







# Τα φυτά στους ανθώνες μας

Πώς είναι...	Πώς ονομάζονται...	Ποιος τα υιοθέτησε...	Τι γνωρίζουμε γι' αυτά...
	Παχύφυτα	Γ' τάξη Δ' τάξη	<p><b>Είδος φυτού:</b> Παχύφυτα είναι όλα τα είδη φυτού που φέρουν υπέργεια όργανα αποθήκευσης νερού.</p> <p><b>Κατηγορία:</b> Κρασοούλα</p> <p><b>Περιγραφή:</b> Αποτελούν τη μεγαλύτερη ομάδα παχύφυτων. Τα φύλλα τους σχηματίζουν ροζέτες και τα λουλούδια τους είναι συνήθως κόκκινα ή πορτοκαλί ενώ διαφέρουν πολύ τόσο στο μέγεθος όσο και στο σχήμα.</p> <p><b>Περιβαλλοντικές συνήθειες:</b> Μπορούν να αντέξουν σε περιόδους μεγάλης ξηρασίας. Χρειάζονται φώς, αέρα και δεν αντέχουν στην παγωνιά.</p> <p><b>Φροντίδα:</b> Ποτίζετε με άφθονο νερό το καλοκαίρι και σταματήστε το πότισμα αλλά και τη λίπανση το χειμώνα. Αν τα φύλλα ζαρώνουν ελέγξτε το χώμα της γλάστρας που πρέπει να βρέχεται σε όλο το βάθος χωρίς να περισσεύει νερό. Κάποια φύλλα μπορεί να έχουν λευκές ή κόκκινες κουκκίδες, δεν είναι ασθένεια. Πρέπει να αφαιρείτε τα μαραμένα ή κίτρινα φύλλα. Πλένετε καλά τα χέρια σας γιατί το υγρό τους μπορεί να ερεθίσει το δέρμα.</p> <p><b>Πολλαπλασιασμός φυτού:</b> Αφήνετε τα μαραμένα φύλλα που κόβετε στην επιφάνεια του χώματος για να δημιουργηθούν άλλες ρίζες. Η ανάπτυξη των παχυφύτων είναι ιδιαίτερα αργή.</p>




	<p>Κατιφές</p>	<p>Κυριάκος Χαραλάμπους Στ' τάξη</p> <p>Σταυριανή Γαβριήλ Στ' τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Πόα</p> <p><b>Περιγραφή:</b> Το ύψος του κατιφέ είναι περίπου 25-30 εκατοστά. Έχει λεπτά, μακρόστενα, πτεροειδή φύλλα με διάφορα ημικύκλια. Τα χρώματα των ανθών του είναι κίτρινα, κεραμιδί και πορτοκαλί. Η ανθοφορία του κρατάει μέχρι ένα χρόνο.</p> <p><b>Χρήσεις και ιδιότητες:</b> Τον κατιφέ τον χρησιμοποιούσαν ο αρχαίος Ελληνικός, Ρωμαϊκός και Ινδικός πολιτισμός ως θεραπευτικό βότανο και ως συστατικό για καλλυντικά και φαγητά. Οι Έλληνες και Πέρσες χρησιμοποιούσαν τα πέταλα του ανθού στα εδέσματα τους.</p> <p><b>Άλλες πληροφορίες:</b> Ο κατιφές κατάγεται από το Μεξικό. Πρωτοεμφανίστηκε στην Ευρώπη και μετά από πολλά χρόνια στην Ελλάδα. Είναι ένα θαμνώδες φυτό που αναδίδει μια όχι και τόσο ευχάριστη μυρωδιά. Τα μεγάλα λουλούδια του και η πλούσια ανθοφορία του μας αποζημιώνουν όσο καλύτερα γίνεται. Τα κίτρινα, τα κεραμιδί και τα πορτοκαλί άνθη του εμφανίζονται και στολίζουν το φυτό μέχρι και τις αρχές του χειμώνα.</p>
	<p>Αχίλλεα</p>	<p>Νάντια Λουκά Α' τάξη</p> <p>Αντριάνα Χαραλάμπους Α' τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Πόα</p> <p><b>Εποχή που φυτρώνει:</b> Άνοιξη</p> <p><b>Διάρκεια ζωής:</b> Πολλά χρόνια</p> <p><b>Χρήσεις:</b> Αφέψημα, κατάπλασμα</p> <p><b>Ιδιότητες:</b> Σταματά την αιμορραγία, ρίχνει την πίεση.</p>

