

# Přehled roku 2022

Leden	Únor	Březen	Duben	Květen	Červen	Červenec	Srpen	Září	Říjen	Listopad	Prosinec
1 S Nový rok	1 Ú Hynek	1 Ú Bedřich	1 P Hugo	1 N Svátek práce	1 S Laura	1 P Jaroslava	1 P Oskar	1 Č Linda/Samuel	1 S Igor	1 Ú Felix	1 Č Iva
Státní svátek	2 S Nela/Nella	Bedřiška	2 S Erika	2 P Zikmund	2 Č Jarmil	2 S Patricie	2 Ú Gustav	2 P Adéla	2 N Olivie/Oliver	2 S Památka	2 P Blanka
Den obnovy ČSR	3 Č Blažej	2 S Anežka/Agnesa	3 N Richard	3 Ú Alexej/Alex	3 P Tamaral/Kevin	3 N Radomír	3 S Miluše/Miluška	3 S Bronislav	3 P Bohumil	zesnulých	3 S Svatoslav
2 N Karina/Karin	4 P Jarmila	3 Č Kamil	4 P Ivana/Ivanka	4 S Květoslav	4 S Dalibor	4 Č Radomíra	4 Č Dominik	Bronislava	4 Ú František	3 Č Hubert	4 N Barbora/Bára
3 P Radmila	5 S Dobromila	4 P Stela	5 Ú Miroslava/Mírka	5 Č Klaudie	5 S Dobrosrav	4 P Prokop	4 S Dominika	4 N Jindřiška	5 S Eliška	4 P Karel/Karla	5 P Jitka
Radomil	6 N Vanda	5 S Kazimír	6 S Vendula	6 P Radoslav	Dobroslava	5 Ú Státní svátek	5 P Kristián	Rozálie	6 Č Hanuš	5 S Miriám	6 Ú Mikuláš
4 Ú Diana	7 P Veronika	6 N Miroslav	Venuše	Radislav	6 P Norbert	Den Cyryla a Metoděje	Christian	5 P Boris	7 P Justýna/Justina	6 N Liběna	7 S Ambrož
5 S Dalimil	8 Ú Milada	7 P Tomáš	7 Č Heřman	7 S Stanislav	7 S Stanislav	7 Ú Iveta/Slavoj	6 S Oldřiška	6 Ú Boleslav	8 S Věra/Věroslava	7 P Saskie	Benjamin
6 Č Tři králové	9 S Apolena	8 Ú Gabriela/Zoltán	Hermína	8 N Státní svátek	8 S Medard	8 S Medard	7 N Lada	7 S Regina	9 N Štefan/Sára	8 Ú Bohumír	8 Č Květoslava
7 P Vilma/Vilemína	10 Č Mojmir	9 S Františka	8 P Ema/Emma	Den vítězství	9 Č Stanislava	9 Č Stanislava	8 Č Soběslav	8 Č Mariana	10 P Marina/Maryna	9 S Bohdan	10 P Vratislav
8 S Čestmír	11 P Božena	10 Č Viktorie	9 S Dušan	9 P Ctibor	10 P Gita/Margita	10 P Gita/Margita	9 P Roman	11 Ú Andrej/Andreas	11 Ú Andrej/Andreas	10 S Bohdan	9 S Julie/Juliana
9 N Vladan	12 S Slavěna/Slávka	11 P Anděla/Andělín	10 N Darja	11 P Izabela	11 S Bruno	11 S Bruno	10 S Vavřinec	12 S Marcel	12 S Marcel	11 N Dana/Danuše	11 N Dana/Danuše
10 P Břetislav	13 N Věnceslav	12 S Rehoř	11 P Zuzana	12 Ú Julius	12 N Antonie/Táňa	12 N Antonie/Táňa	11 Č Zuzana	10 S Irma	13 Č Renáta	10 Č Evžen	12 P Simona
11 Ú Bohdana	14 P Valentýn	13 N Růžena	12 Ú Julius	13 S Aleš	13 P Antonín/Anton	13 P Antonín/Anton	12 P Klára	11 N Denisa/Denis	14 P Agáta	11 P Martin	13 Ú Lucie/Lucia
12 S Pravoslav	15 Ú Ida	14 P Matylda/Růt	13 S Aleš	14 Č Pankrác	14 Ú Roland/Herta	14 Ú Roland/Herta	13 S Alena/Alenka	12 P Marie/Tobiáš	15 S Tereza/Terezie	12 S Benedikt	14 S Lýdie/Lýdia
13 Č Edita	16 S Ljuba/Danuša	15 Ú Ida	14 Č Vincenc	12 P Servác	15 S Vít	15 S Vít	14 N Alan	13 Ú Lubor	16 N Havel/Galina	13 N Tibor	15 Č Radana/Radan
14 P Radovan	17 Č Miloslava	16 S Elena/Herbert	15 P Velký pátek	14 S Bonifác	16 Č Zbyněk	16 Č Zbyněk	15 P Hana/Hanna	14 S Radka	17 P Hedvika	14 P Sáva	16 P Albína
15 S Alice	18 P Gizela	17 Č Vlastimil	Anastázie	15 N Žofie/Sofie	17 P Adolf	17 P Adolf	16 Ú Jáchym	Radoslava	18 Ú Lukáš	15 Ú Leopold	17 S Daniel/Dan
16 N Ctirad	19 S Patrik/Ella	18 P Eduard/Edvard	16 S Irena/Irina	16 P Přemysl	18 S Milan/Milana	18 S Milan/Milana	17 S Petra	15 Č Jolana	19 S Michala	16 S Otmar	18 N Miloslav
17 P Drahoslav	20 N Oldřich	19 S Josef/Josefa	17 Ú Aneta	17 N Velikonoční	17 Ú Aneta	17 Ú Aneta	18 Č Helena/Jelena	16 P Ludmila/Lidmila	Michaela	17 Č Státní svátek	19 P Ester
18 Ú Vladislav	21 P Lenka/Eleonora	20 N Světlana	18 S Nataša	neděle	18 S Nataša	18 S Nataša	14 Č Karolína/Larisa	17 S Naděžda/Nada	20 Č Vendelín	Den boje za svobodu a demokracii	20 Ú Dagmar/Daša
Vladislava	22 Ú Petr	21 P Radek/Radko	19 Č Rudolf	19 Č Ivo	19 Č Ivo	19 Č Ivo	20 P Květa/Květuše	18 N Kryštof	21 P Brigita	21 S Natálie/Natalia	21 S Natálie/Natalia
19 S Doubravka	23 S Svatopluk	22 Ú Leonal/Lea	20 P Zbyšek	20 P Zbyšek	20 P Zbyšek	20 P Zbyšek	21 N Johana	22 S Sabina	22 S Sabina	22 Č Šimon/Simon	22 Č Šimon/Simon
20 Č Ilona/Sebastian	24 Č Matěj/Matýáš	23 S Ivona/Vyona	21 S Monika	21 S Monika	21 S Monika	21 S Monika	22 Č Bohuslav	20 Ú Oleg	23 N Teodor/Theodor	Mahulena	23 P Vlasta
21 P Běla	25 P Liliana/Taras	24 Č Gabriel	22 N Emil/Rita	22 N Emil/Rita	22 N Emil/Rita	22 N Emil/Rita	23 Ú Sandra	21 S Matouš	24 P Nina	Gertruda	24 S Štěpán/Štěpán
22 S Slavomír	26 S Dorota	25 P Marián/Mario	23 P Vladimír	23 P Vladimír	23 P Vladimír	23 P Vladimír	24 S Bartoloměj	22 Č Darina	25 Ú Beáta	18 P Romana	Adam a Eva
23 N Zdeněk	27 N Alexandr	26 S Emanuel	24 Ú Jana/Vanesa	24 Ú Jana/Vanesa	24 Ú Jana/Vanesa	24 Ú Jana/Vanesa	25 S Ivan	23 P Berta	26 S Erik/Erich	26 S Erik/Erich	25 N 1. svátek
Oksana	28 P Milena	27 N Dita	25 S Viola	25 S Viola	25 S Viola	25 S Viola	17 N Martina	24 S Jaromír	27 Č Šarlota/Zoe	20 N Nikola/Nikolas	vánoční
25 Ú Miloš	29 Ú Tatána/Tatiana	28 P Soňa/Sonja	26 Č Filip	26 Č Filip	26 Č Filip	26 Č Filip	18 P Drahomíra	28 P Státní svátek	28 P Státní svátek	21 P Albert	Boží hod
26 S Zora	30 S Amos/Ernest	29 Ú Tatána/Tatiana	27 P Valdemar	27 P Valdemar	27 P Valdemar	27 P Valdemar	19 Ú Čeněk	25 N Zlata/Zlatusše	29 S Silvie/Sylvia	22 Ú Cecilie	vánoční
27 Č Ingrid/Ingeborg	31 Č Kvído	30 S Amos/Ernest	28 S Vilém	28 S Vilém	28 S Vilém	28 S Vilém	20 S Ilja	26 P Andrea	30 N Tadeáš	23 S Klement	26 P 2. svátek
28 P Otýlie/Otílie		31 Č Kvído	29 S Petr a Pavel	29 S Petr a Pavel	29 S Petr a Pavel	29 S Petr a Pavel	21 Č Vítězslav	27 Ú Jonáš	31 P Štěpánka	24 Č Emilie/Emilia	vánoční
29 S Zdislava			30 Č Šárka	30 Č Šárka	30 Č Šárka	30 Č Šárka	22 N Augustýn	28 S Státní svátek	29 S Silvie/Sylvia	25 P Kateřina	Štěpán/Štěpán
30 N Robin/Erna			24 N Jiří	24 N Jiří	24 N Jiří	24 N Jiří	22 P Magdaléna	Den české státnosti	30 N Tadeáš	Katarína	27 Ú Žaneta
31 P Marika			25 P Marek/Ervin	25 P Marek/Ervin	25 P Marek/Ervin	25 P Marek/Ervin	23 S Libor	28 Č Jaromír	31 P Štěpánka	26 S Artur	28 S Bohumila
			26 Ú Oto/Ota	26 Ú Oto/Ota	26 Ú Oto/Ota	26 Ú Oto/Ota	28 N Augustýn	29 S Jaromír		27 N Xenie	29 Č Judita
			27 S Jaroslav	27 S Jaroslav	27 S Jaroslav	27 S Jaroslav	29 P Evellina	29 Č Michal/Michael		28 P René	30 P David
			28 Č Vlastislav	28 Č Vlastislav	28 Č Vlastislav	28 Č Vlastislav	30 P Vladěna	30 P Jeroným		29 S Zina	31 S Silvestr
			29 P Robert	29 P Robert	29 P Robert	29 P Robert	28 Č Viktor/Alina			30 S Ondřej	
			30 S Blahoslav	30 S Blahoslav	30 S Blahoslav	30 S Blahoslav	29 P Marta				
							30 S Bořivoj				
							31 N Ignác				

# Plánovací kalendář roku 2022

Měsíc	Dny týdnu							Týden		Měsíc			Čtvrť.
	P	Ú	S	Č	P	S	N	číslo pracovních dnů	číslo	pracovních			dnů hodin
	dnů	hodin	dnů	hodin	dnů								
Leden						1	2	52	0	1	21	157,5	I.
	3	4	5	6	7	8	9	1	5				
	10	11	12	13	14	15	16	2	5				
	17	18	19	20	21	22	23	3	5				
	24	25	26	27	28	29	30	4	5				
31							5	1					
Únor		1	2	3	4	5	6	5	4	2	20	150	480
	7	8	9	10	11	12	13	6	5				
	14	15	16	17	18	19	20	7	5				
	21	22	23	24	25	26	27	8	5				
	28							9	1				
Březen		1	2	3	4	5	6	9	4	3	23	172,5	512
	7	8	9	10	11	12	13	10	5				
	14	15	16	17	18	19	20	11	5				
	21	22	23	24	25	26	27	12	5				
	28	29	30	31				13	4				
Duben					1	2	3	13	1	4	19 +2*	II.	
	4	5	6	7	8	9	10	14	5				
	11	12	13	14	15	16	17	15	4				
	18	19	20	21	22	23	24	16	4				
	25	26	27	28	29	30		17	5				
Květen						1	17	0		5	22	472,5 487,5*	
	2	3	4	5	6	7	8	18	5				
	9	10	11	12	13	14	15	19	5				
	16	17	18	19	20	21	22	20	5				
	23	24	25	26	27	28	29	21	5				
30	31						22	2					
Červen			1	2	3	4	5	22	3	6	22	165 504 520*	
	6	7	8	9	10	11	12	23	5				
	13	14	15	16	17	18	19	24	5				
	20	21	22	23	24	25	26	25	5				
	27	28	29	30				26	4				

Rok má 252 pracovních dnů,  
1890 (7,5 hod.) pracovních hodin,  
2016 (8 hod.) pracovních hodin.

