VRTEC PEDENJPED

CERUTOVA ULICA 6, 1000 LJUBLJANA, TEL.: 01 / 5492 614, 5492 615
FAX: 01 / 5281 803, E-mail: Vrtec.pedenjped@guest.arnes.si

VZGAJAMO ZELIŠČA

»V starem iščem novo.«

Tema 2021-2022: **ZELIŠČNI PRIPRAVKI**

SODELUJOČI:

- enota Potepuh: Maja Kozlovič, Nastja Šrenk, Vesna Košir Pevec, Nena Ulčar,
- enota Sladkosned: Joži Veit, Jelena Letić, Oksana Yushyna, Nina Škrjanc, Simona Kocijančič,
- enota Pedenjcarstvo: Jelka Kravanja, Lea Šantelj, Klavdija Levičnik, Katja Jamšek, Barbka Kozamernik, Eli Šrenk,
- enota Vrtnar: Pavel Urbanc, Neža Škerjanec, Irma Dimnik, Bojana Lipej, Rok Savič, Milijana Dukarič, Sara Lukman.

Unesco projekt Vzgajamo zelišča izvajamo že nekaj let. Letos ga nadaljujemo, nadgrajujemo, spoznavamo nove poglede na temo zelišč.
Glavni namen projekta je bil, da navdušimo otroke nad naravo in zelišči. Glavni cilji projekta so bili, da otroci skozi pogovor, listanje knjig in raznih dejavnosti sami spoznajo zelišča in jih začno zanimati.

Vse enote, ki sodelujemo v projektu imamo zeliščni vrt ali visoke grede, ki krasijo našo okolico in nam ponuja učilnico na prostem. Tako kot vsako leto pridno skrbimo za naša zelišča, smo tudi letos nadaljevali z delom.

Dejavnosti skupin:

- Jeseni smo obrali sadove našega dela, pripravili različne zeliščne namaze in melisin sirup po receptu babice, ki nam ga je prijazno posredovala. Ostala zelišča smo posušili. Grede smo očistili in pospravili odpadno listje.
- Jeseni smo vsak teden očistili zeliščni vrt in suho listje odpeljali na kompostnik.
- Sadove našega lanskega dela smo jeseni pobrali, posušili, jih odtrgali in zelišča pospravili v steklene posode.
- V pomladnem času smo se odločili, da naš zeliščni vrt malo prekopljemo, zrahljamo zemljo in pograbimo še zadnje jesensko listje, ki je ostalo na vrtu.
- Odločili smo se, da zeleščnemu vrtu dodamo novo zemljo. Tako, bodo zelišča še bolje uspevala. Otroci so bili zelo pridni. Pomagali so pri prevozu zemlje na določeno mesto.
- Med zelišča smo posejali še semena različnih rožic, da bo zeliščni vrt še lepši.
- Z otroki smo se dogovrili katera zelišča bomo vzgojili. Letos smo se veliko pogovarjali o pomenu čebel za naše življenje in njihov obstoj. Ob pravljici Ela čebela je ozdravela, smo se odločili, da bomo vzgajali zelišča, ki bodo koristna za čebele in kjer bodo imele nekaj paše, nam pa bodo v ponos in slast. Našim zeliščam smo zato dodali baziliko, žajbelj, origano, meto, meliso, timijan, jagode in kamilice, vse sadike smo dobili v lokalnem oklju.
- Naredili smo lončke iz WC tulcev in vanje posadili vsak svoje sončnično seme. Ko bodo sončnice zrasle, jih bomo v zemljo prestavili kar z lončki vred. V cvetlične lonce smo posadili tudi redkvice, ki jih opazujemo pri hitrem kaljenju.
- Pogledali smo si knjigo zelišč in poskušali kakšno zelišče ali cvetlico s pomočjo kartončkov poiskati med sprehodom. Uspelo nam je poiskati nekaj zelišč, predvsem smo opazili veliko cvetlic.
- Pred vrtcem so začele cveteti trobentice. Nabrali smo jih zelo veliko, nekaj pa smo jih vmes tudi pojedli ali samo zapiskali nanje. Skuhali smo si čaj iz trobentic. Prebrali

smo, da je zelo dober za naša dihala. Med kosilom smo ga povonjali in navdušeno popili. Ostale trobentice smo dali posušiti na časopisni papir. Ko so se posušile, smo jih dali v stekleni kozarec, da si bomo lahko še skuhali dober »trobentični« čaj.

