrazove, ali nisu otporni. Međutim, oni se ponovno siju sljedeće godine.



Klīngerīte

Calendula officinalis

Acteku mīlestības dievietes Xochiquetzal mācību augs

Margrietīņu dzimtas klīngerīte parasti ir viengadīga, aptuveni 30 līdz 50 cm augsta un tai ir zaraini, mataini, gaiši zaļi kāti. un matains iegarenas lapas. Visu vasaru, no jūnija līdz pirmajām salnām, tas parāda savus dzeltenīgos oranžos ziedus. Viņa bija acteku mīlestības dievietes Xochiquetzal simbols. Izmantojot klīngerīti, Ksokeke mācīja saviem ļaudīm vēstījumu par mūžīgo dzīves ciklu. Tādā veidā acteku sievietes uzzināja par bezgalīgās dzīves plūsmu un visu lietu savstarpējo saistību. Viduslaikos un visās senajās kultūrās klīngerīte bija populāra kā krāsviela, ārstniecības augs, garšviela un burvju augs. Efektīvie spēki: klīngerīšu tējai tējkarozi ziedu aplej ar verdošu ūdeni un ļauj ievilkties piecas līdz desmit minūtes. Krūzīte no rīta un vakarā nomierina nervus un palīdz labi izgulēties. Tēja sniedz relaksāciju, kā arī labvēlīgi ietekmē nieres, aknas un žulti. Pateicoties savām spazmolītiskajām īpašībām, klīngerīšu tēja var arī atvieglot menstruāciju vai menstruāciju krampjus. Mazliet stiprāka tēja ir ļoti laba rīkles skalošanai ar mutēs infekcijām. Svaigas jaunās lapas labi noder virtuvē kā garšīga piedeva salātiem. **Dabiska vieta:** Tiek pieņemts, ka klīngerīšu izcelsme ir Vidusjūras reģionā. Ziemeļeiropā no 12. gadsimta tā atrada vietu klosteru un kotedžu dārzos. **Veiksmīga audzēšana:** Klīngerītes ir vieglas diedzētājas. Pirmo sēju var veikt tieši dārzā, tiklīdz vairs nav gaidāmas nakts salnas. Ievietojiet sēklas apmēram 1,5 cm dziļi augsnē 20 cm attālumā viens no otra. Digšanas periods parasti ir divas līdz trīs nedēļas. Audzēšanu telpās var veikt visu gadu. **Labākā atrašanās vieta:** Klīngerītes mīl saulainas vietas un uzturvielām bagātu, vidēji mitru augsni. **Optimāla aprūpe:** Regulāri laistiet, tiklīdz augsnes augšējais slānis ir nožuvies, un ziedēšanas laikā nodrošiniet augus ar organisko šķidro mēslojumu. Ziedus un lapas var griezt un žāvēt no jūnija līdz oktobrim. Sausā, saulainā laikā nogrieziet veselās, tikko atvērušās ziedu galviņas tieši zem pamatnes. Savāktās preces brīvi sakraujiet ēnainā vietā un ļaujiet tām dažas dienas nožūt. Tikai pēc tam staru ziedi tiek noplūkti un pēc tam pilnībā izžuvi. Varat arī nožūt un izmantot visas ziedu galviņas. Pēc tam augu daļas jāglabā sausas un jāaizsargā no gaismas. Lapas žāvē tādā pašā veidā. **Ziemā:** Klīngerītes pacieš vieglas salnas, bet nav izturīgas. Tomēr nākamajam gadam viņi atkal sēj sevi.



Medetķų

Calendula officinalis

Actekų meilēs dievės Xochiquetzal mokomasis augalas

Jurginų šeimos medetkos dažniausiai yra vienmetės, apie 30–50 cm aukščio, šakotais, plaukuotais, šviesiai žaliais stiebais. ir plaukuoti pailgi lapai. Geltonai oranžiniai žiedai jis demonstruoja visą vasarą, nuo birželio iki pirmųjų šalnų. Ji buvo actekų meilės dievės Xochiquetzal simbolis. Naudodama medetką, Xochiquetzal mokė savo žmones žinią apie amžinąjį gyvenimo ratą. Taip actekų moterys sužinojo apie begalinės gyvybės tėkmę ir visų dalykų tarpusavio ryšį. Viduramžiais ir visose senovės kultūrose medetkos buvo populiarios kaip dažiklis, vaistinis augalas, prieskonis ir stebuklingas augalas. Veiksmingos jėgos: medetkų arbatai kupiną arbatinį šaukštelį žiedų užpilkite verdančiu vandeniu ir leiskite pastovėti nuo penkių iki dešimties minučių. Puodelis rytu ir vakare ramina nervus ir padeda gerai išsimiegoti. Arbata atpalaiduoja, taip pat naudinga inkstams, kepenims ir tulžiai. Dėl savo antispazminių savybių medetkų arbata taip pat gali palengvinti mėnesinių ar mėnesinių skausmus. Šiek tiek stipresnė arbata labai tinka gargaliavimui sergant burnos infekcijomis. Švieži jauni lapai puikiai tinka virtuvėje kaip pikantiškas priedas prie salotų. **Natūrali vieta:** Manoma, kad medetkų kilmė yra Viduržemio jūros regione. Šiaurės Europoje nuo XII amžiaus ji rado vietą vienuolynų ir kotedžų soduose. **Sėkmingas auginimas:** Medetkos yra lengvos daiginės. Pirmą sėją galima sėti tiesiai į sodą, kai tik nesitikima naktinių šalnų. Sėklas dėkite į dirvą maždaug 1,5 cm gylyje, 20 cm atstumu vienas nuo kito. Dygimo laikotarpis paprastai yra nuo dviejų iki trijų savaičių. Auginti patalpose galima ištisus metus. **Geriausia vieta:** Medetkos mėgsta saulėtąs vietas ir maistinių medžiagų turtingą, vidutiniškai drėgną dirvą. **Optimali priežiūra:** Reguliariai laistykite, kai tik išdžiūsta dirvožemio sluoksnis, o žydėjimo laikotarpiu augalus aprūpinkite organinėmis skystomis trąšomis. Ziedus ir lapus galima pjauti ir džiovinti nuo birželio iki spalio. Sausu, saulėtu oru nupjaukite visas, ką tik prasiskleidusias gėlių galvutes tiesiai po pagrindu. Surinktas prekes laisvai sukurkite į pavėsingą vietą ir palikite kelias dienas išdžiūti. Tik tada spindulių žiedynai nuskinami ir visiškai išdžiovinami. Taip pat galite išdžiovinti ir naudoti visas gėlių galvutes. Tada augalo dalis turėtų būti laikyti sausai ir apsaugoti nuo šviesos. Lapai džiovinami tokio pačio būdu. **Žiemą:** Medetkos pakencia lengvas šalnas, bet nėra atsparios. Tačiau kitais metais jie vėl pasėją.