\* placený svátek

Měsíc	Dny týdnu							Týden		Měsíc			Čtvrť.	
	P	Ú	S	Č	P	S	N	číslo pracovních dnů	číslo	pracovních			dnů hodin	
	dnů	hodin	dnů	hodin	dnů									
Červenec						1	2	3	26	1	7	19 +2*	142,5 157,5*	III.
	4	5	6	7	8	9	10	27	3					
	11	12	13	14	15	16	17	28	5					
	18	19	20	21	22	23	24	29	5					
	25	26	27	28	29	30	31	30	5					
Srpen		1	2	3	4	5	6	7	31	5	8	23	172,5	472,5 495*
	8	9	10	11	12	13	14	32	5					
	15	16	17	18	19	20	21	33	5					
	22	23	24	25	26	27	28	34	5					
	29	30	31					35	3					
Září				1	2	3	4	35	2	9	21 +1*	157,5 165*	504 528*	
	5	6	7	8	9	10	11	36	5					
	12	13	14	15	16	17	18	37	5					
	19	20	21	22	23	24	25	38	5					
	26	27	28	29	30			39	4					
Říjen						1	2	39	0	10	20 +1*	150 157,5*	IV.	
	3	4	5	6	7	8	9	40	5					
	10	11	12	13	14	15	16	41	5					
	17	18	19	20	21	22	23	42	5					
	24	25	26	27	28	29	30	43	4					
31							44	1						
Listopad		1	2	3	4	5	6	44	4	11	21 +1*	157,5 165*	465 487,5*	
	7	8	9	10	11	12	13	45	5					
	14	15	16	17	18	19	20	46	4					
	21	22	23	24	25	26	27	47	5					
	28	29	30					48	3					
Prosinec			1	2	3	4	48	2		12	21 +1*	157,5 165*	496 520*	
	5	6	7	8	9	10	11	49	5					
	12	13	14	15	16	17	18	50	5					
	19	20	21	22	23	24	25	51	5					
	26	27	28	29	30	31		52	4					



**Barvínek menší** (*Vinca minor*)

Vytrvalá bylina s plazivým, až 80 cm dlouhým stonkem, za květu vystoupavým. Listy jsou krátké řapíkaté, podlouhle kopinaté až eliptické, tupě špičaté, vstřícné, celokrajné, kožovité a stále zelené. Květy vyrůstají jednotlivě v úžlabí listů. Korunní lístky jsou modré, fialově modré nebo červenorůžové, stočené doleva. Roste v listnatých i smíšené lesích na vlhkých a živinami bohatých půdách v polostínu až stínu. V ČR roste roztroušeně do nadmořské výšky kolem 800 m. Často je pěstován na zbradách. Porost tvoří husté, stále zelené koberce. Kvete na jaře v dubnu až červnu. Sbíranou částí je nať. Ta se sbírá v červnu až červenci, suší se co možná nejrychleji ve stínu nebo umělým teplem do 45°C. Droga snižuje krevní tlak, bývá užívána rovněž při léčbě nejrůznějších krváčivých stavů, krvácení z nosu, z dásní nebo při krvácení ženských orgánů, kdy se bere ve formě nálevu z 1 čajové lžičky na šálek vody 2x denně. Osvědčila se i při léčbě zánětů sliznice dutiny ústní.

**27** Pondělí ☾  
*Žaneta*

**28** Úterý  
*Bobumila*

**29** Středa  
*Judita*

**30** Čtvrtek  
*David*

**31** Pátek  
*Silvestr*

**1** Sobota  
*Nový rok*

**2** Neděle ☾  
*Karina/Karin*

*Státní svátek - Den obnovy samostatného českého státu (1993)*



### **Bazalka vonná, bazalka pravá (*Ocimum basilicum*)**

20 až 40 cm vysoká, jednoletá bylina s čtyřhrannou nebo oblou lodyhou, obvykle bohatě větvenou, lysou, zřídka krátce chlupatou. Listy jsou vstřícné, dlouze řapíkaté, čepel je eliptická, celokrajná. Bílé květy vyrůstají v chudých lichopřeslenech, kalich květu je dvouupyský. Byly vyšlechtěny i kultivary s květy růžovými a červenými, a zelenými až červenofialovými kadeřavými listy. Kvete od června do září. Sbírá se nať v době květu. Suší se za teplot do 40 °C. Bazalka podporuje chuť k jídlu, zvyšuje žaludeční činnost, snižuje nadýmání, působí protizánětlivě a mírně antibioticky. Má zklidňující účinky a je vhodná i při nespavosti, migréně, mentální vyčerpanosti a některých formách depresí. Podporuje tvorbu mateřského mléka. Bazalka se obvykle podává ve formě nálevu, jedné čajové lžičky spárené v 150 až 200 ml vroucí vody, ve které se nechá asi 10 minut.

☀️↑ 7:58    🌙↓ 16:13

**Leden**

**3 Pondělí**  
*Radmila/Radomil*

---

**4 Úterý**  
*Diana*

---

**5 Středa**  
*Dalimil*

---

**6 Čtvrtek**  
*Tři králové*

---

**7 Pátek**  
*Vilma/Vilemína*

---

**8 Sobota**  
*Čestmír*

---

**9 Neděle** 🍷  
*Vladan*

---

1. týden



**Bez černý** (*Sambucus nigra*)

Vytrvalý, 1,5 až 4 m vysoký keř. Květy jsou uspořádány v hustých chocholících. Jsou bílé až nažloutlé a vonné. Plodem jsou černé bobule, tzv. bezinky. Kvete v červenou až červeně. Roste na krajích lesů, podél cest a u lidských sídel. Přednost dává vlhčím humózním půdám. V ČR kromě nejvyšších poloh roste hojně. Sbírá se květ nebo plody. Suší se co možná nejrychleji ve stínu nebo při teplotách do 40 °C. Plody se sbírají zcela zralé a suší se stejně jako květ. Květy působí potopudně a močopudně. Podávají se při nachlazení a při chorobách cév. Plody bezu působí také analgeticky a osvědčily se při migrénách. Květ se podává v nálevu, z plodů je nejlépe použít čerstvou vymačkanou šťávu. Z plodů bezu lze připravit bezinkové víno, zavařeniny, povidla, také šťávy či likéry.

**10 Pondělí**  
*Břetislav*

**11 Úterý**  
*Bohdana*

**12 Středa**  
*Pravoslav*

**13 Čtvrtek**  
*Edita*

**14 Pátek**  
*Radovan*

**15 Sobota**  
*Alice*

**16 Neděle**  
*Ctirad*

**17 Pondělí**  
*Draboslav*

**18 Úterý** ☺️  
*Vladislav/Vladislava*

**19 Středa**  
*Doubravka*

**20 Čtvrtek** ⚔️ Vodňář (20. 1. - 18. 2.)  
*Ilona/Sebastian*

**21 Pátek**  
*Běla*

**22 Sobota**  
*Slavomír*

**23 Neděle**  
*Zdeněk/Oksana*



### Borovice lesní (*Pinus sylvestris*)

Až 40 m vysoký, jehličnatý strom. Borka je brázditá, v horní části kmene červenooranžová, v dolní části šedavá. Tuhé, špičaté, až 8 cm dlouhé a do 2 mm široké zdvojené jehlice. Samčí šištice jsou nahloučeny na konci mladých letorostů. Jsou vejcovité, 4 až 8 mm dlouhé a světle žluté. Samičí jsou vzpřímené, 5 až 6 mm dlouhé, růžové, tmavě červené nebo fialové. Šišky rostou na krátkých stopkách, semena dozrávají na jaře 3. roku. Kvete v květnu. Roste ve světlých lesích, skalách, na chudých písčitých a kamenitých půdách. Sbírají se pupeny těsně před rozvinutím. Droga působí protizánětlivě, usnadňuje odkašlávání, z vnějšku prokrvuje pokožku. Vnitřně ji lze použít např. na podporu odbleňování, při nachlazení a jiných chorobách dýchacích cest, zevně při revmatismu a různých kožních vyrážkách. Používá se odvar, který se buď pije v množství 5 až 8 lžíc denně, nebo inhaluje po dobu 10 minut 1 až 2x denně, případně se používá do koupele.



**Brusnice brusinka** (*Vaccinium vitis*)

Drobný, 10 až 30 cm vysoký, celoročně zelený keříček s dřevnatými stonky má vzpřímené nebo vystoupavé větvičky. Listy jsou krátce řapíkaté, kožovité, obvejčité, eliptické nebo okrouhlé, celokrajné. Spodní strana listů je drobně tečkovaná. Květy rostou v koncových brozdech. Koruna květu je zvonkovitá, 4 až 5četná, bílá s růžovým nádechem. Květy od května do července. Plody jsou červené jedlé bobule, které dozrávají v červenci až září. Roste ve světlých lesích, vřesovištích, rašeliništích, horských loukách, v kosodřevině a na skalách v kyselých půdách. Sbírá se list od konce léta do podzimu, který se suší rychle ve stínu nebo uměle při teplotách do 40 °C. Droga působí močopudně, užívá se při zánětech močového měchýře a močových cest. Pomáhá při cukrovce a nemocech žlučníku jako podpůrný prostředek, nejlépe loubovaná 8 hodin před použitím a krátce převařená, tzv. macerát.

☀️↑ 7:41    🌙↓ 16:44

**Leden**

**24** Pondělí  
*Milena*

**25** Úterý ☾  
*Miloš*

**26** Středa  
*Zora*

**27** Čtvrtek  
*Ingrid/Ingeborg*

*Den památky obětí holocaustu  
a předcházení zločinům proti lidskosti*

**28** Pátek  
*Otýlie/Otilie*

**29** Sobota  
*Zdislava*

**30** Neděle  
*Robin/Erna*

4. týden



**Brutnák lékařský** (*Borago officinalis*)

Jednoletá bylina, vysoká 20 až 80 cm, s výrazně chlupatou přímou lodyhou, v horní části často s červeným nádechem. Listy jsou celokrajné nebo jen málo vroubkované, na okraji neztídka vlnitě zprohýbané, vrásčité s vyniklou žilnatinou, hustě chlupaté. Přízemní listy jsou dlouze řapíkaté, široce vejčité až kopinaté, lodyžní přisedlé, střídavé, vejčité kopinaté. Horní listy jsou po lodyze sbíhavé, ostatní krátce řapíkaté. Květy jsou modré, zřídka bílé, ústí koruny má bílou pakorunku. Kvete od května do září. V ČR je pěstován a občas zplaňuje. Roste na kyprých a bohatých půdách. Sbírá se kvetoucí nař. Ta se suší ve stínu nebo při teplotách do 40 °C. Používá se ve formě nálevu v množství 350 ml 2x až 3x denně. Pomáhá při vředových a zánětlivých chorobách zažívacího ústrojí, močových cest a revmatismu. Zevně ve formě obkladů pomáhá léčit běrcové vředy a špatně se hojící rány.

☀️↑ 7:32    🌙↓ 16:56

Leden/Únor

**31** Pondělí  
*Marika*

**1** Úterý ☹️  
*Hynek*

**2** Středa  
*Nela/Nella*

*Hromnice*

**3** Čtvrtek  
*Blažej*

**4** Pátek  
*Jarmila*

**5** Sobota  
*Dobromila*

**6** Neděle  
*Vanda*

5. týden



**7 Pondělí**  
*Veronika*

**8 Úterý** ☽  
*Milada*

**9 Středa**  
*Apolena*

**10 Čtvrtek**  
*Mojmír*

**11 Pátek**  
*Božena*

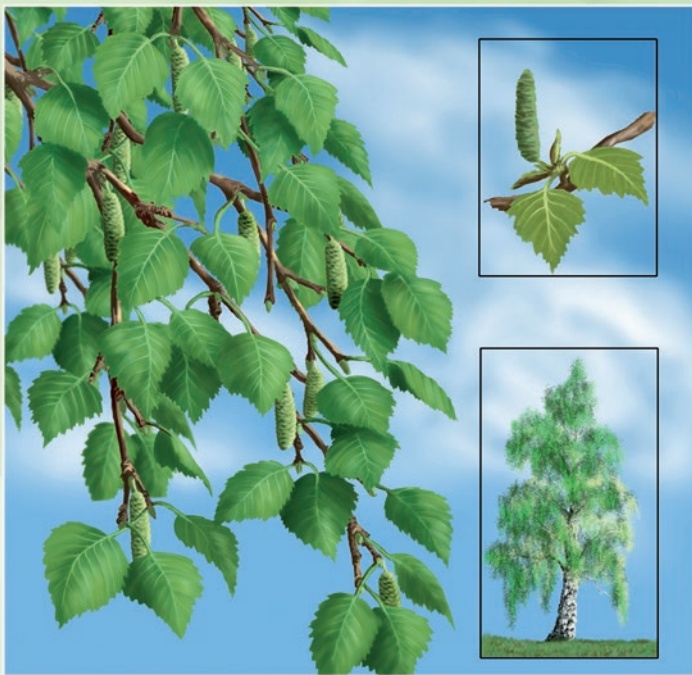
**12 Sobota**  
*Slavěna/Slávka*

**13 Neděle**  
*Věnceslav/Věnceslava*



**Břečťan popínavý (*Hedera helix*)**

Plazivý nebo popínavý, vytrvalý, až 20m dlouhý, liánovitý keř s přísavnými kořínky. Kmen je ve spodní části dřevnatý a větvený. Listy jsou neopadavé, lesklé, střídavé, řapíkaté, dlaniťe laločnaté, na bázi srdčité. V mládí jsou chlupaté, později lysé. Na kvetoucích větvích jsou listy až kopinaté, na bázi klínovité, nelesklé. Květy vyrůstají v polokulovitých okolících, jsou drobné, žlutozelené barvy. Plodem je modročerná bobule. Kvete v září až říjnu. Roste v listnatých a smíšených lesích, na skalách, zříceninách, v zabradách a parcích. Dává přednost humózním, výživným, mírně kyselým až neutrálním půdám. V ČR dosti hojně, místy chybí. Sbírá se list, nejlépe na jaře. Podporuje vykašlávání, užívá se při chronickém kataru, astmatu a nachlazení. Zevně se aplikuje na kožní vyrážky, sedací koupel dobře působí na vnější hemeroidy, kdy se hrst čerstvých břečťanových listů nechá přes noc vyluhovat v 1l studené vody a ráno se nechá projít krátkým varem. Po vychladnutí na teplo těla se do ní nemocný posadí. Břečťan se vnitřně podává buď formou nálevu z poloviny čajové lžičky drogy na šálek vody nebo ve formě tinktury. Užívá se 2x denně půl šálku nálevu nebo 20 kapek tinktury 4x denně.



