

OBSAH

* LEDEN *

Zdravičko z obýváku

Pěstujeme řeřichu a pažitku pro doplnění vitamínů a minerálů

Sbíráte bylinky?

Rady pro sběr bylinek k domácímu použití

Zimní jídelníček s bylinkami

Několik zajímavých a netradičních receptů pro zdraví

Napij, se synečku, napij ...

Bylinná vína a vinné odvary

Kněz, který léčil

Michal Pavlík, léčitel ze Závar u Trnavy

Usínáme s bylinkami pod hlavou

Bylinný pytlíček na spaní podle Valdemara Grešika

* ÚNOR *

Čaj, nebo odvar?

O tom, jak se správně vaří bylinný čaj

Vyzrajeme na rýmu?

Několik přírodních receptů a postupů proti rýmě

Cizinci na zahrádce

Neobvyklé zeleniny na zahrádce a jejich léčivé účinky

Postavte si pyramidu

O jednom netradičním oboru alternativní medicíny

Kdo byla Antonie Lysá

Portrét vyhlášené léčitelky

Žen-šen – zázrak z východu

Několik slov o legendární bylině

Chutný experiment

Merlík, kozí noha a pastinák nejen v kuchyni

* BŘEZEN *

Bříza

Co všechno se dá udělat se symbolem měsíce března

Lékárna v truhlíku

Pěstujeme léčivé byliny za oknem

Trochu o pústu

V postní době si připomeneme několik zásad zdravé nevýživy

František Ferda – legenda mezi léčiteli

Bohumil Hrabal vypráví o páteru Ferdovi

Z receptáře slavného léčitele F. Ferdy

Malý jarní kaleidoskop, tentokrát o plevelu

Jak si z nepřítele udělat přítele

Květiny jako lidé

O vzájemné snášenlivosti rostlin na zahrádce

*** DUBEN ***

Dub

Síla symbolu měsíce dubna, čili dodavatel energie

Univerzální lék není

O švédských kapkách s Valdemarem Grešíkem

Hurá do kopřiv

*Něco návodů a receptů jak využít kopřivy nejen v léčení,
ale i v kuchyni*

Indiánská žvýkačka

Pravá americká kvalita na zahrádce

Přírodní chemická továrna

Biozahrádka ještě jednou, tentokrát zelené hnojení

Jarní jídelníček s bylinkami

*** KVĚTEN ***

Zdravičko jen kvete

Ještě jednou na zahradě

Když chybí lékař

O slovenském léčiteli Jánú Halászovi

Ó, měsíčku zahradnický

Pár slov o populární květině z naší zahrady

O opilém hrnci

Také o tom, co nám neprospívá, ale je to příjemné

Proč se říká sedmikráska

Jeden recept jak vylepšit pleť

Květiny proti škůdcům

Nahradte chemii bylinami

Jedovaté bejli

Varování před některými květinami

✿ ČERVEN ✿

Lípa

O voňavém stromu a také o tom, jak si ji nesplést

Mág lidského těla

Portrét Jiřího Janči, ostravského léčitele

Bylina sv. Jana

O třezalce a o tom, k čemu všemu poslouží

Co vám to roste v truhlíku?

Lichořeřišnice – zdroj vitamínů a minerálů

✿ ČERVENEC ✿

Divizna

O babských receptech

Co s angreštem

Recept na zajímavý angreštový džem

A teď do lesa

Lesní plodiny nejen v kuchyni, ale i v přírodní lékárně

Sluníčko páli

Recepty proti dravému slunci

Letní jídelníček z bylinek

Voňavé máslo

Několik receptů jak másličko vylepšit

✿ SRPEN ✿

Myší ocásek

Řebříček, k čemu pomůže

Dobrou noc, aneb o nespavosti

Ještě jeden voňavý pytlíček na spaní a o tom, co je příčinou nespavosti

Tajemné houby

O houbách trochu jinak

Chvála kořenů

Něco o kořenové zelenině

* ZÁŘÍ *

Požehnání ze zahrádky

Co dovedou cibule a česnek

Šípková Růženka nespí

Jak se šípky

Bába ze Semil

Vzpomínka na Květoslavu Patočkovou

O šťavnatém podzimu

K čemu slouží zeleninové šťávy

Malý kaleidoskop (tentokrát podzimní)

* ŘÍJEN *

Pěstujte si Popelku

O málo známém rakytníku řešetlákovém

Zelíčko, zelí

Co všechno lze udělat se zelím

Babka z Kopernice

O pohronské léčitelce Terézii Münichové

Voňavá zahrádka

Nejbližší léčivky v kuchyni

Podzimní jídelníček s bylinkami

* LISTOPAD *

Šlechtický strom

Ořešák a jak s ním nakládat

Nečekejte na chorobu

O významu obilních klíčků ve zdravé výživě

Dobrá mysl – půl zdraví

Ze vzpomínek východočeského léčitele Josefa Prouzy

Oj, kostihoj!

O kostivalu lékařském zase trochu jinak

Bylinky k folklóru

Připomínka starých pořekadel a písniček

(až v prosinci)

❄ **PROSINEC** ❄

Přírodní kosmetika

Byliny, které slouží k pěstování krásy

O hospě čili antisklerotín

Co dělat, když zapomínáme

Zdraví nad hlavou

Proč jmelí jen o vánocích a ne také jindy?

Medové léčení

Malá připomínka toho, že k bylinkám patří také med

Kalendář sběru léčivek