Marigold

Calendula officinalis

Impjant tat-tagħlim tal-alla tal-imħabba Aztec Xochiquetzal

Il-marigold mill-familja tad-daisy huwa generalment annwali, madwar 30 sa 50 cm għoli u għandu żuk ramifikati, hairy, aħdar ċar. u weraq tawwali bil-pil. Hija turi l-fjuri sofor-oranġjo tagħha tul is-sajf kollu, minn Gunju sal-ewwel ġlata. Kienet is-simbolu tal-alla tal-imħabba Aztec Xochiquetzal. Bl-użu tal-marigold, Xochiquetzal għallim lin-nies tagħha l-messaġġ taċ-ċiklu etern tal-hajja. Dan huwa kif in-nisa Aztec tghallmu dwar il-fluss tal-hajja infinita u l-interkonnnettività ta l-affarijiet kollha. Fil-Medju Evu u fil-kulturi tal-qedem kollha, il-marigold kienet popolari bħala żebgħa, hxejjex medicinali, ħwawar u pjanta maġika. Forzi effettivi: Għal tē marigold, ferra l-ilma jagħli fuq kuċċarina mghollija tal-blanzuni u halliha wieqaf għal ħames sa għaxar minuti. Tazza filghodu u filghaxija tikkalma n-nervituri u tghin biex torqod tajjeb bil-lejl. It-tē jipprovi rilassament u huwa tajjeb ukoll għall-kliwi, il-fwied u l-bili. Minħabba l-proprietajiet antispasmodici tiegħu, it-te marigold jista 'wkoll itaffi l-bughawwieġ mestrwali jew il-bughawwieġ fil-perjodu. Te kemmxejn aktar b'saħħtu huwa tajjeb hafna għall-gargling b'infjezzjonijiet fil-halq. Weraq zghar friski huma tajbin fil-kċina bħala zieda savorja għall-insalati. **Post naturali:** L-orġini tal-marigold hija preżunta li tinsab fiż-żona tal-Mediterran. Fit-Tramuntana tal-Ewropa, mis-seklu 12, sabet post fil-gonna tal-monasteru u l-cottage. **Kultivazzjoni b'suċċess:** Ringelblumen sind Lichtkeimer. Die erste Aussaat kann direkt im Garten erfolgen, sobald keine Nachfröste mehr zu erwarten sind. Setzen Sie die Samen im Abstand von 20 cm etwa 1,5 cm tief in die Erde. Die Keimdauer beträgt in der Regel zwei bis drei Wochen. Im Haus kann die Anzucht ganzjährig erfolgen. **L-ahjar post:** Ringelblumen lieben sonnige Standorte und einen nährstoffreichen, mäßig feuchten Boden. **Kura ottimali:** Gießen Sie regelmäßig, sobald die oberste Erdschicht trocken ist und versorgen Sie Ihre Pflanzen während der Blütezeit mit organischem Flüssigdünger. Die Blüten und Blätter können von Juni bis Oktober geschnitten und getrocknet werden. Schneiden Sie die ganzen, frisch aufgeblühten Blütenköpfe bei trockenem, sonnigen Wetter knapp unterhalb des Ansatzes ab. Schichten Sie das Sammelgut an einem schattigen Platz locker auf und lassen Sie es ein paar Tage vortrocknen. Erst dann werden die Zungenblüten abgepupft und anschließend fertig getrocknet. Sie können aber auch die gesamten Blütenköpfe fertig trocknen und verwenden. Danach sollten Sie die Pflanzenteile trocken und lichtgeschützt aufbewahren. Die Blätter werden auf dieselbe Weise getrocknet. **Fix-xitwa:** Marigolds jittolleraw ġlata hafifa iżda ma jifilħux. Madankollu, jergħu jzergħu lilhom infushom għas-sena d-dieħla.