## **Bříza bělokorá** (*Betula pendula*)

Bříza je strom až 25 m vysoký. Borka je zmlada hladká, bílá až šedobílá, loupavá, v dolní části kmene popraskaná. Listy střídavé, řapíkaté. Květy jsou v jehnědách. Kveté v dubnu až červnu. Břízám neprospívá stín, proto se neudrží na tmavém stanovišti. V ČR se vyskytuje velmi hojně. Sbírá se list, a to nejlépe brzy na jaře, kdy jsou lístky ještě mladé a lepkavé. Sušit by se měly ve stínu a teplota při umělém sušení by neměla přesáhnout 40 °C. Břízové listy působí močopudně, užívají se při chorobách ledvin a močových cest. List se podává ve formě čaje, kdy se jedna polévková lžice drogy přelije šálkem vařící vody a 10 minut se vyluhuje, berou se 3 dávky denně.

**14 Pondělí**  
*Valentýn/Valentýna*

*Den zamilovaných*

**15 Úterý**  
*Jiřina/Jiřinka*

**16 Středa** ☺️  
*Ljuba/Danuta*

**17 Čtvrtek**  
*Miloslava*

**18 Pátek** ☾Ryby (18. 2. - 20. 3.)  
*Gizela*

**19 Sobota**  
*Patrik/Ella*

**20 Neděle**  
*Oldřich*

**21 Pondělí**  
*Lenka/Leonora*

*Mezinárodní den mateřského jazyka*

**22 Úterý**  
*Petr*

**23 Středa ☾**  
*Svatopluk*

**24 Čtvrtek**  
*Matěj/Matyáš*

**25 Pátek**  
*Liliana/Taras*

**26 Sobota**  
*Dorota*

**27 Neděle**  
*Alexandr*



**Čekanka obecná** (*Cichorium intybus*)

Vytrvalá, až 1 m vysoká bylina. V prvním roce vyhájí růžící listů, teprve v druhém roce vyrůstá stonek. Listy jsou podlouhle kopinaté, slabě chobotnaté zubaté. Květy mají asi 3 až 4 cm v průměru, jsou modré barvy. Kvete v červenci až říjnu. Roste na polích, mýtinách, loukách a v příkopech. V ČR roste hojně. Sbírá se kořen, někdy nať nebo list, nejlépe před rozkvetem, a také květ, jenž je nejlepší hned po rozvinutí. Kořen se sbírá na podzim v září až listopadu nebo na jaře. Suší se ve stínu nebo při teplotě do max. 50 °C. Droga podporuje chuť k jídlu, působí mírně projímavě, močopudně, žlučopudně a má vliv na látkovou výměnu. Obvykle se užívá nálev z jedné čajové lžičky ve 200 ml vody a to 2x až 3x denně.



**Čertkus luční** (*Succisa pratensis*)

V horní polovině větvená bylina, vysoká asi 15 až 100 cm, s přezemními a dolními listy, které jsou kopinaté nebo eliptické, vroubkované a řapíkaté. Horní listy jsou kopinaté a přisedlé. Květní hlávky jsou zpočátku polokulovité, později kulovité až válcovité. Barva květů je tmavě modrá nebo modrofialová, občas bílá nebo růžová. Čertkus roste na loukách, pastvinách, okrajích vlhkých cest nebo ve světlých lesích v humózních jílovitých nebo hlinitých půdách s kyselým nebo neutrálním PH. Sbírá se nať během léta nebo oddenek brzy na jaře nebo na podzim. Droga se používá při nemocech dýchacích cest, kašli a astmatu. Pomáhá při hojení ran. Působí také močopudně. Nať se připravuje ve formě nálevu, oddenek se používá ve formě odvaru. Odvar používáme ve formě koupele na alergické ekzémy. Tinktura z čerstvého kořene tlumí závrata a některé nervové záchvaty.

☀️↑ 6:41    🌙↓ 17:43

Únor/Březen

**28** Pondělí

*Lumír*

**1** Úterý

*Bedřich/Bedřiška*

**2** Středa ☹️

*Anežka/Agnesa*

**3** Čtvrtek

*Kamil*

**4** Pátek

*Stela*

**5** Sobota

*Kazimír*

**6** Neděle

*Miroslav*



**Česnáček lékařský** (*Alliaria petiolata*)

20 až 80 cm vysoká, dvouletá nebo jen krátce vytrvalá rostlina, s přímou, lysou nebo srstnatou lodyhou, která je nevětvená nebo větvená v květenství. Spodní listy jsou dlouze řapíkaté, ledvinovité a vroubkované. Listy lodyžní jsou menší, lysé, trojúhelníkově vejčité, se srdčitou bází. Rozmačkané voní po česneku. Květy rostou v jednoduchých nebo větvených brozdech, čtyři korunní lístky jsou podlouhlé obvejčité a bílé. Kvete od dubna do června. Roste v listnatých a smíšených lesích, parcích, zabradách a podobně, na vlhkých a výživných půdách. Sbírá se nať v době květu. Lze použít i celé čerstvé rostliny. Droga se používá na dezinfekci ústní dutiny, pomáhá při paradentóze a zánětech ústní dutiny. Zevně ji lze použít na hnisavé záněty a poranění kůže. Taktéž má dezinfekční účinky na močové a dýchací cesty. Pomáhá při léčbě žlučníku a slinivky. Používá se nejčastěji ve formě nálevu nebo čerstvů.

**7 Pondělí**  
Tomáš

**8 Úterý**  
Gabriela/Zoltán

*Mezinárodní den žen*

**9 Středa**  
Františka

*Den památky obětí vyhlazení terezínského  
rodinného tábora v Osvětimi - Břežince*

**10 Čtvrtek** ☽  
Viktorie

**11 Pátek**  
Anděla/Andělín

**12 Sobota**  
Řehoř

*Den přístupu ČR k NATO (1999)*

**13 Neděle**  
Růžena



**Česnek medvědí** (*Allium ursinum*)

20–40 cm vysoká, vytrvalá bylina vyrůstající z podzemní, úzce válcovité cibulky. Listy jsou řapíkaté, přízemní, elipticky kopinaté. Stvol je přímý a téměř oblý. Květenství je polokulovitý okolík se šesti až dvaceti květy. Jednotlivé květy jsou malé s bílými korunními lístky. Toulec je bělavý, vejčité podlouhlý, skládající se ze dvou až tří listenů, záhy opadavý. Plodem je tobolka. Kvete od dubna do června. Roste v lužních a listnatých lesích, kolem potoků a na úpatí kopců. Preferuje vlhké písčitohlinité nebo jílovité půdy. Sbírají se listy, nat' i cibule. Česnek medvědí se užívá čerstvý, jeho účinky se sušením ztrácejí. Droga se může použít při nachlazení a onemocnění horních cest dýchacích. Dokáže ničit mykózy a plísně. Pomáhá snižovat krevní tlak a působí také proti kornatění cév. Pomáhá proti nadýmání a ničit střevní parazity. Listy můžeme připravit také jako špenát nebo salát.

**14 Pondělí**  
*Matylda/Rút*

**15 Úterý**  
*Ida*

**16 Středa**  
*Elena/Herbert*

**17 Čtvrtek**  
*Vlastimil/Vlastimila*

**18 Pátek** ☺️  
*Eduard/Edvard*

**19 Sobota**  
*Josef/Josefa*

**20 Neděle** ☽Beran (20. 3. - 20. 4.)  
*Světлана/Svitlana*

*jarní rovnodennost (16:33 hod.)*



**Devětsil lékařský** (*Petasites hybridus*)

Vytrvalá, 10 až 40 cm vysoká bylina v době květu, a až 130 cm vysoká v době plodu. Květy v rostou v hroznovitě uspořádaných úbořech. Jsou naružovělé až růžovofialové. Listy jsou srdčité okrouhlé, objevují se po odkvětu a mají až 60 cm šířky a až 100 cm délky. Květy v březnu až květnu. Roste ve vlhkých nebo lužních lesích, v ČR roztroušeně. Sbírá se zejména oddenek, někdy také list nebo květ. Oddenek se sbírá časně na jaře, suší se ve stínu při teplotách do 40 °C. List se sbírá od jara do podzimu. Droga působí protikřečově, zejména při chorobách dýchacích cest. Utišuje kašel, užívá se při astmatu. Čerstvě naklepané listy lze použít jako obklady na drobné odřeviny a otoky kloubů. Vnitřně se podává ve formě macerovaného nálevu – jedna čajová lžička na šálek vody 3x denně.

☀️ 5:56    🌙 18:17

**Březen**

**21 Pondělí**  
*Radek/Radko*

*Mezinárodní den za odstranění rasové diskriminace*

**22 Úterý**  
*Leona/Lea*

*Světový den vody*

**23 Středa**  
*Ivona/Yvona*

*Světový den meteorologie*

**24 Čtvrtek**  
*Gabriel*

**25 Pátek** ☾  
*Marián/Mario*

**26 Sobota**  
*Emanuel*

**27 Neděle**  
*Dita*

*začátek letního času (2h → 3h)*

12. týden



**Divizna černá** (*Verbascum nigrum*)

Vytrvalá bylina vysoká 60 až 100 cm, s přímou, načervenalou až červenohnědou, nevětvenou lodyhou. Pod květenstvím jsou někdy nečetné tenké větve. Přízemní listy jsou řapíkaté, vejčité, na bázi srdčité a hrubě vroubkované, řídce chlupaté nebo lysé. Lodyžní listy jsou výrazně menší, podobného tvaru, v horní části přisedlé. Květenství se skládá nejčastěji z 5 až 8 květů, uspořádaných do klasu. Květy jsou světle žluté, s fialově skvrnitým ústím, tyčinky hustě fialově vousaté. Plodem je tobolka. Vyskytuje se na rumišťích, náspech, u okrajů cest, v příkopech, na lesních pasekách apod. Upřednostňuje šterkovité až hlinité půdy s dostatkem živin a dusíku. Sbíranou částí je květ postupně podle rozkvětu. Suší se co nejrychleji za teploty do 60 °C. Používá se při zánětech průdušek doprovázených kašlem a při bronchiálním astmatu. Působí protizánětlivě při zánětu žaludku a střev, uvolňuje křeče.

☀️ 6:41    🌙 19:28

**Březen/Duben**

**28** **Pondělí**  
*Soňa/Sonja*

*Den narození Jana Ámose Komenského*

**29** **Úterý**  
*Tatána/Tatiana*

**30** **Středa**  
*Arnošt/Ernest*

**31** **Čtvrtek**  
*Kvido*

**1** **Pátek** ☹️  
*Hugo*

**2** **Sobota**  
*Erika*

**3** **Neděle**  
*Richard*



**4 Pondělí**  
*Ivana/Ivanka*

**5 Úterý**  
*Miroslava/Mirka*

**6 Středa**  
*Vendula/Venuše*

**7 Čtvrtek**  
*Heřman/Hermína*

*Den vzdělanosti  
Světový den zdraví*

**8 Pátek**  
*Ema/Emma*

**9 Sobota** 📅  
*Dušan*

**10 Neděle**  
*Darja*



### **Dobromysl obecná** (*Origanum vulgare*)

Vytrvalá, vlnatě chlupatá bylina. Listy řapíkaté, vejčité, celokrajné nebo mělce vroubkované. Květy drobné, růžové, nahloučené na vrcholku hlavní lodyhy. Koruna má trojcípý dolní pysk a vykrojený pysk horní. Kvete v červenci až září. Roste na stráních, suchých loukách, mezích. Nejlépe se jí daří v sušší hlinité půdě, v ČR hojně. Kvetoucí nať se v červenci nebo v srpnu seřezává, nejlépe těsně před polednem. Suší se ve stínu nebo při umělé teplotě do 40 °C. Uvolňuje křeče při kašli, působí dezinfekčně, usnadňuje odkašlávání, ve formě kloktadla ji lze použít při zánětu dásní. Nález se připraví z 10 až 15 g drogy na 400 ml vody, který se rozdělí na 3 dávky a pije se před jídlem. Drhnutá nebo mletá dobromysl se používá jako koření známé pod názvem oregano.