	<p>Αρμπαρόριζα</p>	<p>Γιάννος Γρηγοριάδης Β΄ τάξη Νεφέλη Παναγή Β΄ τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Πόα <b>Εποχή που φυτρώνει:</b> Αρχές της Άνοιξης <b>Διάρκεια ζωής:</b> Πολυετής <b>Χρήσεις:</b> Στο λικέρ, στα γλυκά του κουταλιού και στα λουκούμια <b>Ιδιότητες:</b> Έχει θεραπευτικές ιδιότητες. Βοηθάει στην ανακούφιση από τη ναυτία και τις ημικρανίες. Είναι φυσικό εντομοαπωθητικό.</p>
	<p>Αχίλλεια</p>	<p>Νάντια Λουκά Α΄ τάξη Αντριάνα Χαραλάμπους Α΄ τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Πόα <b>Εποχή που φυτρώνει:</b> Άνοιξη <b>Διάρκεια ζωής:</b> Πολλά χρόνια <b>Χρήσεις:</b> Αφέψημα, Κατάπλασμα <b>Ιδιότητες:</b> Σταματά την αιμορραγία, ρίχνει την πίεση.</p>
	<p>Λεβάντα</p>	<p>Ε΄ τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> θάμνος <b>Περιγραφή:</b> Έχει ύψος 30 έως 80 εκατοστά. Έχει γκριζοπράσινα φύλλα στενά . Καλλιεργείται σε εδάφη πλούσια σε ασβέστιο, καθώς αυτό βελτιώνει την ποιότητα του αιθέριου ελαίου της και βοηθά την ανάπτυξη του φυτού. Το έδαφος καλλιέργειας πρέπει να είναι ελαφρύ και χαλικώδες, γι' αυτό και το φυτό προσφέρεται για καλλιέργεια σε εκτάσεις ακατάλληλες για άλλου τύπου καλλιέργειες. Δεν αγαπά, επίσης, ιδιαίτερα την υγρασία, αλλά ούτε και την ολοσχερή ξηρασία. <b>Χρήσεις και Ιδιότητες:</b> Χρησιμοποιείται στην αρωματοποιία και θεωρείται από τους επιστήμονες ένα από τα σημαντικότερα θεραπευτικά βότανα. Πίνοντας τη λεβάντα σε τσάι καταπολεμούμε το μυϊκό στρες, την αϋπνία, το κρυολόγημα, τον πονοκέφαλο και τις ταχυπαλμίες. Επίσης η λεβάντα χρησιμοποιείται σαν εντομοκτόνο και σκοροκτόνο.</p>