Medicinale Planten - Goudsbloem

Calendula officinalis

Leerplant van de Azteekse godin van de liefde Xochiquetzal

De goudsbloem uit de zonnebloemfamilie is meestal eenjarig, ongeveer 30 tot 50 cm hoog en heeft vertakte, harige, lichtgroene stengels. en harige langwerpige bladeren. Het toont zijn geeloranje bloemen de hele zomer van juni tot aan de eerste nachtvorst. Ze was het symbool van de Azteekse godin van de liefde Xochiquetzal. Met behulp van de goudsbloem leerde Xochiquetzal haar mensen de boodschap van de eeuwige levenscyclus. De Azteken leerden zo van de stroom van oneindig leven en de onderlinge verbondenheid van alle dingen. In de Middeleeuwen en in alle oude culturen was de goudsbloem populair als klerstof, geneeskrachtig kruid, specerij en ook als magische plant. Werkzame krachten: voor een goudsbloemthee giet je kokend water over een volle theelepels bloemen en laat je het vijf tot tien minuten trekken. Een kopje 's ochtends en 's avonds kalmeert de zenuwen en helpt je rustig te slapen. De thee zorgt voor ontspanning en is ook goed voor de nieren, lever en gal. Dankzij de krampstillende eigenschappen kan goudsbloemthee ook menstruatiekrampen en menstruatiekrampen verlichten. Een beetje sterkere thee is erg goed om te gorgelen bij mondholte-infecties. Verse, jonge blaadjes zijn een goede hartige toevoeging aan salades in de keuken. **Natuurlijke locatie:** De oorsprong van de goudsbloem ligt vermoedelijk in het Middellandse Zeegebied. In Noord-Europa vond het zijn plaats in klooster- en boerderijtuinten uit de 12e eeuw. **Succesvolle teelt:** Goudsbloemen zijn lichte kiemen. Zodra er geen nachtvorst meer te verwachten is, kan direct in de tuin worden gezaaid. Plant de zaden ongeveer 1,5 cm diep in de grond op een afstand van 20 cm. De kiempriode is meestal twee tot drie weken. De teelt kan het hele jaar door in huis plaatsvinden. **De beste locatie:** Goudsbloemen houden van zonnige locaties en voedselrijke, matig vochtige grond. **Optimale verzorging:** Geef regelmatig water zodra de bovenste laag aarde droog is en voorzie uw planten tijdens de bloeiperiode van organische vloeibare mest. De bloemen en bladeren kunnen van juni tot oktober worden gesneden en gedroogd. Snijd bij droog, zonnig weer de hele, pas geopende bloemhoofdjes net onder de wortels af. Leg de groupage losjes op een schaduwrijke plek en laat enkele dagen drogen. Pas dan worden de straalbloemen geplukt en daarna volledig gedroogd. Je kunt ook het drogen afmaken en de hele bloemhoofdjes gebruiken. Houd de plantendelen dan droog en beschut tegen licht. De bladeren worden op dezelfde manier gedroogd. **In de winter:** Goudsbloemen verdragen lichte vorst, maar zijn niet winterhard. Ze zullen zichzelf echter opnieuw zaaien voor het volgende jaar.



Fløyelsblomst

Calendula officinalis

Undervisningsanlegget til den aztekiske kjærlighetsgudinnen Xochiquetzal

Ringblomsten fra tusenfrydfamilien er vanligvis ettårig, ca 30 til 50 cm høy og har forgrenede, hårete, lysegrønne stengler, og hårete langstrakte blader. Den viser sine gul-oransje blomster hele sommeren, fra juni til den første frost. Hun var symbolet på den aztekiske kjærlighetsgudinnen Xochiquetzal. Ved å bruke ringblomsten lærte Xochiquetzal sitt folk budskapet om livets evige syklus. Dette er hvordan de aztekiske kvinnene lærte om strømmen av uendelig liv og sammenhengen mellom alle ting. I middelalderen og i alle eldgamle kulturer var ringblomsten populær som fargestoff, medisinsk urt, krydder og magisk plante. Effektive krefter: For en ringblomstte, hell kokende vann over en dynket teskje av blomstene og la det trekke i fem til ti minutter. En kopp om morgenen og om kvelden roer nervene og bidrar til å få en god natts søvn. Teen gir avslapning og er også bra for nyrer, lever og galle. På grunn av sine krampeløsende egenskaper, kan ringblomstte også lindre menstruasjonsmerter eller menstruasjonsmerter. Litt sterkere te er veldig bra for å gurgle med munninfeksjoner. Friske unge blader er gode på kjøkkenet som et velsmakende tillegg til salater. **Naturlig beliggenhet:** Ringblomstens opprinnelse antas å være i middelhavsområdet. I Nord-Europa, fra 1100-tallet, fant den plass i kloster- og hyttehager. **Vellykket dyrking:** Ringblomster er lette spirer. Første såing kan gjøres direkte i hagen så snart det ikke er å forvente mer nattefrost. Plasser frøene ca 1,5 cm dypt i jorden, 20 cm fra hverandre. Spiretiden er vanligvis to til tre uker. Dyrking kan gjøres innendørs hele året. **Den beste beliggenheten:** Ringblomster elsker solrike steder og næringsrik, moderat fuktig jord. **Optimal omsorg:** Vann regelmessig så snart det øverste jordlaget er tørt og gi plantene dine organisk flytende gjødsel i blomstringsperioden. Blomstene og bladene kan klippes og tørkes fra juni til oktober. I tørt, solrikt vær, skjær av hele, nyåpnede blomsterhoder rett under basen. Stable oppsamlet gods løst på et skyggefullt sted og la det tørke i noen dager. Først da plukkes strålebukkene av og tørkes deretter helt. Du kan også tørke og bruke hele blomsterhodene. Du bør da holde plantedelene tørre og beskyttet mot lys. Bladene tørkes på samme måte. **Om vinteren:** Ringblomster tåler lett frost, men er ikke hardføre. Imidlertid så de seg igjen til neste år.