**11** **Pondělí**  
*Izabela*

**12** **Úterý**  
*Julius*

**13** **Středa**  
*Aleš*

**14** **Čtvrtek**  
*Vincenc*

**15** **Pátek**  
*Anastázie*

*Velký pátek*

**16** **Sobota** ☺  
*Irena/Irina*

**17** **Neděle**  
*Rudolf*

*Velikonoční neděle  
Boží hod velikonoční*



**Dub letní** (*Quercus robur*)

Opadavý, pomalu rostoucí, až 40 m vysoký strom. Kůra v mládí červenohnědá, později šedo zelená až tmavošedá, podélně brázditá, šedo hnědá. Listy krátce řapíkaté, nepravidelně laločnaté, na vrcholu zaokrouhlené, na bázi srdčité ouškaté. Květy jednodomé, samičí žlutozelené, v asi 5 cm dlouhých jehnědách, samičí drobné v klasech. Plodem je žalud. Kvete v dubnu až květnu. Roste v lesích. Sbírá se kůra, jen zcela výjimečně i zralé žaludy nebo list. Kůra se sloupává mladá a hladká, nejlépe na jaře ještě před vyrašením listů. Suší se při teplotách do 50 °C. Kůra působí svíravě a protizánětlivě, užívá se zejména při průjmech a při zánětech trávicího ústrojí. Zevně lze dubové kůry použít při hemeroidech a jako prostředek zmírňující pocení nohou.



**Hadinec obecný** (*Echium vulgare*)

Hadinec je 30 až 100 cm dlouhá, dvouletá až vytrvalá bylina. Lodyha je silná, přímá, červeně až fialově zbarvená, s hustými odstálými chlupy. V prvním roce hadinec tvoří pouze listovou růžici, v druhém roce vytváří květenství. Listy jsou podlouhle kopinaté a chlupaté. Přízemní listy jsou řapíkaté, lodyžní menší, zúženou bází přisedlé. Květy jsou červené nebo růžové, později modré. Změna barvy květů je zapříčiněna změnou stupně kyselosti buněčné stěvy od kyselé po alkalickou. Roste v příkopech, na okrajích cest a železničních násypů, polích, suchých stráních, rumišťích, haldách a podobně. Má rád vlhké a lehké siterkopískové nebo hlinitojílovité půdy. Sbírá se kvetoucí nať. Droga se používá zevně ve formě koupelí proti revmatismu nebo ve formě obkladů na křečové žíly. Odvar lze také použít na některé formy kožních onemocnění.

☀️↑ 5:57    🌙↓ 20:01

**Duben**

**18** **Pondělí**  
*Valérie/Valeria*

*Velikonoční pondělí*

**19** **Úterý**  
*Rostislav/Rastislav*

**20** **Středa**    ♂ Býk (20. 4. - 21. 5.)  
*Marcela*

**21** **Čtvrtek**  
*Alexandra*

**22** **Pátek**  
*Evženie*

**23** **Sobota** ☾  
*Vojtěch/Gerhard*

*Světový den knihy a autorských práv*

**24** **Neděle**  
*Jiří*

16. týden

**25** **Pondělí**  
*Marek/Ervín*

---

**26** **Úterý**  
*Oto/Ota*

---

**27** **Středa**  
*Jaroslav*

---

**28** **Čtvrtek**  
*Vlastislav*

---

**29** **Pátek**  
*Robert*

---

**30** **Sobota** ☹️  
*Blahoslav*

---

**1** **Neděle**  
*Svátek práce*



## Hloh prostřední (*Crataegus x media*)

Až 5 m vysoký keř nebo malý strom. Listy střídavé, řapíkaté, obvejčité, na okraji pilkovité. Květy 5četné, bílé. Malvice s 1 až 2 pečičkami, elipsoidního nebo kulovitěho tvaru, tmavě červené. Květe v květnu až červnu. Roste na stráních, mezích a pastvinách. V ČR roste roztroušeně. Sbírá se květ, list nebo plody (hložíčky). Droga působí zejména na srdce a krevní oběh, snižuje krevní tlak. Zklidňuje srdeční neuroózu a užívá se při arytmií. Hloh je možné připravit ve formě čaje, a to 1 čajová lžička drogy se přelije šálkem vroucí vody, loubuje se asi 5 minut. Pijí se 3 až 4 šálky denně.

**2 Pondělí**  
Zikmund

**3 Úterý**  
Alexej/Alex

*Světový den svobody tisku*

**4 Středa**  
Květoslav

**5 Čtvrtek**  
Klaudie

*Květnové povstání českého lidu (1945)*

**6 Pátek**  
Radoslav/Radislav

**7 Sobota**  
Stanislav

**8 Neděle**  
Státní svátek

*Den vítězství (1945)  
Den matek*



**Hluchavka nachová (*Lamium purpureum*)**

10 až 30 cm vysoká, jednoletá nebo dvouletá bylina. Lodyha je zpravidla od báze větvená, vystoupavá, fialově naběhlá, lysá. Listy jsou řapíkaté, čepel listů je vejčitá až okrouhle nebo trojúhelníkovitě vejčitá, vroubkovitě pílkovitá, svrstělá. Květy v 6 až 10květých lichopřesle-  
nech, růžově purpurové, korunní trubka rovná, horní pysk vyklenutý, krátce pyřitý. Spodní pysk je purpurově skvrnitý. Kvete v březnu až říjnu. Roste na polích, v zabadách, na rumištích, skládkách a na místech ovlivněných činností člověka. Vyhledává půdy vlhké až vysychavé, písčité, ale i hlinité, na humus bohaté. V ČR po celém území hojná. Sbíranou částí je květ, ale na kou-  
pele je možno využít celou nať. Květ se sbírá za suchého počasí a suší se co možná nejrychleji. Hluchavka napomáhá uvolňování blenu, má protizánětlivé, močopudné a uklidňující účinky. Vytváří ochranný povlak na sliznicích dýchacího a trávicího ústrojí. Pomáhá při nepravidelné menstruaci a bílém vytoku. Nálev se připravuje z čajové lžičky drogy ve 200 ml vroucí vody.

**9 Pondělí** ☽  
*Ctibor*

**10 Úterý**  
*Blažena*

**11 Středa**  
*Svataava/Svatoslava*

**12 Čtvrtek**  
*Pankrác*

**13 Pátek**  
*Servác*

**14 Sobota**  
*Bonifác*

**15 Neděle**  
*Žofie/Sofie*

*Mezinárodní den rodiny*



**Chmel otáčivý** (*Humulus lupulus*)

Chmel je dvoudomá, vytrvalá, až 10 m dlouhá liána. Lodyha je pravotočivá, ovíjívá a chlupatá. Listy jsou dlouze řapíkaté, dlanitě členěné, se 3 až 7 laloky, které jsou na okraji púlkovitě. Květy jsou drobné, světle zelené, samčí 5četné, uspořádané v latnatá květenství. Samičí rostou v hustých svazcích, které se v době dozrávání mění v šišťice složené ze žlutavě zbarvených listenů. Kvete v květnu až červnu. Roste v celé ČR ve vlhkých houštinách, okrajích lesů, lužních lesích, podél vodních toků, na vlhkých a hlinitých půdách. Sbírají se šišťice nebo chmelové zlásky, které vyrůstají na listenech tvořících šišťici v druhé polovině srpna nebo začátkem září. Chmel působí sedativně, podporuje trávení, má dezinfekční účinky. Droga se užívá ve formě nálevu nebo macerátu při nespavosti, nervovém rozrušení, neklidu, nadýmání nebo při potížích spojených s klimakteriem.

**16** **Pondělí** ☹️  
*Přemysl*

**17** **Úterý**  
*Aneta*

*Světový den telekomunikací*

**18** **Středa**  
*Nataša*

**19** **Čtvrtek**  
*Ivo*

**20** **Pátek**  
*Zbyšek*

**21** **Sobota**    II Bliženci (21. 5. - 21. 6.)  
*Monika*

*Světový den kulturní rozmanitosti*

**22** **Neděle** ☾  
*Emil/Rita*

*Mezinárodní den biologické rozmanitosti*



## Jalovec obecný (*Juniperus communis*)

Až 10 m vysoký, neopadavý, dvoudomý, pomalu rostoucí, kuželovitý, sloupcovitý keř nebo strom. Borka je šedá až hnědočervená, podélně brázditá. Jehlice 1 až 1,5 cm dlouhé, v tříčetných přeslenech s bělavým proužkem. Opadávají ve věku 3 až 4 roky. Samčí květy jsou 4 až 5 mm velké, vejčité, žluté. Samičí jsou asi 2 mm velké, zelené. Plody jsou kulovité, velké 6 až 10 mm v průměru, nejdříve zelené, později modré až černé a ojiněné. Kvete v dubnu až květnu. Vyskytuje se na pastvinách, na okrajích nebo světlinách borových, dubových nebo březových lesů, na vřesovištích a na slunných místech. Vyhledává suché a písčité, málo vyživné půdy. V ČR roste roztroušeně až vzácně. Sbírají se plody čili jalovčinky v době plné zralosti, když jsou zbarveny do modra. Suší se v tenkých vrstvách na suchém a vzdušném místě. Jalovec bývá využíván při zánětlivých chorobách močových cest, zlepšuje trávení, povzbuzuje chuť k jídlu, působí proti nadýmání a pomáhá při revmatismu. Zevně se užívá na bolestivé klouby či při bolestech páteře. Vnitřně se podává ve formě nálevu z jedné lžičky drcených jalovčinek, louhované 10 až 20 minut v šálku vřelé vody, 2x denně po dobu maximálně 6 týdnů.

**23 Pondělí**  
*Vladimír/Vladimíra*

**24 Úterý**  
*Jana/Vanesa*

**25 Středa**  
*Viola*

**26 Čtvrtek**  
*Filip*

**27 Pátek**  
*Valdemar*

**28 Sobota**  
*Vilém*

**29 Neděle**  
*Maxmilián/Maxim*

Mezinárodní den mírových jednotek OSN



**Jasan ztepilý** (*Fraxinus excelsior*)

Jasan je opadavý strom, vysoký až 40 m, s kmenem o průměru až 1 m. V mládí hladká, ve stáří podélně brázditá borka je v mládí šedá, později až šedočerná. Listy jsou vstřícné, lichozpeřené, se 7 až 15 listky. Ty jsou podlouhlé až podlouhle vejčité, na okraji pilovité, téměř přisedlé, koncový listek je řapíkatý. Pupeny jsou černé, sametové. Květy jsou na jednom stromu jak oboupohlavní tak i jedнопohlavní. Jsou uspořádány v latách vyrůstajících z postranních pupenů a rozkvétají před vyrašením listů. Plodem jsou křídlaté nažky. Kvete v dubnu. Roste na vlhčích, hlubokých a vyživných půdách na slunných stanovištích. Sbírají se jednotlivé listky, nejlépe v červenci či srpnu, někdy se sbírá i kůra. Listky se suší ve stínu nebo při teplotách do 40 °C. Droga se podává v denní dávce ve formě nálevu ze 3 lžiček drogy na 4 dcl vody při revmatismu, dně, ledvinových chorobách nebo k zadržení tekutin v těle.





**Jestřábník chlupáček** (*Hieracium pilosella*)

5 až 30 cm vysoká, vytrvalá bylina s přízemní listovou růžicí. Listy jsou dlouze chlupaté, na rubu šedobíle plstnaté, obvejčité nebo úzce vejčité. Květy jsou žluté, na spodní straně často načervenalé, v jednotlivých úbořech na chlupatém bezlistém stonku. Kvete v květnu až říjnu. Roste na sušších místech, vřesovištích, okrajích cest, světlých lesích, křovinách a na pasvínách. V ČR hojný. Sbírá se kvetoucí nat. Používá se při žaludečních katarách, zevně čerstvě naklepané listy ve formě kašovitého obkladu pomáhají při vředech a jiných kožních defektech, zastavuje krvácení. Působí protizánětlivě. Nejčastěji se užívá ve formě odvaru z 1 čajové lžičky na sklenici vody. Pijí se 2 polévkové lžice odvaru 2x až 4x denně. Ve formě kloktadla se užívá při zánětech v ústní dutině či jícnu. Chlupáčku užívejte jen v doporučených dávkách, při předávkování může dojít k otravám. Nesmí jej používat těhotné ženy.

