


**МБУК «Перевозская ЦБС»
«Тилининская сельская библиотека»**

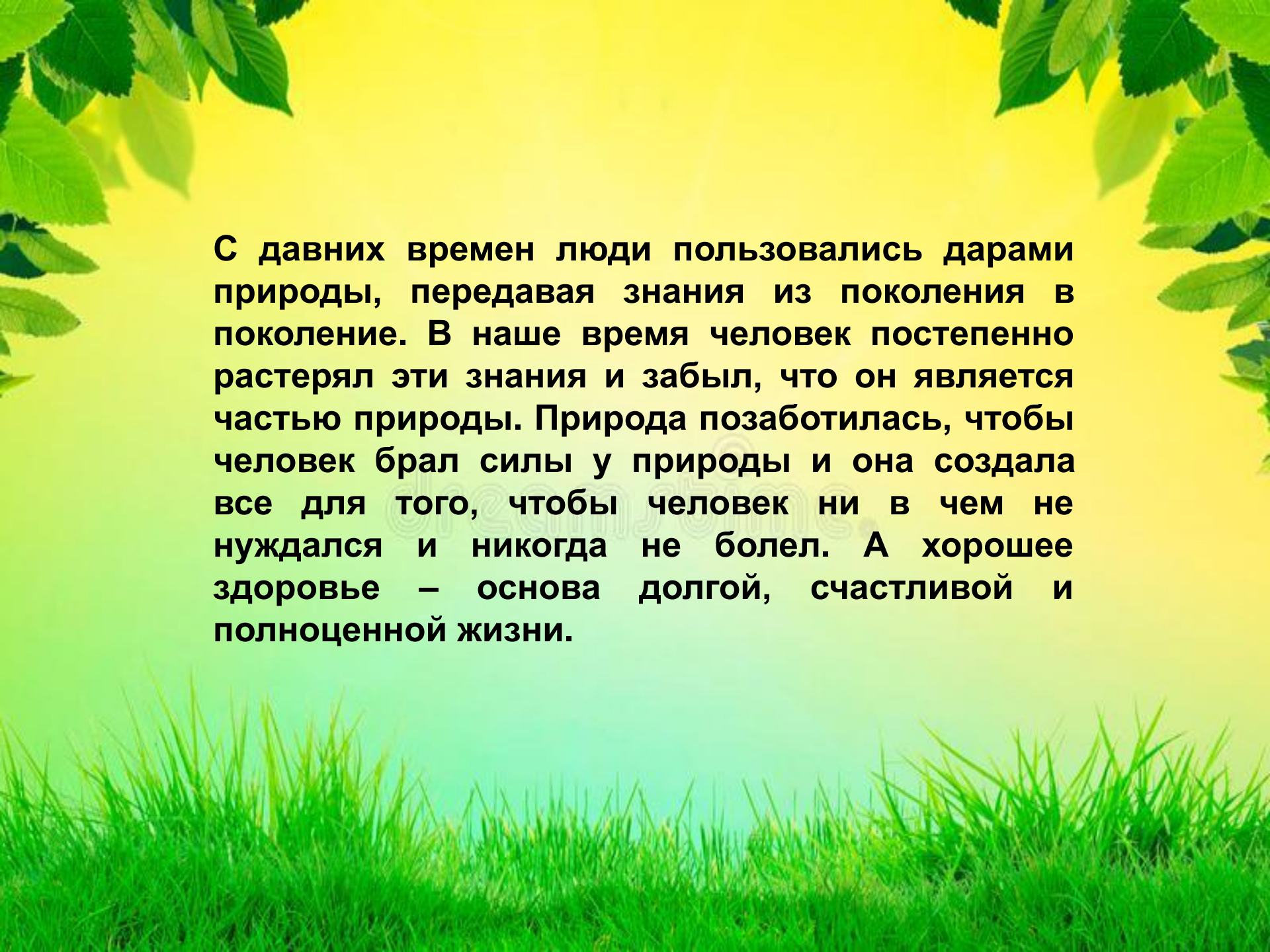
Виртуальная выставка

«Природы мудрые советы»