Nagietek

Calendula officinalis

Roślina nauczająca azteckiej bogini miłości Xochiquetzal

Garnek Marygold należy do rodziny astrowatych i rośnie zwykle corocznie, od 30 do 50 cm wysokości, z rozgałęzionymi, jasnozielonymi łodygami i długimi, wydłużonymi liśćmi. Od czerwca do pierwszych przymrozków kwitnie przez całe lato. Garnek Marygold był symbolem azteckiej bogini miłości Xochiquetzal. Bogini przekazała ludziom przesłanie o wiecznym cyklu życia poprzez roślinę. Aztekowie dowiedzieli się o przepływie życia wiecznego i wzajemnych powiązaniach wszystkich rzeczy. W średniowieczu i we wszystkich starożytnych kulturach Garnek Marygold był preferowany jako barwnik, roślina lecznicza, przyprawa, a nawet jako roślina cudowna. Substancje czynne: Aby przygotować herbatę Marygold, wystarczy łać czubatą łyżeczkę kwiatów gorącą wrzącą wodą i gotować na wolnym ogniu przez pięć do dziesięciu minut. Jedna filiżanka rano i jedna wieczorem uspokoją nerwy i ułatwi spokojny sen. Herbata działa odprężająco i pozytywnie na nerki, wątrobę i woreczek żółciowy. Ze względu na działanie przeciwdrgawkowe pomaga również przy skurczach menstruacyjnych. Mocniejsza herbata jest bardzo dobra do płukania gardła i łagodzi zapalenie jamy ustnej. W kuchni możesz użyć liści rośliny jako ziołowego pikantnego dodatku do salatek. **Naturalne położenie:** Uważa się, że Pot Marygold pochodzi z regionu śródziemnomorskiego. Od XII wieku uprawiany był w ogrodach klasztornych i przydomowych w północnej Europie. **Udana uprawa:** Garnek Marygold to lekki kiełkujący. Wysiew bezpośrednio w grządkę można wykonać po ostatnich nocnych przymrozkach. Posadź w ziemi nasiona na około 1,5 cm głębokości i 20 cm od siebie. Zwykle kiełkowanie trwa od dwóch do trzech tygodni. Jednak rozmnażanie nasion w pomieszczeniach jest możliwe przez cały rok. **Najlepsza lokalizacja:** Garnek Marygold preferuje słoneczne miejsce z pożywną, umiarkowanie wilgotną glebą. **Optymalna pielęgnacja:** Podlewaj roślinę regularnie, gdy tylko górna warstwa ziemi wyschnie, a podczas kwitnienia dostarczaj jej organiczny nawóz. Od czerwca do października można zbierać i suszyć kwiaty i liście. Przy suchej i słonecznej pogodzie całe, świeżo zroszone główki kwiatowe przycinaj mocno poniżej podstawy i luźno spinaj zebrane części przez kilka dni w zacienionym miejscu w celu wysuszenia. Następnie możesz albo wyrwać różyczki promieni i dokończyć ich suszenie oddzielnie lub całkowicie wysuszyć całe główki kwiatowe. Po wysuszeniu możesz przechowywać zebrane części w suchym i ciemnym miejscu. Z liśćmi należy postępować w ten sam sposób. **W zimę:** Garnek Marygold toleruje łagodnie mrozy, ale nie jest mrozoodporny. W każdym razie w przyszłym roku roślina sama się wyśnie.



Calêndula

Calendula officinalis

Planta didática da deusa asteca do amor Xochiquetzal

A calêndula da família das margaridas é geralmente anual, tem cerca de 30 a 50 cm de altura e possui caules ramificados, peludos e verde-claros, e folhas alongadas peludas. Exibe suas flores amarelo-alaranjadas durante todo o verão, de junho até as primeiras geadas. Ela era o símbolo da deusa do amor asteca Xochiquetzal. Usando a calêndula, Xochiquetzal ensinou a seu povo a mensagem do ciclo eterno da vida. Foi assim que as mulheres astecas aprenderam sobre o fluxo da vida infinita e a interconexão de todas as coisas. Na Idade Média e em todas as culturas antigas, a calêndula era popular como corante, erva medicinal, tempero e planta mágica. Forças efetivas: Para um chá de calêndula, despeje água fervente sobre uma colher de chá cheia de flores e deixe em infusão por cinco a dez minutos. Uma xícara de manhã e à noite acalma os nervos e ajuda a ter uma boa noite de sono. O chá proporciona relaxamento e também é bom para os rins, fígado e bile. Devido às suas propriedades antiespasmódicas, o chá de calêndula também pode aliviar cólicas menstruais ou cólicas menstruais. Um chá ligeiramente mais forte é muito bom para gargarejos com infecções bucais. Folhas novas frescas são boas na cozinha como um complemento saboroso para saladas. **Localização natural:** Supõe-se que a origem da calêndula esteja na área do Mediterrâneo. No norte da Europa, a partir do século XIII, encontrou lugar nos jardins de mosteiros e casas de campo. **Cultivo bem sucedido:** Malmequeres são germinadores leves. A primeira semeadura pode ser feita diretamente no jardim, assim que não houver mais geadas noturnas. Coloque as sementes a cerca de 1,5 cm de profundidade no solo, com 20 cm de distância. O período de germinação é geralmente de duas a três semanas. O cultivo pode ser feito dentro de casa durante todo o ano. **A melhor localização:** Malmequeres adoram locais ensolarados e solo moderadamente úmido e rico em nutrientes. **Cuidado ideal:** Regue regularmente assim que a camada superior do solo estiver seca e forneça fertilizante líquido orgânico às suas plantas durante o período de floração. As flores e folhas podem ser cortadas e secas de junho a outubro. Em tempo seco e ensolarado, corte cabeças de flores inteiras e recém-abertas logo abaixo da base. Empilhe frouxamente as mercadorias coletadas em um local com sombra e deixe-as secar por alguns dias. Só então as florzinhas de raiz são arrancadas e completamente secas. Você também pode secar e usar as cabeças de flores inteiras. Você deve então manter as partes da planta secas e protegidas da luz. As folhas são secas da mesma maneira. **No inverno:** Malmequeres toleram geadas leves, mas não são resistentes. No entanto, eles se plantam novamente para o próximo ano.