**30 Pondělí** ☹️  
*Ferdinand*

**31 Úterý**  
*Kamila*

*Světový den bez tabáku*

**1 Středa**  
*Laura*

*Mezinárodní den dětí*

**2 Čtvrtek**  
*Jarmil*

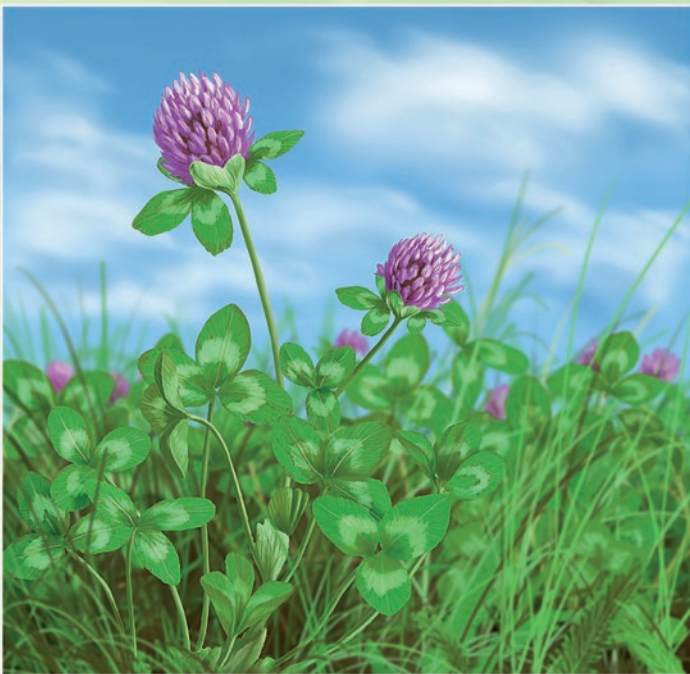
**3 Pátek**  
*Tamara/Kevin*

**4 Sobota**  
*Dalibor*

*Mezinárodní den nevinných dětských obětí*

**5 Neděle**  
*Dobroslav/Dobroslava*

*Světový den životního prostředí*



**Jetel luční** (*Trifolium pratense*)

Vytrvalá, 10 až 100 cm vysoká bylina. Lodyhy obvykle četné, přímé, málo větvené. Lísty trojčetné. Lístky podlouhle kopinaté až okrouhlé, s bělavou nebo červenohnědou skvrnou ve tvaru půlměsíce. Květní hlávky jsou kulovité, složené z mnoha drobných kvítků. Jednotlivé květy jsou červené. Kvete v květnu až říjnu. Roste na loukách, polích, pastvinách. V ČR na celém území hojný. Sbírá se květ tohoto i ostatních druhů jetele. Užívá se proti průjmům, při revmatismu a při cukrovce. Zevně se ve formě koupelí používá jako kožní dezinfekce. Užívá se nejčastěji ve formě nálevu.

**6 Pondělí**  
*Norbert*

**7 Úterý** ☽  
*Iveta/Slavoj*

**8 Středa**  
*Medard*

**9 Čtvrtek**  
*Stanislava*

**10 Pátek**  
*Gita/Margita*

*Den památky obětí vyhlazení obce Lidice*

**11 Sobota**  
*Bruno*

**12 Neděle**  
*Antonie/Táňa*



**Jírovec maďal** (*Aesculus hippocastanum*)

Až 30 m vysoký, opadavý strom. Borka je zpočátku hladká, šedohnědá, později až červenohnědá. Pupeny jsou velké, lepkavé, hnědé až červenohnědé. Listy vstřícné, dlouze řapíkaté, dlanitě složené, 5 až 7četné, lístky přisedlé, obvejčité, pilkovité, prostřední lístek je větší než ostatní. Květy rostou v až 30 cm dlouhých latách, nejčastěji 5četné, zřídka 4četné, oboustranné nebo jednopohlavní, bílé, na bázi se žlutou, později červenou skvrnou. Plod je až 6 cm velká tobolek s ostny a s 1 až 3 semeny, zvanými kaštan. Kvete v květnu. V ČR pěstován, ale velmi často zplaňuje. Roste na půdách výživných, humózních a hlubokých. Sbírají se zejména plody a méně květ. Kaštany se sbírají na podzim v době plné zralosti, květ v době plného rozkvetu. Droga zvyšuje pružnost cévních stěn, působí protizánětlivě. Užívá se na křečové žíly, hemeroidy, běrcové vředy nebo při nedostatečném prokrvení končetin. Používá se ve formě tinktury 3x denně tolik kapek, kolik činí 1/3 vaší váhy v kg.

**13 Pondělí**  
*Antonín/Anton*

**14 Úterý** ☺  
*Roland/Herta*

**15 Středa**  
*Vít*

**16 Čtvrtek**  
*Zbyněk*

**17 Pátek**  
*Adolf*

*Světový den boje proti rozšiřování pouští a proti suchu*

**18 Sobota**  
*Milan/Milana*

*Den brdinů druhého odboje*

**19 Neděle**  
*Leoš/Leo*

*Den otců*



**Kakost luční** (*Geranium pratense*)

Vytrvalá bylina, složená z několika lodyh s krátkými chlupy. Listy jsou v přízemní růžici dlouze řapíkaté, chlupaté, lodyžní listy vstřícné a řapíkaté, horní listy jsou přisedlé. Čepel listů 5 až 7dílná dlaniitá, u nejnižších listů 3dílná. Květy rostou v dvoukvětvých vidlancech na hustě žláznatých stopkách. Květy fialově modré až fialové se světlými až nachovými žilkami. Květe od května do října. Kakost roste na vlhkých loukách, na březích, v příkopech a na travnatých náspech. Preferuje hluboké a na živiny bohaté půdy, na místech mírně teplých a nezastíněných. V ČR je hojný. Sbírá se kvetoucí nať s kořeny. Suší se ve stínu nebo při umělém teple do 40 °C. Droga se užívá při nálezů krve v moči, při vnitřním i zevním krvácení. Pomáhá proti průjmům. Uplatnit se dá i při močových kaméncích a při některých nemocech ledvin. Čerstvý rozdrcený kakost ve formě obkladů léčí záněty zubů a uší, nervů a nehojící se rány. Odvar z kakostu se připraví velmi krátkým, dvou až třímínutovým svařením drogy.

**20 Pondělí**  
Květa/Květuše

*Světový den uprchlíků*

**21 Úterý** ☾ ☾ Rak (21. 6. - 22. 7.)  
Alois/Aloisie

*letní slunovrat (11:14 hod.)*

**22 Středa**  
Paola

**23 Čtvrtek**  
Zdeňka/Zdenka

**24 Pátek**  
Jan

**25 Sobota**  
Ivan

**26 Neděle**  
Adriana/Adrian

*Mezinárodní den proti zneužívání drog a jejich obchodu  
Mezinárodní den podpory nespravedlivě mučených*

☀️↑ 4:54    🌙↓ 21:13

## Červen/Červenec

**27** **Pondělí**  
*Ladislav/Ladislava*

*Den památky obětí komunistického režimu*

**28** **Úterý**  
*Lubomír*

**29** **Středa** ☹️  
*Petr a Pavel*

**30** **Čtvrtek**  
*Šárka*

**1** **Pátek**  
*Jaroslava*

**2** **Sobota**  
*Patricie*

**3** **Neděle**  
*Radomír/Radomíra*



**Kohoutek luční** (*Lychnis flos-cuculi*)

20 až 60 cm vysoká, vytrvalá nebo dvouletá bylina s přímou lodyhou. Přízemní a dolní lodyžní listy jsou úzce podlouhlé, na bázi klínovité nebo zužující se do řapíku, střední a horní listy jsou menší a přisedlé. Květenstvím je vidlan. Květy jsou tmavě růžové nebo téměř červené, korunní lístky čtyřklané. Kvete od května do července. Vyhledává vlhké až mokré louky, mokřady, příkopy a jiná vlhká stanoviště. Preferuje hluboké, výživné, humózní, hlinité půdy s neutrální až mírně kyselou reakcí. Kohoutek je ukazatelem vysoké hladiny podzemní vody. Sbírá se kvetoucí nať v červnu až červenci. Pomáhá zmírňovat děložní krvácení a pomáhá tak při dlouhé nebo silné menstruaci, podporuje vykašlávání a využívá se často při léčbě bronchitidy. Zevně pomáhá při hojení špatně se hojících ran a bércových vředů. Taktéž působí antirevmaticky a údajně pomáhá zvyšovat plodnost.

☀️↑ 4:59    🌙↓ 21:11

## Červenec

**4** Pondělí  
*Prokop*

**5** Úterý  
*Státní svátek*

*Den slovanských věrozvěstů Cyrila a Metoděje (863)*

**6** Středa  
*Státní svátek*

*Den upálení mistra Jana Husa (1415)*

**7** Čtvrtek ☽  
*Bobuslava*

**8** Pátek  
*Nora*

**9** Sobota  
*Drahoslava/Drahuše*

**10** Neděle  
*Libuše/Amálie*



**Kopřiva dvoudomá** (*Urtica dioica*)

Vytrvalá, dvoudomá, až 2 m vysoká bylina. Lodyha je přímá, Abranná, chlupatá. Listy jsou vstřícné, řapíkaté, vejčité až kopinaté, chlupaté, s větším množstvím žabavých chlupů na žilkách. Květy jsou 4četné, nenápadné, nazelenalé. Kvetou v červnu až říjnu. Roste v křovinách a v okolí lidských sídel, v ČR velmi hojně. Sbírá se list nebo nat a květ. Drogu je možné sbírat od jara do září. Suší se ve stínu nebo při umělé teple do 50 °C. Povzbudivě působí na metabolismus a proti chudokrevnosti, dále jako antirevmatikum. Kopřivová droga také účinkuje při lebečních formách cukrovky. Kopřiva se nejčastěji podává ve formě odvaru nebo nálevu tvořeného 1 čajovou lžičkou drogy na šálek vody a to 3x denně.

☀️↑ 5:05    🌙↓ 21:06

## Červenec

**11** Pondělí  
*Olga/Helga*

*Světový den populace*

**12** Úterý  
*Bořek*

**13** Středa ☺️  
*Markéta/Margareta*

**14** Čtvrtek  
*Karolína/Larisa*

**15** Pátek  
*Jindřich*

**16** Sobota  
*Luboš*

**17** Neděle  
*Martina*



**Kostival lékařský** (*Symphytum officinale*)

*Vytrvalá, drsně chlupatá bylina. Lodyha je přímá, chlupatá, zpravidla větvená. Listy jsou střídavě vejčité kopinaté až kopinaté. Květy vyrůstají z paždí horních listů a jsou modrofialové. Kvete v květnu až červenci. Roste v lužních lesích a na vlhkých místech. Sbírá se nejčastěji kořen. Sbírá se na jaře před začátkem vegetace nebo na podzim, v září až říjnu. Nejlépe je použít kostival čerstvý a lze jej uskladnit v písku. Droga ovlivňuje krevní oběh, působí mírně projímavě a podporuje regeneraci tkání. Působí při zánětech, pohmožděninách, podvrknutí a menších popáleninách či omrzlinách. Zevně se aplikuje obvykle jemně stroubaný čerstvý kořen, ale dá se použít i sušený, a to ve formě kašičky uvařené z mletého sušeného kořene a vody.*

☀️↑ 5:14    🌙↓ 20:59

## Červenec

**18** **Pondělí**  
*Drahomíra/Drahomír*

**19** **Úterý**  
*Čeněk*

**20** **Středa** ☾  
*Ilja*

**21** **Čtvrtek**  
*Vítězslav/Vítězslava*

**22** **Pátek** ♀ Lev (22. 7. - 23. 8.)  
*Magdaléna/Magda*

**23** **Sobota**  
*Libor*

**24** **Neděle**  
*Kristýna/Kristina*



**Kuklík městský** (*Geum urbanum*)

Kuklík je vytrvalá, 20 až 120 cm vysoká bylina. Lodyha přímá, jednoduchá nebo v horní polovině chudě větvená, měkce pyřitá. Přízemní listy jsou krátce rapíkaté, lyrovitě zpeřené, se 2 až 8 listky. Květy jsou žluté, pětičetné, na dlouhých stopkách. Květenství je kulovité, nažky jsou zakončeny háčkem, kterým se přichytávají na zvířata, a tak se rozšiřuje. Kvete v květnu až říjnu. Roste na okrajích lesů, u lesních cest, v parcích, starých zahradách, stinných rumišťích. Preferuje půdy vlhké až vysychavé, výživné, humózní, dusíkaté. V celé ČR roste hojně. Sbírá se oddenek na jaře nebo na podzim. Droga působí svíravě a dezinfekčně, osvědčila se při krvácení z dásní, na žaludeční vředy, při zánětech jícnu či žaludeční sliznice, působí proti průjmům. Zevně se užívá na zánětlivé hemeroidy a kožní záněty. Nejčastěji se podává ve formě macerátu nebo nálevu.