**Тилинино
2020 год**



**«Лечит болезни врач,
но излечивает природа»
*Гиппократ***



С давних времен люди пользовались дарами природы, передавая знания из поколения в поколение. В наше время человек постепенно растерял эти знания и забыл, что он является частью природы. Природа позаботилась, чтобы человек брал силы у природы и она создала все для того, чтобы человек ни в чем не нуждался и никогда не болел. А хорошее здоровье – основа долгой, счастливой и полноценной жизни.

Уважаемые читатели!
Вашему вниманию
предлагаются книги о свойствах
целебных трав, деревьев и
кустарников, траволечебники,
рецепты народной медицины.





Калашников, В. И.

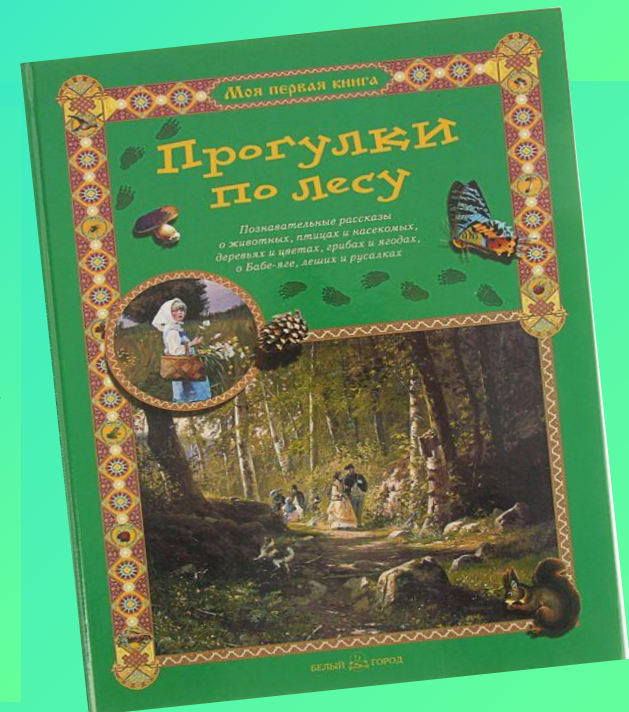
Удивительный мир растений / В. И. Калашников. – М. : Белый город, 2005. - 47 с. : ил. - (Энциклопедия тайн и загадок. Занимательное естествознание).

Эта книга о чудесах и загадках растительного мира нашей планеты. В этой увлекательной энциклопедии масса уникальных светений о мире растений: от самых знаменитых и легендарных деревьев до родных сердцу берез, от сказочных трав и растений до розы и лотоса.

Махотин, С. А.

Прогулки по лесу / С. А. Махотин. – М. : Белый город, 2009. - 142с. : цв. ил. - (Моя первая книга)

О том, как тесно жизнь человека связана с жизнью леса, рассказывает эта книга. Наша маленькая лесная энциклопедия обращена прежде всего к самому юному поколению. Но и взрослым окажется небесполезной. Особенно, если читать ее вместе с детьми, удивляясь и радуясь чудесам, которых так много в волшебном лесу. Для чтения взрослым и детям.

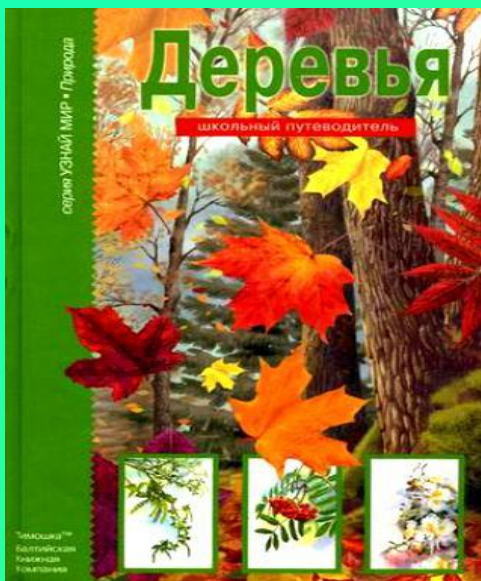




Кузнецова, М. А.