Plante medicinale - Gălbenele

Calendula officinalis

Planta didactică a zeiței aztece a iubirii Xochiquetzal

Gălbenele din familia floarea-soarelui este de obicei anuală, de aproximativ 30 până la 50 cm înălțime și are tulpini ramificate, păroase, de culoare verde deschis, și frunze alungite păroase. Își arată florile galbene-portocalii toată vara din iunie până la primele înghețuri. Ea a fost simbolul zeiței aztece a iubirii Xochiquetzal. Folosind gălbenele, Xochiquetzal i-a învățat pe oamenii ei mesajul ciclului etern al vieții. Aztecii au aflat astfel despre fluxul vieții infinite și despre interconectarea reciprocă a tuturor lucrurilor. În Evul Mediu și în toate culturile antice, gălbenele era populară ca vopsea, plante medicinale, condimente și, de asemenea, o plantă magică. Forțe active: pentru un ceai de gălbenele, se toarnă apă clocotită peste o linguriță aglomerată de flori și se lasă să se absoarbă timp de cinci până la zece minute. O ceașcă dimineața și seara calmează nervii și te ajută să dormi liniștit. Ceaiul oferă relaxare și este, de asemenea, bun pentru rinichi, ficat și bilă. Datorită proprietăților sale antispastice, ceaiul de gălbenele poate ameliora crampele menstruale și crampele menstruale. Un ceai puțin mai puternic este foarte bun pentru gargară cu infecții ale cavității bucale. Frunzele tinere proaspete sunt un bun plus sărat la salatele din bucătărie. **Locație naturală:** Se crede că originea gălbenelei se află în zona mediteraneană. În nordul Europei a găsit un loc în grădinile mănăstirilor și ale căsuțelor din secolul al XII-lea. **Cultivare de succes:** Gălbenele sunt germini ușori. Prima însămânțare se poate face direct în grădină imediat ce nu se mai așteaptă înghețurile nocturne. Plantați semințele la aproximativ 1,5 cm adâncime în pământ la o distanță de 20 cm. Perioada de germinare este de obicei de două până la trei săptămâni. Cultivarea poate avea loc în casă pe tot parcursul anului. **Cea mai bună locație:** Gălbenelele adoră locațiile însorite și solul bogat în nutrienți, moderat umez. **Îngrijire optimă:** Udați regulat imediat ce stratul superior al solului este uscat și asigurați-vă plantelor îngrășăminte lichide organice în perioada de înflorire. Florile și frunzele pot fi tăiate și uscate din iunie până în octombrie. Pe vreme uscată și însorită, tăiați toate capetele de flori proaspăt deschise chiar sub rădăcini. Așezați grupajul liber într-un loc umbros și lăsați-l să se usuce câteva zile. Abia atunci florile de rază sunt smulse și apoi uscate complet. De asemenea, puteți termina uscarea și utilizarea întregii capete de flori. Apoi, ar trebui să păstrați părțile plantei uscate și protejate de lumină. Frunzele sunt uscate în același mod. **În iarnă:** Gălbenele tolerează înghețul ușor, dar nu sunt rezistente. Cu toate acestea, se vor semăna din nou pentru anul viitor.



Läkemedelsväxter - Ringblomma

Calendula officinalis

Undervisningsanläggning för den aztekiska kärleksgudinnan Xochiquetzal

Ringblomman från solrosfamiljen är vanligtvis årlig, cirka 30 till 50 cm hög och har grenade, håriga, ljusgröna stjälkar och håriga långsträckta löv. Den visar sina gulorange blommor hela sommaren från juni till de första frosten. Hon var symbolen för den aztekiska kärleksgudinnan Xochiquetzal. Med hjälp av ringblomman lärde Xochiquetzal sitt folk budskapet om livets eviga cykel. Aztekerna lärde sig således om det oändliga livets flöde och den ömsesidiga sammankopplingen av allt. Under medeltiden och i alla antika kulturer var ringblomman populär som färgämne, medicinalväxt, krydda och även en magisk växt. Aktiva krafter: För ett ringblomma te, håll kokande vatten över en hög tesked av blommorna och låt det branta i fem till tio minuter. En kopp på morgonen och på kvällen lugnar nerverna och hjälper till en lugn sömn. Teet ger avkoppling och är också bra för njurarna, levern och gallan. Tack vare dess antispasmodiska egenskaper kan ringblomma te också lindra menstruationskramp och kramp. Lite starkare te är mycket bra för gurgling för munhålsinfektioner. Färska unga blad är ett bra salt tillskott till sallader i köket. **Naturligt läge:** Ringblommans ursprung antas vara i Medelhavsområdet. I norra Europa hittade den en plats i kloster och stugaträdgårdar från 1100-talet. **Framgångsrik odling:** Ringblommar är lätta bakterier. Den första såningen kan göras direkt i trädgården så snart det inte längre förväntas nattfrost. Plantera fröna cirka 1,5 cm djupt i marken på ett avstånd av 20 cm. Groningstiden är vanligtvis två till tre veckor. Odlingen kan äga rum i huset året runt. **Den bästa platsen:** Ringblommar älskar soliga platser och näringsrika, måttligt fuktiga jordar. **Optimal vård:** Vattna regelbundet så snart jordens översta lager är torrt och ge dina växter organiskt flytande gödselmedel under blomningsperioden. Blommorna och bladen kan klippas och torkas från juni till oktober. I torrt, soligt väder, klipp av hela, nyöppnade blomhuvuden strax under rötterna. Lagg grupperingen löst på en skuggig plats och låt den torka några dagar. Först då plockas strålblommorna av och torkas sedan helt. Du kan också torka och använda hela blomhuvudena. Då bör du hålla växtdelarna torra och skyddade från ljus. Bladen torkas på samma sätt. **På vintern:** Ringblommar tål lätt frost men är inte hårda. Men de kommer att så igen själva nästa år.



Nechtík

Calendula officinalis

Učebná rastlina aztéckej bohyně lásky Xochiquetzal

Nechtík z čeledi sedmokrásky je zvyčajne jednoročný, vysoký asi 30 až 50 cm a má rozkonárené, chlpaté, svetlozelené stonky a chlpaté podlhovasté listy. Svoje žltooranžové kvety vystavuje celé leto, od júna až do prvých mrazov. Bola symbolom aztéckej bohyně lásky Xochiquetzal. Pomocou nechtíka Xochiquetzal naučila svoj ľud posolstvu večného kolobehu života. Takto sa aztécke ženy dozvedeli o toku nekonečného života a vzájomnej prepojenosti všetkých vecí. V stredoveku a vo všetkých starovekých kultúrach bol nechtík obľúbený ako farbivo, liečivá bylina, korenie a magická rastlina. Účinné sily: Nechtíkový čaj zalejte vrchovatou lyžičkou kvetov vriacou vodou a nechajte päť až desať minút lúhovať. Šálka ráno a večer upokojí nervy a pomôže k dobrej spánku. Čaj poskytuje relaxáciu a je dobrý aj na obličky, pečeň a žlč. Čaj z nechtíka môže vďaka svojím protikŕčovým vlastnostiam uľaviť aj od menštruačných alebo menštruačných kŕčov. O niečo silnejší čaj je veľmi dobrý na kloktanie pri zápaloch úst. Čerstvé mladé listy sú dobré v kuchyni ako slaná príloha do šalátov. **Prirodzená poloha:** Pôvod nechtíka sa predpokladá v oblasti Stredozemného mora. V severnej Európe si od 12. storočia našiel miesto v kláštorňoch a chatových záhradách. **Úspešná kultivácia:** Nechtíky sú ľahké klíčiace rastliny. Prvý výsev je možné vykonať priamo v záhrade hneď, ako sa už neočakávajú nočné mrazy. Semená umiestnite asi 1,5 cm hlboko do pôdy, 20 cm od seba. Doba klíčenia je zvyčajne dva až tri týždne. Pestovanie sa môže vykonávať v interiéri po celý rok. **Najlepšie umiestnenie:** Nechtíky milujú slnečné polohy a na živiny bohatú, stredne vlhkú pôdu. **Optimálna starostlivosť:** Hneď ako vrchná vrstva pôdy vyschne, pravidelne zalievajte a počas obdobia kvitnutia dodávajte svojim rastlinám organické tekuté hnojivo. Kvety a listy je možné rezať a sušiť od júna do októbra. Za suchého slnečného počasia odrežte celé, čerstvo otvorené hlávky kvetov tesne pod základňou. Nazbieraný tovar voľne naskladajte na tienisté miesto a nechajte niekoľko dní vyschnúť. Až potom sa kvietky lúčov odtrhnú a potom úplne vysušia. Sušiť a použiť môžete aj celé hlavičky kvetov. Potom by ste mali časti rastlín udržiavať suché a chránené pred svetlom. Listy sa sušia rovnakým spôsobom. **V zime:** Nechtíky tolerujú slabé mrazy, ale nie sú mrazuvzdorné. Na ďalší rok sa však zase nasadia.



