**AKTYWNOŚĆ PRZYRODNICZA**

**TEMAT TYGODNIA: Kolorowa Wielkanoc**

## „Uprawa rzeżuchy” Pojemnik do wysiania nasion rzeżuchy powinien być płaski. Może to być talerzyk, mała salaterka lub niezbyt głęboka miseczka. Dno pojemnika wyłóż watą lub ligniną. Zwilż podłoże wodą tak, aby było lekko wilgotne. Woda nie powinna stać w naczyniu. Nasiona rzeżuchy wysiewamy gęsto, ale tak aby nie zachodziły na siebie, ponieważ te znajdujące się pod spodem mogą nie wykiełkować. Rozsypujemy je równomiernie, aby nie było pustych miejsc w naczyniu. Wysiane nasiona zwilżamy wodą, najlepiej za pomocą spryskiwacza – wtedy nie będą się przemieszczać. Pojemnik z kiełkującą rzeżuchą ustaw w ciepłym i jasnym miejscu. Kiełkujące nasiona podlewaj codziennie; w taki sposób, aby wata lub gaza była cały czas wilgotna. Najlepiej rób to za pomocą spryskiwacza do kwiatów. Rzeżucha jest bardzo wrażliwa na brak wilgoci. ****W okresie Wielkanocy rzeżucha głównie służy do dekoracji, ale pamiętajmy, że posiada właściwości lecznicze: -**** Źródło witamin: A, B, C, K - Źródło soli mineralnych: wapnia, żelaza, magnezu, fosforu, potasu, cynku, manganu, łatwo przyswajalnego jodu - Pobudza apetyt i trawienie - Wzmacnia skórę i paznokcie