	<p><b>Δεντρολίβανο</b> (Λασμαρί)</p>	<p>Ιωάννα Β΄ τάξη Ειρήνη Β΄ τάξη Φρειδερίκος Α΄ τάξη  Ε΄ τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Θάμνος <b>Εποχή που φυτρώνει:</b> άνοιξη <b>Διάρκεια ζωής:</b> πολυετές <b>Χρήσεις:</b> Οι τρυφεροί βλαστοί και τα φύλλα του δενδρολίβανου χρησιμοποιούνται ως αρωματικό σε πολλά φαγητά και γλυκά του κουταλιού. <b>Ιδιότητες:</b> Βοηθά στο βήχα, στο άσθμα, στις βρογχίτιδες και στη γρίπη. Επίσης βοηθά στους πονοκεφάλους και στις ημικρανίες. Από τα φύλλα του δενδρολίβανου εξάγεται ένα υγρό που χρησιμοποιείται στην παρασκευή φαρμάκων για τους ρευματισμούς και για τους διάφορους ερεθισμούς του στόματος . Από τους βλαστούς εξάγεται αιθέριο έλαιο που χρησιμοποιείται στην αρωματοποιία, στη σαπωνοποιία, καθώς και με κατάλληλη επεξεργασία στην παρασκευή εντομοκτόνων.</p>
	<p><b>Μαντζουράνα</b> <b>γλυκιά</b></p>	<p>Άντρεα Κοζάκου Β΄ τάξη  Ελεονώρα Λουκά Β΄ τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Θάμνος <b>Εποχή που φυτρώνει:</b> Τέλος Απριλίου <b>Διάρκεια ζωής:</b> Μπορεί να ζήσει 10 με 12 χρόνια. <b>Χρήσεις:</b> Χρησιμοποιείται ως μυρωδικό στο κρέας και στο ψάρι αλλά και ως αφέψημα. <b>Ιδιότητες:</b> Χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση του πονοκέφαλου, του πονόκοιλου και της αϋπνίας. Το αιθέριο έλαιο της χρησιμοποιείται ως αντισηπτικό.</p>
	<p><b>Λεμονοθύμαρο</b></p>	<p>Μαρία Μαλέκκου Α΄τάξη  Ελένη Νεοκλέους Α΄τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Θάμνος <b>Εποχή που φυτρώνει:</b> Άνοιξη <b>Διάρκεια ζωής:</b> Πολλά χρόνια <b>Χρήσεις:</b> Μαγειρική <b>Ιδιότητες:</b> Χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση δερματολογικών προβλημάτων.</p>

	<p>Ρίγανη</p>	<p>Κωνσταντίνα Αναστασίου Β΄ τάξη</p> <p>Κωνσταντίνος Γρηγοριάδης Β΄ τάξη</p> <p>Ιωάννης Γαβριήλ Β΄ τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Πόα</p> <p><b>Εποχή που φυτρώνει:</b> Άνοιξη</p> <p><b>Διάρκεια ζωής:</b> Πολλά χρόνια</p> <p><b>Χρήσεις:</b> Στην μαγειρική και σαν καρύκευμα στην χωριάτικη σαλάτα και στα κρέατα.</p> <p><b>Ιδιότητες:</b> Βοηθά στην αντιμετώπιση του βήχα, του πόνου των δοντιών, των πόνων των ρευματισμών, των εντερικών διαταραχών και των πόνων της κοιλιάς.</p>
	<p>Σιδηρίτης (Τσάι του βουνού)</p>	<p>Μαρία Μελάρτα Στ΄ τάξη</p> <p>Βασίλης Κωνσταντίνου Στ΄ τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Πόα</p> <p><b>Περιγραφή:</b> Έχει πολύ χαμηλό ύψος. Τα φύλλα του είναι λίγο πριονωτά με άσπρο χνούδι. Τα άνθη του είναι μικρά, κίτρινα ή λευκά. Ανθίζει τον Ιούνιο.</p> <p><b>Χρήσεις:</b> Στην Ελλάδα και ευρύτερα στις μεσογειακές χώρες χρησιμοποιείται ως αφέψημα (τσάι)</p> <p><b>Ιδιότητες:</b> Χρησιμοποιείται ως φαρμακευτικό βότανο για το κρυολόγημα και για τις παθήσεις του αναπνευστικού. Το όνομα «σιδηρίτης» λέγεται ότι προέρχεται από την ελληνική λέξη σίδηρος χάρη στην επουλωτική δράση του φυτού στις πληγές που προκαλούνταν από σιδερένια όπλα.</p>
	<p>Φασκόμηλο (Σπατσιά)</p>	<p>Ιφιγένεια Λαδά Στ΄ τάξη</p>	<p><b>Είδος:</b> Θάμνος</p> <p><b>Περιγραφή:</b> Το ύψος του φτάνει μέχρι και μισό μέτρο. Ανθίζει από το Μάιο ως τον Ιούνιο. Τα άνθη του φύονται κατά σπονδύλους και είναι μωβ. Τα φύλλα του είναι επιμήκη και παχιά, χρώματος λευκοπράσινου.</p> <p><b>Χρήσεις:</b> Χρησιμοποιείται ως αφέψημα και ως καρύκευμα</p> <p><b>Ιδιότητες:</b> Είναι ιδανικό για τη θεραπευτική του στόματος σε περίπτωση τραυματισμών, άφθων, φαρυγγίτιδας και ουλίτιδας. Στα αρχαία χρόνια το χρησιμοποιούσαν στην αντιμετώπιση δαγκώματος από φίδι.</p>