Сказания о лекарственных растениях / М. А. Кузнецова, А. С. Резникова. – М. : Высшая школа, 1992. – 270 с.

Книга знакомит с интересными древними и современными мифами разных народов о лекарственных растениях. Анализируется происхождение названий этих растений. Показано, как ученые, используя сказания, легенды и многовековой опыт народов разных стран о применении растений в быту и медицине, раскрывают сокровенные тайны их полезных и целебных свойств.



Афонькин, С.Ю.

Деревья / С.Ю. Афонькин. – СПб : «БКК», 2011. – 96 с. – (Серия «Узнай мир»).

Деревья – легкие нашей планеты, так как они вырабатывают кислород. А практически каждый второй предмет в быту сделан из дерева. Из этой богато иллюстрированного издания вы узнаете много интересной информации о зеленых санитарах. Книга ориентирована на средний и старший школьный возраст.

Шпилея, С. Е.

Азбука природы : (Лекарств. растения) / С. Е. Шпилея, С. И. Иванов. - М. : Знание, 1989. - 221 с.: ил.

Авторы в научно-популярной форме рассказывают о лекарственных растениях, занимающих видное место в арсенале лечебных средств современной медицины. Книга содержит описание многих видов лекарственной флоры, их биологически активных веществ, рекомендации по их применению в лечебных целях.





Попов, А. П.

Лесные целебные растения / А. П. Попов. - 2-е изд. – М. : Экология, 1992. - 159 с. : ил.

В книге рассказано не только о целебных свойствах деревьев, кустарников и трав, но и о способах, времени сбора, переработке, условиях хранения, а также о рецептах изготовления из них лечебных и космических препаратов: отваров, настоев, порошков, сиропов, экстрактов, мазей. Предлагаются способы применения растений для борьбы с бытовыми насекомыми и грызунами. Рассказывается об использовании отдельных лесных видов и для иных бытовых целей. Для широкого круга читателей.



Мазнев, Н. И.

Большая энциклопедия высокоэффективных лекарственных растений / Н. И. Мазнев. – М. : Эксмо, 2008. - 605 с. : цв. ил.

В книге представлены описания лекарственных растений, используемых в традиционной и народной медицине. Подробно рассказано о способах заготовки, приготовления и использования препаратов из лекарственных растений, их лечебные и профилактические свойства. Издание содержит большое количество цветных иллюстраций.

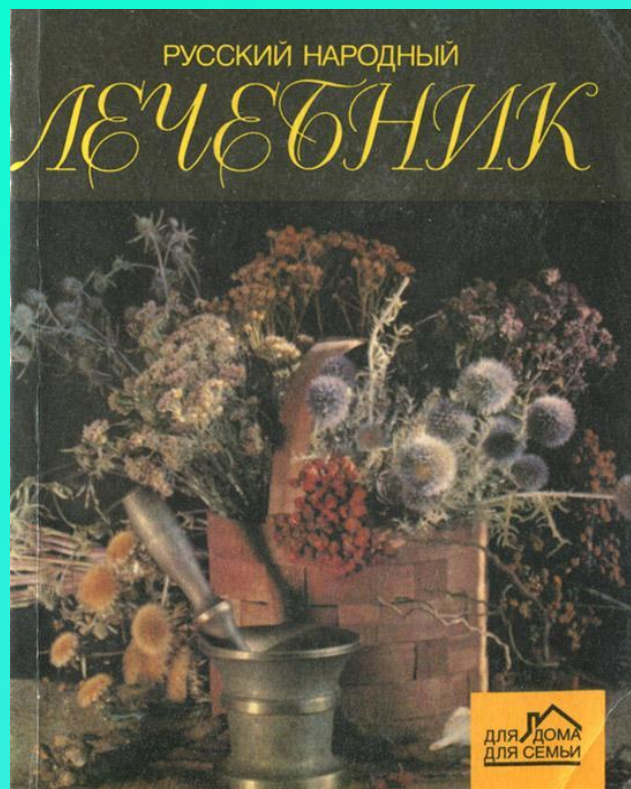
Махлаюк, В. П.