Ognjič

Calendula officinalis

Učna rastlina azteške boginje ljubezni Xochiquetzal

Ognjič iz družine marjetic je običajno enoletni, visok približno 30 do 50 cm in ima razvejana, dlakava, svetlo zelena stebela in dlakavi podolgovati listi. Svoje rumeno-oranžne cvetove razkazuje vse poletje, od junija do prvih zmrzali. Bila je simbol azteške boginje ljubezni Xochiquetzal. Z uporabo ognjiča je Xochiquetzal svoje ljudi naučila sporočila o večnem krogu življenja. Azteške ženske so tako spoznale tok neskončnega življenja in medsebojno povezanost vseh stvari. V srednjem veku in v vseh starih kulturah je bil ognjič priljubljen kot barvilo, zdravilno zelišče, začimba in čarobna rastlina. Delovanje: Za ognjičev čaj zvrhano čajno žličko cvetov prelijemo z vrelo vodo in pustimo stati pet do deset minut. Skodelica zjutraj in zvečer pomirja živce in pripomore k dobremu spancu. Čaj sprošča, blagodejno vpliva tudi na ledvice, jetra in žolč. Zaradi antispazmodičnih lastnosti lahko ognjičev čaj lajša tudi menstrualne ali menstrualne krče. Nekoliko močnejši čaj je zelo dober za grgranje pri vnetjih ust. Sveži mladi listi so dobri v kuhinji kot slasten dodatek k solatam. **Naravni habitat:** Izvor ognjiča naj bi bil v Sredozemlju. V severni Evropi je od 12. stoletja našel mesto v samostanskih in hišnih dvorih. **Navodila za gojenje:** Ognjiči so lahki kalilci. Prvo setev lahko opravimo neposredno na vrtu, takoj ko ni več pričakovati nočnih zmrzali. Semena položite približno 1,5 cm globoko v zemljo, 20 cm narazen. Obdobje kalitve je običajno dva do tri tedne. Gojenje se lahko izvaja v zaprtih prostorih vse leto. **Najboljša lokacija:** Ognjiči obožujejo sončne lege in s hranili bogata, zmerno vlažna tla. **Optimalna nega:** Redno zalivajte, takoj ko se zgornja plast zemlje posuši, rastlinam pa v času cvetenja zagotovite tekoče organsko gnojilo. Cvetove in liste lahko režemo in sušimo od junija do oktobra. V suhem, sončnem vremenu odrežemo cele, sveže odprte cvetne glavice tik pod dnom. Nabrano blago zložite na senčno mesto in pustite, da se suši nekaj dni. Šele nato cvetke žarkov potrgamo in nato popolnoma posušimo. Lahko tudi posušite in uporabite cele cvetne glavice. Nato dele rastline hranite na suhem in zaščitenem pred svetlobo. Na enak način sušimo liste. **V zimskem času:** Ognjiči prenašajo rahle zmrzali, vendar niso odporni. Vendar pa se naslednje leto znova sejejo.



Botón de oro

Calendula officinalis

Planta medicinal de la diosa azteca del amor Xochiquetzal

La caléndula pertenece a la familia Asteraceae normalmente anual, alcanza una altura de entre 30 y 50 cm y suele tener tallos ramificados, peludos, de color verde pálido y hojas oblongas peludas. Muestra sus flores de color amarillo anaranjadas durante todo el verano, desde junio hasta las primeras heladas. Ella era el símbolo de la diosa azteca del amor Xochiquetzal. A través de la caléndula Xochiquetzal transmitió a su pueblo el mensaje del ciclo eterno de la vida. Las aztecas conocieron así sobre el río de la vida sin fin y la interconexión de todas las cosas. En la Edad Media y en todas las culturas antiguas la caléndula era popular como tinte, hierba medicinal, especia y planta mágica. Fuerzas activas: Para un té de caléndula se vierte agua hirviendo sobre una cucharadita colmada de las flores y se deja reposar durante cinco a diez minutos. Una taza por la mañana y otra por la noche calman los nervios y ayuda a un sueño tranquilo. El té promueve la relajación y también es bueno para los riñones, el hígado y la bilis. Debido a sus propiedades antiespasmódicas, un té de caléndula también ayuda a aliviar las dolencias menstruales. Un té más fuerte es muy bueno para hacer gárgaras para bajar inflamaciones de la boca. Las hojas frescas se utilizan en la cocina como complemento para salsas ensaladas. **Ubicación natural:** El origen de la caléndula se supone en el Mediterráneo. En el norte de Europa encontró su lugar a partir del siglo XII en monasterios y jardines de agricultores. **Cultivo exitoso:** Las maravillas son semillas que precisan de luz para germinar. La primera siembra puede tener lugar directamente en el jardín, en cuanto no se esperan más heladas nocturnas. Poner las semillas a una distancia de 20 cm aproximadamente y a un centímetro y medio de profundidad en la tierra. El tiempo de germinación es por lo general de dos a tres semanas. En interior se puede criar durante todo el año. **La mejor ubicación:** Las caléndulas aman lugares soleados y un suelo moderadamente húmedo, rico en nutrientes. **Cuidado óptimo:** Riegue con regularidad en cuanto la primera capa del suelo se haya secado y suministre a su planta durante la inflorescencia fertilizante líquido. Las flores y hojas se pueden cortar y desecar de junio a octubre. Corte todas las flores recién eclosionadas un poco por debajo de la cabeza cuando el ambiente esté seco y soleado. Mantenga lo recolectado en un sitio a la sombra y déjelo unos días para que se seque. Posteriormente se arrancan las flores liguladas y se dejan de terminar de secar. Pero también puede dejar que la flor entera se seque y utilizarla. Después debe mantener las partes de la planta desecadas en un lugar seco y protegido de la luz. Las hojas se secan de la misma manera. **En el invierno:** Las maravillas toleran heladas suaves, pero no son resistentes. Ellas mismas se propagan el año siguiente.