☀↑ 5:23 ☀↓ 20:51

## Červenec

**25** Pondělí  
*Jakub*

**26** Úterý  
*Anna/Anita*

**27** Středa  
*Věroslav*

**28** Čtvrtek ☾  
*Viktor/Alina*

**29** Pátek  
*Marta*

**30** Sobota  
*Bořivoj*

**31** Neděle  
*Ignác*



**Lichořeřišnice větší** (*Tropaeolum majus*)

Jednoletá bylina s plazivou lodyhou, až 3 m dlouhou. Listy s ovíjivými řapíky, celokrajné nebo mírně laločnaté, lysé. Květy rostou na dlouhých ovíjivých stopkách, kališní ostruha je 2 až 4 cm dlouhá, zakřivená a špicatá. Kališní lístky jsou okrouhlé, dolní tři jsou na bázi brovité, oranžově červené, horní s červenými pruhy. Kveté od června do října. Pěstuje se několik kultivarů, nízké nebo vysoké, nepnoucí se, plnokvěté a s květy v červených, žlutých nebo oranžových barvách. Pochází z Jižní Ameriky. U nás je často pěstována. Sbírají se semena, květy a listy. Semena se sbírají po dozrání, květy a listy po celou dobu vegetace. Droga působí antibioticky, a to hlavně v oblasti močových cest. Působí příznivě i v oblasti dýchacích cest. Podává se buď v čerstvém stavu jako šťáva nebo salát, a také po usušení ve formě nálevu. Užívá se 300 ml nálevu 3x denně. Poupata a nezralé plody naložené v octě se používají jako náhrada pravých kaparů. Mladé listy a květy se používají jako koření do salátů.

☀️↑ 5:32    🌙↓ 20:40

**1** Pondělí  
*Oskar*

---

**2** Úterý  
*Gustav*

---

**3** Středa  
*Miluše/Miluška*

---

**4** Čtvrtek  
*Dominik/Dominika*

---

**5** Pátek    ☽  
*Kristián/Christian*

---

**6** Sobota  
*Oldřiška*

---

**7** Neděle  
*Lada*

## Srpen



**Lnice květel** (*Linaria vulgaris*)

20 až 90cm vysoká, vytrvalá bylina. Listy má čárkovité, na okraji podvinuté, střídavé. Květy rostou v hustém koncovém, 10 až 50květém klasu. Koruna květů je žlutá, výjimečně bělavá, na spodním pysku s oranžovou skvrnou, na bázi květu tubá a dlouhá ostruba. Kvete od června do října. Roste na polích, suchých trávnících, stepních stráních, mezích, příkopcích, náspech, kamenolomech. Preferuje půdy propustné, písčité nebo štěrkovité, a suší stannově slunné nebo polostinné. Sbíranou částí je nedřevnatá kvetoucí nať, kterou seřezáváme od června do září asi 10 až 20cm od země. Suší se rychle ve stínu nebo při umělém sušení za teplot do 40° C. Droga působí protizánětlivě, projímaově, močopudně a snižuje křečkovitost cév. Tlumí bolesti při průjmeh a kolikách nejružnějšího původu. Lnice je účinná při léčbě chronické zácpy, u jaterních a žlučnickových poruch spojených se zácpou, pomáhá při léčbě hemeroidů.

☀️↑ 5:42    🌙↓ 20:28

## Srpen

**8** Pondělí  
*Soběslav*

**9** Úterý  
*Roman*

*Mezinárodní den původního obyvatelstva*

**10** Středa  
*Vavřínek*

**11** Čtvrtek  
*Zuzana*

**12** Pátek ☺️  
*Klára*

*Mezinárodní den mládeže*

**13** Sobota  
*Alena/Alenka*

**14** Neděle  
*Alan*



**Maliník obecný** (*Rubus idaeus*)

Trvalý, 100 až 150 cm vysoký keř s plazivým kořenem, ze kterého vyhání prutovitě, jemně ostnaté výhonky. Z těchto v druhém roce vyrůstají boční květonosné výhonky. Listy jsou vždy lichozpeřené, na řapíku ostnaté a zespod jsou běloplstnaté. Květy jsou bílé, pětičetné. Plodem je souplodí, malina červené barvy, která se snadno odděluje od lůžka. Kvete v květnu a červnu. Roste na slunných stránkách a podobně. Sbírá se list, a to nejlépe na jaře v době květu. Suší se rychle ve stínu nebo při umělém teple do 50° C. Listy lze použít zejména ke kloktání při zánětech dutiny ústní, při chronických kožních chorobách. Působí protipřijmově.

☀️↑ 5:53    🌙↓ 20:15

## Srpen

**15** Pondělí  
*Hana/Hanna*

**16** Úterý  
*Jáchym*

**17** Středa  
*Petra*

**18** Čtvrtek  
*Helena/Jelena*

**19** Pátek ☾  
*Ludvík*

**20** Sobota  
*Bernard*

**21** Neděle  
*Johana*

*Den památky obětí invaze  
a následné okupace vojsky Varšavské smlouvy*

33. týden



**Máta peprná** (*Mentha piperita*)

40 až 80 cm vysoká, vytrvalá bylina. Lodyha je lysá nebo místy chlupatá, čtyřhranná. Listy jsou vstřícné, úzce vejčité, špicaté, řapíkaté. Květy rostou v hustých lichopřeslenech a barva květů je světle růžová až světle fialová. Kvetे v červenci až září. Máte se daří na místech s dostatkem slunce a tepla. V ČR je pěstována, někdy zplaňuje. Sbírají se listy nebo kvetoucí na několikrát do roka, a to před rozkvětem. Droga se suší ve stínu co možná nejrychleji nebo za umělých teplot do 35 °C. Máta peprná pomáhá proti křečím trávicího ústrojí, podporuje funkci jater, příznivě ovlivňuje činnost slinivky břišní a žlučníku. Odvar k užívání se připravuje z jedné až dvou malých lžiček drogy na 200 ml vroucí vody. Lepší je ale v kombinaci s dalšími bylinami.

☀️↑ 6:03    🌙↓ 20:02

## Srpen

**22** Pondělí  
*Bobuslav*

**23** Úterý      ♀ Panna (23. 8. - 23. 9.)  
*Sandra*

**24** Středa  
*Bartoloměj*

**25** Čtvrtek  
*Radim*

**26** Pátek  
*Luděk*

**27** Sobota ☾  
*Otakar*

**28** Neděle  
*Augustýn/Augustin*



**Meduňka lékařská** (*Melissa officinalis*)

Až 80 cm vysoká bylina, vonící po citronech. Lodyha je přímá, čtyřhranná, větvená. Listy jsou vstřícné, řapíkaté, eliptické. Květy rostou v úžlabí listenů. Koruna květů je dvoupyská, bílá. Kveté v červnu až srpnu. Roste na slunných a teplých místech. Sbírá se list nebo nať. Listy i nať se sbírají těsně před rozkvetem, a to za suchého a chladnějšího počasí. Suší se co možná nejrychleji v tenkých vrstvách na stinném suchém místě nebo při umělému teple do 35 °C. Působí zejména jako uklidňující prostředek na uklidnění trávení a srdečního rytmu. Pomáhá při bolestech břicha, při bolestivé menstruaci i v klimakteriu. Nález se připraví z jedné čajové lžičky drogy na šálek vroucí vody 2x až 3x denně.

☀️↑ 6:14    🌇↓ 19:47

## Srpen/Září

**29** Pondělí  
*Evelína*

---

**30** Úterý  
*Vladěna*

---

**31** Středa  
*Pavλίna*

---

**1** Čtvrtek  
*Linda/Samuel*

---

**2** Pátek  
*Adéla*

---

**3** Sobota    📅  
*Bronislav/Bronislava*

---

**4** Neděle  
*Jindřiška/Rozálie*



**Měsíček lékařský** (*Calendula officinalis*)

Asi 50 cm vysoká, jednoletá nebo dvouletá bylina. Lodyha přímá, větvená. Listy střídné, chlupaté, kopinaté až úzce obvejčité. Úbory se jednotlivě na konci větví, četné jazykovité květy, terčové květy jsou trubkovité. Barva květů je nejčastěji oranžová. Kvete v červnu až září. V ČR pěstován a často i zplauje. Sbírají se květy bez lůžka a zákrovu nebo i celý květ včetně kalichu za suchého počasí. Suší se ve stínu nebo při teplotách do 40 °C. Usušená droga snadno přijímá vzdušnou vlhkost, doporučuje se její občasné přesušení. Měsíček urychluje hojení hnisavých a špatně se hojících ran, užívá se proti plísni a proti bércovým vředům, napomáhá při léčbě astmatu, kašle, bušení srdce, upravuje menstruaci. Odvar se připravuje z jedné čajové lžičky na 100 až 150 ml vody, užívá se 2x až 3x denně.

☀↑ 6:24    🌙↓ 19:32

## Září

**5** Pondělí  
*Boris*

---

**6** Úterý  
*Boleslav*

---

**7** Středa  
*Regína*

---

**8** Čtvrtek  
*Mariana/Marianna*

---

*Mezinárodní den gramotnosti*

---

**9** Pátek  
*Daniela*

---

**10** Sobota ☺  
*Irma*

---

**11** Neděle  
*Denisa/Denis*



**Mochna husí** (*Potentilla anserina*)

*Nízká plazivá víceletá bylina. Listy hlavní růžice jsou řapíkaté, přetřhované lichozpeřené, se 4 až 12 jařmy velkých lístků, mezi kterými leží malé lístky. Květy rostou jednotlivě. Jsou pětičetné, žluté. Kvetou v květnu až srpnu. Roste na loukách a podobně. Sbírá se kvetoucí nať. Suší se ve stínu nebo při teplotách do 40 °C. Droga působí zejména na hladké svalstvo, uvolňuje křeče, působí protizánětlivě. Používá se při žlučnickových nebo ledvinových kolikách a pomáhá proti svalovým křečím. Povzbuzuje chuť k jídlu, podporuje činnost jater a tvorbu žluči. Nález se připravuje z 1 až 2 čajových lžiček drogy na šálek vody, který se vaří 3 minuty a podává se 3x denně. Zevně se užívá v koupelích na špatně se hojící nebo mokořující rány.*

☀↑ 6:34    🌙↓ 19:17

## Září

**12** Pondělí  
*Marie/Tobiáš*

**13** Úterý  
*Lubor*

**14** Středa  
*Radka/Radoslava*

**15** Čtvrtek  
*Jolana*

**16** Pátek  
*Ludmila/Lidmila*

*Mezinárodní den ochrany ozonové vrstvy*

**17** Sobota ☾  
*Naděžda/Nada*

**18** Neděle  
*Kryštof*



**Netřesk střešní** (*Sempervivum tectorum*)

Netřesk je vytrvalá bylina, kterou tvoří růžice přízemních dužnatých listů. Je to pokryvná rostlina a dokáže vytvořit husté přízemní porosty. Rozevřená listová růžice může mít i více než 10 cm v průměru. Listy má červeně skvrnitě, na okrajích jsou listy bílé brvitě, jindy jsou lysé. V době květu vyháňají ze starších dospělých růžic vystoupavé stonky, které mohou mít výšku až 60 cm. Ty jsou zakončeny závinem z množství růžových drobných květů. Po odkvětu růžice odumírá. Vyhledává suchá narušená skaliska, zdi, střechy nebo suché půdy. Používají se jeho podélně rozřezané listy. Štáva z listů je chladivá a obsahuje mnoho výživných látek. Má dezinfekční účinek a působí protizánětlivě. Pomáhá na kožní nemoci, popáleniny, omrzliny, při bodnutí hmyzem. Také pomáhá při léčení vředovitých a zánětlivých nemocí kůže. Změkčuje ztvrdlou kůži na patách. Štáva pomáhá při zánětech středního ucha.



## Září

☀↑ 6:45    ☀↓ 19:01

**19** Pondělí  
Zita

**20** Úterý  
Oleg

**21** Středa  
Matouš

*Mezinárodní den míru*

**22** Čtvrtek  
Darina

**23** Pátek  
Berta

⚖Váhy (23. 9. - 23. 10.)

*podzimní rovnodennost (3:04 hod.)*

**24** Sobota  
Jaromír/Jaromíra

**25** Neděle ☾  
Zlata/Zlatuše



**Ostropestřec mariánský** (*Silybum marianum*)

Jednoletá až dvouletá, 30 až 200 cm vysoká bylina, s přímou žabernatou lodyhou. Ta je v horní polovině větvená. Lodyžní listy jsou střídavé, dolní přisedlé, horní poloobjímavé. Podél žilek jsou listy bíle skvrnitě, laločnaté, úkrojky listů jsou trojúhelníkovité, zakončené ostnem. Úbory květů jsou jednotlivé, dlouze stopkaté, mající až 7 cm v průměru. Zákrovní listeny na bázi jsou vejčité, na špičce po okraji ostnitě a odstálé od úboru. Květy jsou trubkovité, červené až fialové. Sbírají se plody v celém úboru krátce před dozráním a nechají se dozrát na suchém místě. Pak se očistí od chmýří a vyklepou z úboru. Používají se k regeneraci poškozených jater po žloutence, otravách a cirhóze. Droga podporuje tvorbu žluče a posiluje látkovou výměnu. Používají se rozemleté plody s mléčným cukrem v poměru 1:2 v množství 2 až 4 lžičky denně, nebo jako tinktura v množství 30 kapek 4x denně.