- Soseda ima na svojem vrtu veliko različnih zelišč. Obiskali smo jo in povedala nam je veliko zanimivosti o zeliščih. Nekaj smo že vedeli, izvedeli pa smo tudi veliko novih posebnosti o določenem zelišču. Zelišča smo povonjali, jih pogledali, potipali, … Soseda nam je dala nekaj zelišč, ki jih mi nimamo. Med njimi tudi čemaž, ki smo ga takoj presadili na naš zeliščni vrt. Upajmo, da nam je uspelo.
- Za zajtrk smo jedli maslo ali kislo smetano z zeliščі. Zelišča smo si odšli samostojno izbrati in nabrati na naš zeliščni vrt. Povonjali smo jih, jih malo splaknili pod vodo in si jih položili na kos kruha z namazom. Nekaterim otrokom so bila zelišča všeč, drugim ne. Nekaterim je bil vonj premočan, druge vonj ni zmotil.
- Zelišča smo vonjali, okušali, tipali. Otrokom je najbolj všeč drobnjak, ki ga sproti svežega natrgajo in pojedo.
- Novembra smo v tednu tradicionalne slovenske hrane naredili zeliščno maslo (maslo smo stepli iz sladke smetane in mu dodali drobnjak, otroci so ga pojedli na kruhu). Pogovarjali smo se o blagodejnih učinkih poprove mete (svež dah, pomirja, zdravi prehlad, lajša bolečine) in si v dopoldanskem času večkrat skuhali metin čaj.
- V lokalni vrtnariji smo kupili drobnjak, origano, meto in meliso ter sadike presadili v večje lončke. Ob tem smo spoznavali, kaj rastlina potrebuje za rast ter spoznavali njene posamezne dele (korenine, steblo, listi).
- Otroci so bili ob sajenju aktivno vključeni in so po svojih zmožnostih presadili sadike.
- Zelišča vsak dan zalijemo in spremljamo njihovo rast. Zelišča prav tako vonjamo, saj oddajajo prijeten vonj.
- Ko se bodo zelišča okrepila, pa jih bomo vključili v jedilnik oz. naše jedi. Pripravili bomo zeliščno maslo, meto in meliso bomo vključevali v priprave osvežilnih napitkov ter čaja, meto pa lahko žvečimo kot osvežilo (nadomestek bonbonov), origano pa bomo vključevali v omake in solate.
- V kasnejšem času pa bomo posadili še baziliko in peteršilj, ki se dopolnjujeta z že izbranimi in posajenimi zeliščі.
- Del zelišč je posajenih v manjše cvetlične lončke, meta in melisa pa sta posajeni tudi v večja korita oz. visoke grede. Cvetlični lončki so v igralnicah ter na sončni legi, cvetlična korita pa na igrišču pred igralnico.
- Na igrišču imamo pet betonskih gredic. V eni izmed njih smo se odločili da zasadimo zelišča, kot so: meta, melisa, timijan, rožmarin. Zelišča še nismo posadili in sejali, ker je še mraz. Poleti pa bomo pripravili napitke in nekatere posušili za začimbe.
- V igralnici smo v lončke posejali drobnjak in vrtno krešo, posadili pa smo meto, meliso in peteršilj. Zelišča smo vsak dan pridno zalivali in pršili z vodo. Ker je bilo zunaj še mrzlo, smo imeli vse kar v igralnici na okenski polici, zdaj pa bomo počasi presadili na igrišče. Ko bosta kreša in drobnjak dovolj velika si bomo pripravili okusen in zdrav zajtrk ali malico; kruh namazan s skuto, po vrhu pa bomo posuli narezano krešo in drobnjak.
- V sodelovanju z babicami in dedki smo vrtiček zasadili z različnimi zeliščі. Za rastline smo nato vestno skrbeli skozi celo leto, jih zalivali, ko pa so bile dovolj velike smo jih začeli uporabljati na različne načine. Naredili smo šopke dišečega žajblja, za čaj ali okras in jih nato razdeli po vseh skupinah v vrtcu. Skuhali smo čaj iz mešanice

zelišč in ga popestrili z ledenimi kockami ter tako napravili ledeni čaj. Posadili smo tudi druge vrtnine, za katere vestno skrbimo in jih nato tudi okušamo in poskušamo vključiti v prehrano. Sedaj še čakamo na cvetenje bezga iz katerega bomo naredili svoj domač sok.

- Odločili smo se, da za zaključek pripravimo čajanko. Povabili smo našo kuharico Tatjano, ker smo izvedeli, da je prava strokovnjakinja nabiranja zdravilnih zelišč in rožic. Prinesla nam je suho čajno mešanico. Pogledali smo katera zelišča so v tej mešanici, jih povonjali, potipali ter si jih ogledali. Zopet smo izvedli veliko novega. Skuhali smo si pravi zeliščni čaj in si pripravili prijetno čajanko. Seveda smo nazaj v sobo povabili tudi Tatjano in tako zaključili naš projekt. Vsaj uradno, ker za naša zelišča moramo seveda skrbeti skozi celo leto
- Otroci z veseljem opravlajo to opravilo in skrbijo za redno zalivanje in urejanje gred. Na ogled radi povabijo starše in stare starše. So veseli in ponosni, ko je vrt lepo urejen in ko opazujejo nove pridelke, ki smo jih vzgojili s skupnim delom.

Projekt Vzgajamo zelišča bomo še izvajali. Za zelišča na naših vrtovih bomo skrbeli, jih urejali in jih okušali v različnih jedeh in napitkih.

Zbrala, uredila in zapisala: Maja Kozlovič, koordinatorica v projektu