Měsíček

Calendula officinalis

Výukový závod aztécké bohyně lásky Xochiquetzal

Měsíček z čeledi kopretinovitých je většinou jednoletý, vysoký asi 30 až 50 cm a má větvené, chlupaté, světle zelené stonky. a chlupaté podlouhlé listy. Své žlutooranžové květy vystavuje celé léto, od června až do prvních mrazíků. Byla symbolem aztécké bohyně lásky Xochiquetzal. Pomocí měsíčku naučila Xochiquetzal svůj lid poselství věčného koloběhu života. Tak se aztécké ženy dozvěděly o plynutí nekonečného života a provázanosti všech věcí. Ve středověku a ve všech starověkých kulturách byl měsíček oblíbený jako barvivo, léčivá bylina, koření a kouzelná rostlina. Účinné síly: Měsíčkový čaj přelije vrchovatou lžičku květů vroucí vodou a nechte pět až deset minut louhovat. Šálek ráno a večer uklidňuje nervy a pomáhá ke kvalitnímu spánku. Čaj poskytuje relaxaci a je dobrý také na ledviny, játra a žluč. Čaj z měsíčku lékařského dokáže pro své antispasmodické vlastnosti zmírnit i menstruační křeče nebo křeče při menstruaci. Na kloktání ústních infekcí je velmi dobrý mírně silnější čaj. Čerstvé mladé listy jsou dobré v kuchyni jako slaná příloha do salátů. **Přirozená poloha:** Původ měsíčku se předpokládá v oblasti Středomořího moře. V severní Evropě našel od 12. století místo v zahradách klášterů a chalup. **Úspěšné pěstování:** Měsíčky jsou lehké klíčící rostliny. První výsev lze provést přímo na zahradě, jakmile již nelze očekávat noční mrazíky. Semena umístěte asi 1,5 cm hluboko do půdy, 20 cm od sebe. Doba klíčení je obvykle dva až tři týdny. Pěstování lze provádět v interiéru po celý rok. **Nejlepší umístění:** Měsíčky milují slunná stanoviště a na živiny bohatou, středně vlhkou půdu. **Optimální péče:** Pravidelně zalévejte, jakmile vrchní vrstva půdy vyschne, a během období květu poskytněte rostlinám organické tekuté hnojivo. Květy a listy lze řezat a sušit od června do října. Za suchého slunečního počasí odřízněte celé, čerstvě otevřené květní hlávky těsně pod základnou. Nasbírané zboží volně naskládejte na stinné místo a nechte pár dní vyschnout. Teprve poté se paprskovité kvítky othrají a následně zcela vysuší. Usuší a použít můžete i celé květní hlávky. Poté byste měli udržovat části rostlin suché a chráněné před světlem. Listy se suší stejným způsobem. **V zimě:** Měsíčky tolerují slabé mrazíky, ale nejsou mrazuvzdorné. Na další rok se však zase nasévají.



Kadife çiçeği

Calendula officinalis

Azteek aşk tanrıçası Xochiquetzal'in öğretim bitkisi

Papatya ailesinden olan kadife çiçeği genellikle bir yıllık, yaklaşık 30 ila 50 cm yüksekliğinde ve dallı, tüylü, açık yeşil gövdelere sahiptir. ve tüylü uzun yapraklar. Haziran ayından ilk donlara kadar yaz boyu sarı-turuncu çiçeklerini gösterir. Aztek aşk tanrıçası Xochiquetzal'in simgesiydi. Xochiquetzal, kadife çiçeğini kullanarak halkına yaşamın sonsuz döngüsünün mesajını öğretti. Aztek kadınları sonsuz yaşamın akışını ve her şeyin birbirine bağlılığını bu şekilde öğrendiler. Orta Çağ'da ve tüm eski kültürlerde kadife çiçeği boya, şifalı bitki, baharat ve sihirli bitki olarak popülerdi. Etkili kuvvetler: Kadife çiçeği çayı için, bir çay kaşığı dolusu çiçeğin üzerine kaynar su dökün ve beş ila on dakika demlenmesini bekleyin. Sabah ve akşam birer bardak sinirleri yatıştırır ve iyi bir gece uykusu çekmenize yardımcı olur. Çay rahatlatma sağlar ve ayrıca böbrekler, karaciğer ve safra için iyidir. Antispazmodik özellikleri nedeniyle, kadife çiçeği çayı adet kramplarını veya adet kramplarını da rahatlatılabilir. Biraz daha koyu çay ağız enfeksiyonları ile gargara yapmak için çok iyidir. Taze genç yapraklar, salatalara lezzetli bir katkı olarak mutfakta iyidir. **Doğal konum:** Kadife çiçeğinin menşeyi Akdeniz bölgesinde olduğu varsayılmaktadır. Kuzey Avrupa'da 12. yüzyıldan itibaren manastır ve yazlık bahçelerinde kendine yer bulmuştur. **Başarılı yetiştirme:** Marigoldlar hafif çimlendiricilerdir. İlk ekim, artık gece donları beklenmediği anda doğrudan bahçede yapılabilir. Tohumları toprağa yaklaşık 1,5 cm derinlikte, 20 cm aralıklarla yerleştirin. Çimlenme süresi genellikle iki ila üç haftadır. Yetiştirme tüm yıl boyunca kapalı alanda yapılabilir. **En iyi konum:** Marigoldlar güneşli yerleri ve besin açısından zengin, orta derecede nemli toprağı sever. **Optimum bakım:** Gießen Sie regelmäßig, sobald die oberste Erdschicht trocken ist und versorgen Sie Ihre Pflanzen während der Blütezeit mit organischem Flüssigdünger. Die Blüten und Blätter können von Juni bis Oktober geschnitten und getrocknet werden. Schneiden Sie die ganzen, frisch aufgeblühten Blütenköpfe bei trockenem, sonnigen Wetter knapp unterhalb des Ansatzes ab. Schichten Sie das Sammelgut an einem schattigen Platz locker auf und lassen Sie es ein paar Tage vortrocknen. Erst dann werden die Zungenblüten abgezupft und anschließend fertig getrocknet. Sie können aber auch die gesamten Blütenköpfe fertig trocknen und verwenden. Danach sollten Sie die Pflanzenteile trocken und lichtgeschützt aufbewahren. Die Blätter werden auf dieselbe Weise getrocknet. **Kışın:** Marigoldlar hafif donları tolere eder ancak dayanıklı değildir. Ancak, gelecek yıl için kendilerini yeniden tohumlarlar.