Лекарственные растения в народной медицине / В. П. Махлаюк. - Саратов : Приволжское книжное издательство, 1993. - 544 с. : ил.

Народная медицина издавна широко использует для лечения человека сотни растений. Их легко найти в лесу, на лугах, полях, болотах, пустырях. Некоторые из них - плодово-ягодные, овощные, зерновые культуры - мы употребляем в пищу. Из века в век в народе накапливались сведения о ценности лекарственных растений. Часть их хорошо изучена, но многие еще не исследованы, редко используются или незаслуженно забыты.

В книге описано более 600 видов растений, применяемых в народной медицине, а также около 150 сборов лекарственных растений. Каждому виду растений дана краткая ботаническая характеристика, указано его распространение и местообитание, применяемая часть и время сбора, приводится химический состав, сообщается о влиянии растения на организм человека и о применении в народной медицине.





Куренков, П. М.

**Русский народный лечебник / Павел Куреннов.
- Санкт-Петербург : Невский проспект, 2005. -
152 с.**

Хотите быть здоровым, бодрым, помочь себе и близким бороться с недугами? Загляните в зеленую аптеку природы. Опыт сотен поколений русских целителей поможет вам справиться с авитаминозом, депрессией, простудой и гриппом, повысит сопротивляемость организма сезонным инфекциям. Кроме того, в книге приводятся эффективные рецепты фитопрепаратов, которые можно приготовить в домашних условиях, лечебных ванн и др.

Основные правила сбора лекарственных растений:

Правило 1. Собирайте только необходимые вам травы, которые вы хорошо знаете.

Правило 2. Нельзя проводить сборы в радиусе 500 метров свалок и промышленных предприятий. Так же на расстоянии 100 метров даже от проселочных дорог.

Правило 3. Надземные части растений обычно собирают в сухую ясную погоду. Нельзя собирать цветы и листья мокрыми после дождя или по росе. Такой сбор медленно сохнет и быстро загнивает. Корни и корневища лучше выкапывать лопатами или плоскими вилами после дождя, когда земля еще влажная или утром по росе.

Правило 4. Не срывайте растение целиком, если вам нужны только некоторые его части, бережно обращайтесь с ним. Так же недопустим полный сбор какого-либо растения с определенного участка. Оставьте как минимум 1/3 растений на площади для дальнейшего развития и размножения. Не срывайте целую ветвь с дерева, если вам нужно собрать с нее только цветы, листья или плоды.

Правило 5. Собранные части растений надо рыхло укладывать в корзины. Нельзя утрамбовывать или запихивать в мешки. Дома следует немедленно разложить сбор тонким слоем для сушки.



Целебные травы — подарок нам от природы.

Помните:

- никогда не выкапывайте корневища редких (а тем более — занесенных в Красную книгу) растений;
- не собирайте дочиста все, что видите — обязательно оставляйте нашим природным целителям возможность жить дальше и размножаться;
- не выдирайте траву с корнем, если нужны только стебли или соцветия.

**С книгами, представленными на данной выставке
вы можете познакомиться
в Тилининской сельской библиотеке.**

**Адрес библиотеки:
Нижегородская обл.
Перевозский р-н
с.Тилинино, ул. Молодежная, д.14**

**Группа VK:
<https://vk.com/club167217382>**

Спасибо за внимание!