☀↑ 6:55    ☀↓ 18:46

## Září/Říjen

**26** Pondělí  
*Andrea*

**27** Úterý  
*Jonáš*

**28** Středa  
*Václav/Václava*

*Státní svátek – Den české státnosti*

**29** Čtvrtek  
*Michal/Michael*

**30** Pátek  
*Jeroným*

**1** Sobota  
*Igor*

*Mezinárodní den seniorů*

**2** Neděle  
*Olívie/Oliver*



**Ostružiník křovitý** (*Rubus fruticosus*)

Ostružiník křovitý je velmi variabilní druh keře. Může mít prýty (stonky) jak dřevnaté, tak bylinné. Dřevnaté prýty jsou nekvetoucí, vzpřímené, obloukovité či poléhavé. Bylinné prýty vyrůstají z nekvetoucích a jsou plodící. Jak plodící tak neplodící prýty mohou mít tvar oblý nebo hranatý. Mohou být s trny nebo bez trnů. Listy jsou dlaniťe 3 až 5četné, řapíkaté. Mohou být lysé nebo chlupaté v různých odstínech zelené. Květy vyrůstají převážně v latkách, jsou 5četné, nejčastěji bílé až růžové. Plodem jsou peckovičky, které společně tvoří souplodí, ostružinu. Květe od května do srpna. Roste na mezích, okrajích lesů, podél cest a podobně, v půdách, které jsou vlhčí a humózní. Sbírají se mladé lístky před rozkvetem. Suší se při teplotách do 40 °C. Droga působí močopudně, staví krvácení a průjem, dezinfikuje trávicí a močové ústrojí. Ve formě koupeli pomáhá při ekzémech a na špatně se hojící rány.

☀️↑ 7:06    🌙↓ 18:31

# Říjen

**3 Pondělí** ☽  
Bobumil

**4 Úterý**  
František

**5 Středa**  
Eliška

*Světový den učitelů*

**6 Čtvrtek**  
Hanuš

**7 Pátek**  
Justýna/Justina

**8 Sobota**  
Věra/Věroslava

*Památný den sokolstva*

**9 Neděle** ☺️  
Štefan/Sára

*Světový den pošty*

40. týden



**Pilát lékařský** (*Anchusa officinalis*)

20 až 70 cm vysoká, dvouletá nebo vytrvalá bylina. Lodyha je přímá, v horní části krátce větvená a chlupatá. Listy v přízemní růžici jsou krátce řapíkaté, celokrajné nebo řídké zubaté, chlupaté a v době květu téměř zaschlé. Lodyžní listy jsou kopinaté, přisedlé a chlupaté. Květy jsou uspořádány ve vijanech. Barva květů je zprvu červená, později modrofialová nebo nachová. Kvete od května do září. Roste na suchých loukách, v kamenolomech, na okrajích cest, náspech a podobně. Upřednostňuje suché, hlinitopísčité půdy na slunných a teplých stanovištích. Sbírá se kvetoucí nať na počátku květu. Droga pomáhá tlumit kašel a podporuje vykašlávání hlenu. Štáva z čerstvých rostlin má posilující účinek na žaludek, čistí krev a podporuje funkci sleziny a jater. Příznivé účinky má při léčbě bronchitidy, zápalu plic a astmatu. Příznivě působí na psychickou odolnost a spánek.

☀️↑ 7:17    🌇↓ 18:16

## Říjen

**10** Pondělí  
Marina/Maryna

*Světový den duševního zdraví*

**11** Úterý  
Andrej/Andreas

**12** Středa  
Marcel

*Mezinárodní den za omezení přírodních katastrof*

**13** Čtvrtek  
Renáta

**14** Pátek  
Agáta

**15** Sobota  
Tereza/Terezie

**16** Neděle  
Havel/Galina

*Světový den výživy*

41. týden



**Pivoňka lékařská** (*Paeonia officinalis*)

30 až 60 cm vysoká, vytrvalá bylina s jednoduchou lodyhou rostoucí v bohatých trsech. Listy jsou kožovité, dlouze řapíkaté trojčetné, rozeklané velké květy jsou plně růžové, červené, nebo bílé. Pivoňka kvete v květnu a v červnu. Je to oblíbená a často pěstovaná zahradní rostlina. Sbírá se kořen a květ. Kořen sbíráme v září a v říjnu. Po vytažení jej rychle omyjeme a sušíme ve stínu nebo při umělé teplotě do 45 ° C. Květ sbíráme v červnu. Okvětní plátky výlučně ze zahradních plnokvětých druhů sbíráme kolem poledne. Suší se ve stínu v malé vrstvě nebo při umělé teplotě do 35 ° C, musí mít pěknou červenou barvu. Droga se používá k snižování střevní peristaltiky, snižuje napětí hladkých svalů a zmírňuje bolesti. Pomáhá při nervovém vypětí, působí protizánětlivě a také jako analgetikum. Jednu čajovou lžičku kořene pivoňky vaříme ve 0,25 litru vína asi 5 minut. Pijeme 2 x až 3x denně po malých doušcích.

☀️↑ 7:28    🌙↓ 18:02

## Říjen

**17** **Pondělí** ☾  
*Hedvika*

*Mezinárodní den za odstranění chudoby*

**18** **Úterý**  
*Lukáš*

**19** **Středa**  
*Michala/Michaela*

**20** **Čtvrtek**  
*Vendelín*

**21** **Pátek**  
*Brigita*

**22** **Sobota**  
*Sabina*

**23** **Neděle**    🌿Štír (23. 10. - 22. 11.)  
*Teodor/Theodor*



**Pupalka dvouletá** (*Oenothera biennis*)

Někdy až 2 m vysoká, dvouletá bylina, která v prvním roce vyháší pouze přízemní listovou růžici a ve druhém roce kvetoucí lodyhu. Ta je jednoduchá nebo nahoře větvená, vzpřímená, chlupatá, dole často červeně skvrnitá, nahoře slabě branatá. Lodyžní listy podlouhlé, chlupaté, obvykle s červenou střední žilkou, dole zúžené v řapík. Korunní lístky květů jsou široké, žluté, průměr květů je 2 až 3 cm, kališní lístky jsou zelené, nazpět ohnuté. Kvete od června do září. Květy se otvírají večer okolo 18. hodiny a uvadají během jednoho dne. Pupalka roste na naplaveninách, v lomech, písčevinách, podél cest na šterkových nebo šterkoptčitých půdách. Sbírá se zejména semeno, z něhož se lisuje olej. Užívá se jako prevence před onemocněním cév, srdečních onemocnění a náhlých mozkových příhod. Zvyšuje obranyschopnost organismu a zvyšuje odolnost proti stresům.

☀️↑ 7:40    🌙↓ 17:48

## Říjen

**24** Pondělí  
Nina

*Den Spojených národů  
Světový den informovanosti o rozvoji*

**25** Úterý ☹️  
Beáta

**26** Středa  
Erik/Erich

**27** Čtvrtek  
Šarlota/Zoe

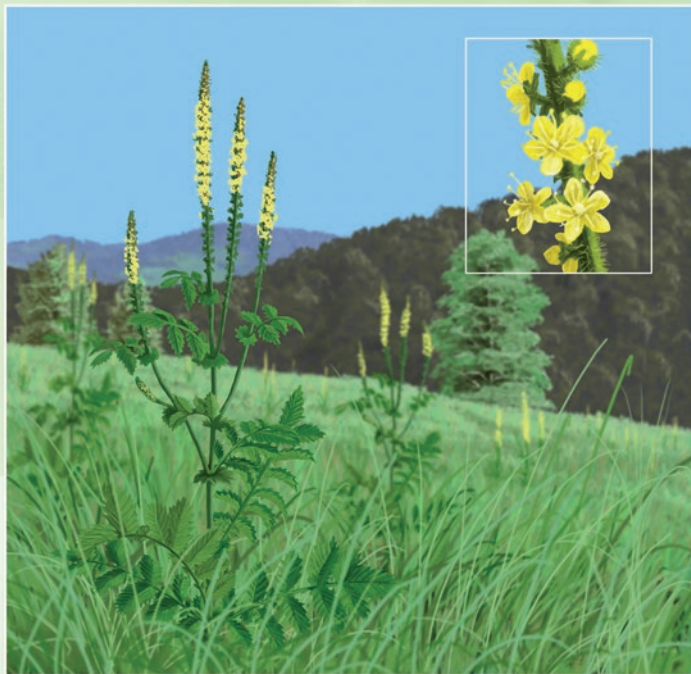
**28** Pátek  
Státní svátek

*Den vzniku samostatné ČSR (1918)*

**29** Sobota  
Silvie/Sylva

**30** Neděle  
Tadeáš

*konec letního času (3h → 2h)*



**Řepík lékařský** (*Agrimonia eupatoria*)

Vytrvalá, 15 až 150 cm vysoká bylina. Lodyha je přímá, nevětvená nebo jen málo. Listy lichozpeřené a chlupaté, lístky obvejčité, pilkovité. Květy zlatožluté, 5četné, korunní lístky. Kvete v červenci až září. Roste na sušších místech, loukách, pastvinách a podobně. Sbírá se kvetoucí nať bez spodních zdřevnatělých částí. Suší se ve stínu nebo při teplotách do 40 °C. Droga stimuluje činnost žlučníku, pomáhá detoxikaci jater, trávení a tlumí průjemy. Jako kloktadlo pomáhá při zánětu dutiny ústní a mandlí, výplachy nosu napomáhají při akutní rýmě. Bere se 3x denně jedna čajová lžička drogy na šálek vody.

☀️↑ 6:51    🌙↓ 16:36

## Říjen/Listopad

**31** Pondělí  
*Štěpánka*

**1** Úterý ☽  
*Felix*

**2** Středa  
*Památka zesnulých*

**3** Čtvrtek  
*Hubert*

**4** Pátek  
*Karel/Karla*

**5** Sobota  
*Miriam*

**6** Neděle  
*Liběna*



**Slunečnice topinambur** (*Helianthus tuberosus*)

Víceletá, až 3 m vysoká bylina s hlízovitě rozšířenými oddenky. Lodyha je přímá a v horní části větvená. Listy jsou řapíkaté, chlupaté, široce kopinaté, vejčité. Květy jsou žluté, prašníky černé. Kvete v srpnu až říjnu. Roste u řek, u cest a podobně. Sbírají se hlízy. Podzemní hlízy slunečnice topinambur jsou jedlé a dietní. Pravidelné požívání topinamburů má příznivé účinky při revmatismu, pro poměrně vysoký obsah inulinu je lze použít i jako podpurný prostředek při cukrovce. Hlízy se podávají syrové nebo běžně kulinářsky upravené podobně jako brambory.

☀️↑ 7:03    ☀️↓ 16:25

**7** Pondělí

*Saskie*

**8** Úterý ☺️

*Bohumír/Bohumíra*

**9** Středa

*Bobdan/Bogdan*

**10** Čtvrtek

*Evožen*

**11** Pátek

*Martin*

**12** Sobota

*Benedikt*

**13** Neděle

*Tibor*

## Listopad



**Svízel syřišťový (*Galium verum*)**

Trsnatá, 30 až 120 cm dlouhá, vytrvalá bylina. Má tuhou, dole dřevnatějící, větvenou, v horní části čtyřhrannou, dole oblou, hladkou nebo krátce pyřitou lodyhu. Listy rostou v 8 až 14četných přeslenech, jsou podlouhlé, zašpičatělé. Květenství jsou koncová, latovitá a bohatě větvená. Květy 2,5 až 3,5 mm v průměru, žluté, vonné a ploché. Kvete od června do července. Vyhledává suché trávníky, meze, pastviny, slunné okraje lesů, křovinaté stráně, vřesoviště, světlé borové lesy a okraje cest. Preferuje sušší, málo humózní, až písčité půdy bohaté na minerály. V ČR hojná do nadmořské výšky asi 600 m. Sbírá se nať v době květu seřezávaním. Suší se na stinném místě nebo na slunci a při umělém teple do 45 °C. Působí značně močopudně. Snižuje chuť k jídlu a lze ji použít při léčbě obezity. Také působí protirevmaticky. Používá se na oteklé klouby, vředy, špatně se hojící rány, kožní záněty či lehké popáleniny ve formě kašovitého obkladu. Nálev se připravuje několikasekundovým varem, kdy se na 1 l vody použije 1 až 2 polévkové lžice drogy.