Körömvirág

Calendula officinalis

Xochiquetzal azték szerelemistennő tanüzeme

A százszorszépek családjába tartozó körömvirág általában egynyári, körülbelül 30-50 cm magas, elágazó, szőrös, világoszöld szárú. és szőrös, hosszúkás levelek. Sárgás-narancssárga virágait egész nyáron, júniustól az első fagyokig mutatja. Xochiquetzal azték szerelemistennő szimbóluma volt. A körömvirág segítségével Xochiquetzal megtanította népének az élet örök körforgásának üzenetét. Az azték nők így tanultak a végtelen élet áramlásáról és minden dolog összekapcsolódásáról. A körömvirág a középkorban és minden ókori kultúrában népszerű volt festékként, gyógynövényként, fűszer- és varázsnövényként. **Természetes elhelyezkedés:** A körömvirág eredete feltételezéséek szerint a Földközi-tenger térségéből származik. Észak-Európában a 12. századtól kolostor- és házikörtékben kapott helyet. **Sikeres termesztés:** A körömvirág könnyű csírázó. Az első vetés közvetlenül a kertben elvégezhető, amint nem kell több éjszakai fagyra számítani. Helyezze a magokat körülbelül 1,5 cm mélyen a talajba, 20 cm távolságra egymástól. A csírázási időszak általában két-három hét. A termesztés egész évben zárt térben végezhető. **A legjobb hely:** A körömvirág szereti a napos helyeket és a tápanyagban gazdag, mérsékelten nedves talajt. **Optimális gondozás:** Rendszeresen öntözzön, amint a talaj felső rétege megszáradt, és a virágzási időszak alatt biztosítsa a növényeket szerves folyékony műtrágyával. A virágok és levelek júniustól októberig vágathatók és száríthatók. Száraz, napos időben az egész, frissen kinyitott virágfejeket közvetlenül a tövénél vágjuk le. Az összegyűjtött árut lazán, árnyékos helyre rakjuk, és néhány napig száradni hagyjuk. A rájavirágokat csak ezután szedik le, és teljesen megszáritják. Száríthatja és felhasználhatja a teljes virágfejet is. Ezután a növényi részeket szárazon és fénytől védve kell tartani. A leveleket ugyanígy szárítjuk. **Télen:** A körömvirág túri az enyhe fagyokat, de nem szívós. A következő évre azonban újra vetik magukat.

: : : : :



ポットマリーゴールド

Calendula officinalis

アステカ文明の女神ショチケツアルの植物

キク科の一年草で30cm～50cmの分枝して毛深いライトグリーンの茎と毛深く長い葉を持ちます。6月から初霜まで夏中イエローオレンジの花を咲かせ、アステカ文明の愛の女神ショチケツアルの象徴でもあります。女神は植物を通して人々に永遠の生命のサイクルを説き、アステカ人は永遠の命の流れとすべての物が相互に関連していることを学びました。ポットマリーゴールドは中世や古代であらゆる文化において、着色剤、薬草、スパイス、または奇跡の植物として好まれていました。

活性物質：ハーブティーの作り方は、小さじ山盛り一杯の花を沸騰させたお湯に入れ5～10分煮詰めてください。朝と夕に1カップずつ飲むと神経が鎮まり安らかな睡眠が得られます。ハーブティーはリラクゼーションをもたらす、腎臓、肝臓、胆嚢に良い影響を与えます。抗けいれん効果があるため月経痛の改善にも役立ちます。より強いハーブティーはうがいに適しており、口内炎を緩和します。葉はハーブスパイスとしてサラダに使えます。

自然な場所: 地中海地域が原産と考えられています。12世紀以来、北ヨーロッパの修道院とコテージの庭で栽培されています。

栽培成功:

ポットマリーゴールドは光発芽種子です。夜間に霜が降りなくなったら庭の花壇に直接植えることができます。1.5cmの深さに20cmの間隔で種を植えてください。通常は約2～3週間で発芽します。種子繁殖は室内で年間を通して可能です。

最高のロケーション: 栄養価が高く適度に湿った土壌と日当たりのよい場所を好みます。

最適なケア:

土壌の表面が乾いたらすぐに水を与え、開花中には有機肥料を与えてください。6月～10月には花と葉を収穫して乾燥することができます。晴れて乾燥した日に、茎のつけ根から花頭を収穫して乾燥した場所で数日間乾燥させてください。その後は花びらを花頭から外して別々に、または花頭全体そのままでも乾燥できます。乾燥後は冷暗所で保管してください。葉も同じように取り扱ってください。

冬に: 弱い霜には対処しますが、完全な耐寒性は備えていません。翌年には自然播種します。

SKU: 15214 / Ringelblume