	<p><b>Μαϊντανός</b></p>	<p>Ιωάννα Χρίστου Στ' τάξη</p> <p>Τιμόθεος Ανδρέου Στ' τάξη</p>	<p><b>Είδος: Πόα</b></p> <p><b>Περιγραφή:</b> Το ύψος του είναι 40 μέχρι 80 εκατοστά. Έχει μικρά πτεροειδή φύλλα και τα άνθη του είναι μικρά πρασινοκίτρινα και φέρονται σε ταξιανθίες σκιάδων. Ανθίζει από το φθινόπωρο μέχρι το τέλος του χειμώνα. Είναι διετές φυτό και ανθίζει το δεύτερο χρόνο.</p> <p><b>Χρήσεις:</b> Χρησιμοποιείται στη μαγειρική και ως αφέψημα</p> <p><b>Ιδιότητες:</b> Χρησιμεύει στην κατασκευή φαρμάκων. Γνωστοί ιστορικοί μας πληροφορούν πως οι Ρωμαίοι έδιναν στους μονομάχους να φάνε πετροσέλινο πριν τον αγώνα γιατί ήξεραν πως το φυτό χαρίζει δύναμη, επιδεξιότητα και ευκινησία. Επίσης οι αρχαίοι Έλληνες το χρησιμοποιούσαν ως αρωματικό βότανο αλλά και ως φάρμακο σε διάφορες παθήσεις.</p>
	<p><b>Μαρούλι κυπριακό</b></p>	<p>Αιμιλία Αριστοδήμου Στ' τάξη</p> <p>Αριστόδημος Αριστοδήμου Στ' τάξη</p>	<p><b>Είδος: Πόα</b></p> <p><b>Περιγραφή:</b> Έχει φύλλα πλατιά και ωοειδή και τα άνθη του είναι κίτρινα. Το μαρούλι είναι ετήσιο, ποώδες φυτό, γρήγορης ανάπτυξης της οικογένειας των σύνθετων. Καλλιεργείται από τα ρωμαϊκά χρόνια και η προέλευση του είναι η Ασία.</p> <p><b>Χρήσεις:</b> Χρησιμοποιείται κυρίως στις σαλάτες.</p> <p><b>Ιδιότητες:</b> Έχει μαλακτικές, καταπραϊντικές και ελαφρά ναρκωτικές φαρμακευτικές ιδιότητες.</p>
	<p><b>Μαρούλι σγουρό</b></p>	<p>Κωνσταντίνος Μελάρτας Στ' τάξη</p>	<p><b>Είδος: Πόα</b></p> <p><b>Περιγραφή:</b> Έχει ύψος 40 εκατοστά. Έχει το ίδιο σχήμα με το κυπριακό μαρούλι αλλά οι καταλήξεις του είναι σγουρές.</p> <p><b>Χρήσεις:</b> Το σγουρό μαρούλι χρησιμοποιείται για γαρνιτούρα και στις σαλάτες.</p>



## Σκόρδο άγριο

Εβίτα Ανδρέου Α' τάξη

Ελένη Λιζίδη Α' τάξη

Σταύρος Νησιώτης  
Στ' τάξη

**Είδος:** Πόα

**Εποχή που φυτρώνει:** Απρίλιο έως Ιούνιο

**Περιγραφή:** Το ύψος του είναι 25 εκατοστά και ζει πολλά χρόνια.

**Χρήσεις:** Το σκόρδο αποτελεί βασικό στοιχείο στην μαγειρική πολλών χωρών. Χρησιμοποιείται σε ψητά και βραστά, σε σαλάτες, στη σκορδαλιά και στο τουρσί.

**Ιδιότητες:** Βοηθά στο στομαχόπονο, μειώνει την πίεση και τη χοληστερίνη. Το αγριόσκορδο όταν τρώγεται ωμό σκοτώνει τα βακτήρια.