☀️↑ 7:14    🌙↓ 16:15

## Listopad

**14** Pondělí  
Sáva

**15** Úterý  
Leopold

**16** Středa ☾  
Otmar

*Mezinárodní den tolerance*

**17** Čtvrtek  
Mahulena/Gertruda

*Státní svátek - Den boje za svobodu a demokracii  
a Mezinárodní den studentstva (1989, 1939)*

**18** Pátek  
Romana

**19** Sobota  
Alžběta/Alžbeta

**20** Neděle  
Nikola/Nikolas

*Světový den dětí (UNICEF)*



**Štětka planá** (*Dipsacus fullonum*)

70 až 200 cm vysoká, dvouletá bylina s přímou, větvenou, ostnitou lodyhou. Listy v přízemní růžici jsou řapíkaté, obvejčité, eliptické a hrubě vroubkované. Ty vyrůstají v prvním roce, v druhém zcela chybí. Lodyžní listy jsou téměř 35 cm dlouhé, přisedlé, vstřícné, kopinaté nebo obvejčité, na bázi srostlé po dvou, vroubkované. Hlavní žíly jsou ostnité. Strbouly (trnité palice) jsou až 8 cm dlouhé, zákrovní listeny jsou čárkovité a ostnité. Světle fialové květy začínají kvést uprostřed strbouly a postupně se otvírají směrem nahoru i dolů. Kvete od července do září. Roste na náspech, podél cest, pastvinách, na půdách vlhkých, jílovitých nebo hlinitých. Sbírá se celá rostlina. Ve formě obkladů se používá na rozpraskanou pokožku, rý a prsní bradavky. Jako pomocného léku ji lze použít zevně při rakovině kůže nebo vnitřně při rakovině trávicího ústrojí. Pro vnitřní aplikaci se podává nejčastěji ve formě odvaru.

# Listopad

☀↑ 7:25    ☀↓ 16:08

**21** Pondělí

Albert

*Světový den televize*

**22** Úterý

Cecilie

♌Střelec (22. 11. - 21. 12.)

**23** Středa ☾

Klement

**24** Čtvrtek

Emílie/Emília

**25** Pátek

Kateřina/Katarína

*Mezinárodní den za odstranění násilí  
páchaného na ženách*

**26** Sobota

Artur

**27** Neděle

Xenie



**Trnka** (*Prunus spinosa*)

Až 4 m vysoký, opadavý keř. Větve jsou husté a trnité, tmavě hnědé. Listy ve svazečích nebo střídavě, řapíkaté, eliptické, na okraji zubaté. Květy bílé, asi 2 cm v průměru, rozkvetají před rašením listů. Plod je kulovitá, modročerná, ojněná a trpce chutnající peckovice. Kveté v březnu až květnu. Roste na okrajích lesů a na křovinatých stráních. Sbírá se květ nebo plod. Květ se sbírá za suchého počasí a suší se v tenkých vrstvách ve stínu nebo při teplotách do 40 °C. Plody se sbírají koncem podzimu po prvních mrazících. Květ trnky působí močopudně, snižuje krevní tlak, tlumí záněty v cévách a zlepšuje látkovou výměnu. Podává se obvykle ve formě nálevu ze 2 čajových lžiček drogy na šálek vody.

☀️↑ 7:35   ☀️↓ 16:02

## Listopad/Prosinec

**28** Pondělí  
*René*

**29** Úterý  
*Zina*

**30** Středa ☽  
*Ondřej*

**1** Čtvrtek  
*Iva*

*Světový den boje proti AIDS*

**2** Pátek  
*Blanka*

*Mezinárodní den za odstranění otroctví*

**3** Sobota  
*Svatoslav*

*Mezinárodní den lidí s postižením*

**4** Neděle  
*Barbora/Bára*



**Třezalka tečkovaná** (*Hypericum perforatum*)

10 až 100 cm vysoká bylina. Lodyha je přímá, obvykle nevětvená. Listy jsou krátce řapíkaté, podlouhlé. Květenství je bohaté, květy zlatožluté, při vrcholku žláznatě tečkované. Kvete v květnu až září. Roste na slunných místech, v ČR hojně. Sbírá se kvetoucí nařině po rozkvětu, která se váže do svazků a suší se na dobře větraném místě ve stínu nebo teplotách do 35 °C. Droga působí antibioticky, čistí krev, má protizánětlivé účinky, pomáhá při chorobách plic, slinivky břišní i jater, léčí žaludek a dvanácterník, pomáhá při těžkých chřipkách, působí sedativně, takže se osvědčila při léčbě úzkosti, psychickém napětí. Podává se ve formě nálevu 2x až 4x denně po 120 ml.

☀️↑ 7:44    🌙↓ 15:59

## Prosinec

**5** Pondělí  
Jitka

*Mezinárodní den dobrovolníků*

**6** Úterý  
Mikuláš

**7** Středa  
Ambrož/Benjamín

*Mezinárodní den civilního letectví*

**8** Čtvrtek ☺️  
Květoslava

**9** Pátek  
Vratislav

**10** Sobota  
Julie/Juliana

*Den lidských práv*

**11** Neděle  
Dana/Danuše

*Mezinárodní den borůvek*

49. týden



**Vachta trojlistá** (*Menyanthes trifoliata*)

10 až 30 cm vysoká, vytrvalá bylina se silnou vystoupavou lodyhou. Listy jsou dlouze řapíkaté, 3četné, vyrůstající z plazivého oddenku. Květy jsou uspořádány v hustém přímém hroznu. Jednotlivé květy jsou oboupohlavní, 5četné, nálevkovité, korunní lístky nazpět zahnuté, bělavé, na vnitřní straně hustě vousaté. Kvete v květnu a červnu. Roste na mokřích loukách, rašeliništích, na okrajích tůní nebo rybníků a v bažinách, na půdách bahniňách, obvykle málo výživných. Sbírá se list v době květu. Suší se rychle ve stínu nebo za teploty do 50 °C. Vachta zvyšuje sekreci trávicích šťáv a ovlivňuje střevní peristaltiku, působí blahodárně na činnost jater a žlučníku, působí mírně projímavě a příznivě ovlivňuje krvetvorbu. Podává se obvykle ve formě nálevu z 2 až 3 polévkových lžic drogy na šálek vody, pije se 1 šálek denně nebo obden. Nedoporučuje se pro těhotné a kojící ženy.

☀️↑ 7:51    🌙↓ 15:58

## Prosinec

**12** Pondělí  
*Simona*

**13** Úterý  
*Lucie/Lucia*

**14** Středa  
*Lýdie/Lýdia*

**15** Čtvrtek  
*Radana/Radan*

**16** Pátek ☾  
*Albína*

**17** Sobota  
*Daniel/Dan*

**18** Neděle  
*Miloslav*

*Mezinárodní den migrantů*



**Violka rolní** (*Viola arvensis*)

Jednoletá, 5 až 20 cm vysoká bylina. Lodyha vystoupavá, větvená. Dolní listy okrouhle vejčité, horní listy vejčité kopinaté, palisty dlanitosečné s úkrojky. Květy nevonné, asi 15 mm vysoké, žluté, někdy nafialovělé. Květe v dubnu až září. Roste na polích, podél cest a podobně. Sbírá se kvetoucí nat bez zdřevnatělých částí. Droga má protirevmatický účinek, podporuje vykašlávání, pomáhá při vylučování odpadních látek z organismu, při cévních a kožních chorobách, podporuje usazování vápníku v kostech, podporuje prokrvení periferních vlásečnic včetně oční sítnice nebo v ledvinách. Podává se ve formě nálevu z jedné čajové lžičky na šálek vody a pije se 2 šálky denně.

# Prosinec

☀↑ 7:56    ☀↓ 16:00

**19** **Pondělí**  
*Ester*

**20** **Úterý**  
*Dagmar/Dáša*

**21** **Středa**      ♀Kozoroh (21. 12. - 20. 1.)  
*Natálie/Natalia*

*zimní slunovrat (22:48 hod.)*

**22** **Čtvrtek**  
*Šimon/Simon*

**23** **Pátek**    ☾  
*Vlasta*

**24** **Sobota**  
*Adam a Eva*

*Štědrý den*

**25** **Neděle**  
*Boží hod vánoční*

*1. svátek vánoční*

51. týden



**Vrba bílá** (*Salix alba*)

Dvoudomý, opadavý, až 30 m vysoký strom. Borka nejprve hladká, pak podélně brázditá, tmavě šedá. Listy střídavé, krátce řapíkaté, kopinaté, dlouze zašpičatělé, na okraji pilkovité, na lící straně tmavě zelené a lesklé, na rubové straně stříbrně chlupaté, sivě bílé. Květy jednopohlavní, uspořádané v úzce válcovitých jehnědách. Kvete v dubnu a květnu zároveň s rašením listů. Roste na březích a na vlhkých místech, jako jsou lužní lesy, náspy a podobně. V ČR od nížin po pahorkatiny roste roztroušeně. Sbírá se kůra z dvouletých až tříletých větví, nejlépe brzy na jaře. Droga snižuje horečku a zmírňuje bolest při revmatismu, pomáhá i při bolestech hlavy, zubů, svalů apod. Podává se obvykle ve formě odvaru ze 6 gramů drogy na asi 500 ml vody.

☀️↑ 7:58    🌙↓ 16:05

## Prosinec/Leden

**26** **Pondělí**  
Štěpán/Štepan

*2. svátek vánoční*

**27** **Úterý**  
Žaneta

**28** **Středa**  
Bobumila

**29** **Čtvrtek**  
Judita

**30** **Pátek**    ☾  
David

**31** **Sobota**  
Silvestr

**1** **Neděle**  
Nový rok

*Státní svátek - Den obnovy  
samostatného českého státu (1993)*

52. týden



**Zeměžluč lékařská** (*Centaurium erythraea*)

Zeměžluč je dvouletá nebo jednoletá, 10 až 60 cm vysoká bylina s přímou, čtyřhrannou lodyhou, v horní polovině větvenou. Přízemní listy tvoří růžici a jsou obkopinaté nebo obvejčité, 3 až 5žilné, lodyžní listy jsou přisedlé, kopinaté, celokrajné nebo jemně vrábko-  
vané, 3 až 5žilné. Vrcholové květenství tvoří přisedlé nebo krátce stopkaté, růžové pětičet-  
né květy. Plodem je tobolka. Kvete od června do září. Roste na pasekách, loukách a okrajích  
cest, na sušších a na minerály bohatých půdách. Sbírá se nať v červenci a srpnu asi 5 cm  
od země. Sušíme co nejrychleji při teplotách do 45 °C. Droga podporuje tvorbu trávicích  
šťáv a zároveň snižuje jejich kyselost, zlepšuje tak trávení. Pomáhá při chorobách žlučníku  
a žlučových cest, podporuje chuť k jídlu. Podává se ve formě nálevu z 30g drogy a 500 ml  
vařící vody, luhuje se 5 až 10 minut. Podává se jeden šálek před každým jídlem.

# Rok 2023

	Leden	Únor	Březen	Duben	Květen	Červen
Pondělí	3 10 17 24 31	7 14 21 28	7 14 21 28	4 11 <b>18</b> 25	2 9 16 23 30	6 13 20 27
Úterý	4 11 18 25	1 8 15 22	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
Středa	5 12 19 26	2 9 16 23	2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29
Čtvrtek	6 13 20 27	3 10 17 24	3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30
Pátek	7 14 21 28	4 11 18 25	4 11 18 25	1 8 <b>15</b> 22 29	6 13 20 27	3 10 17 24
Sobota	<b>1</b> 8 15 22 29	5 12 19 26	5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25
Neděle	<b>2</b> 9 16 23 30	<b>6</b> 13 20 27	<b>6</b> 13 20 27	<b>3</b> 10 <b>17</b> 24	<b>1</b> <b>8</b> 15 22 29	<b>5</b> 12 19 26
	Červenec	Srpen	Září	Říjen	Listopad	Prosinec
Pondělí	4 11 18 25	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 <b>26</b>
Úterý	<b>5</b> 12 19 26	2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29	6 13 20 27
Středa	<b>6</b> 13 20 27	3 10 17 24 31	7 14 21 <b>28</b>	5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28
Čtvrtek	7 14 21 28	4 11 18 25	1 8 15 22 29	6 13 20 27	3 10 <b>17</b> 24	1 8 15 22 29
Pátek	1 8 15 22 29	5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 <b>28</b>	4 11 18 25	2 9 16 23 30
Sobota	2 9 16 23 30	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 <b>24</b> 31
Neděle	<b>3</b> 10 17 24 31	<b>7</b> 14 21 28	<b>4</b> 11 18 25	<b>2</b> 9 16 23 30	<b>6</b> 13 20 27	<b>4</b> 11 18 <b>25</b>

## Kalendář Léčivé bylinky 2022

Autor: Lumír Jůrka. Uzávěrka kalendária 30. 9. 2020. Kalendárium obsahuje údaje související se změnou letního a zimního času. Tyto údaje se v době prodeje kalendáře nemusí shodovat s aktuálním stavem, jelikož do uzávěrky nebylo definitivně rozhodnuto o zákonném zrušení této změny.

Východy a západy slunce platí pro střed konkrétního týdne a vztahují se k poloze 50° sev. šířky a 15° vých. délky.

Výrobce: MFP paper s.r.o., Gen. Štefánika 1638, Přerov 750 02, ČR, made in EU, [www.mfppaper.com](http://www.mfppaper.com).