



Geboorte Totemplant: De Frambozenstruik.



- **Je behoort tot:** De Havikclan.
- **Sterrenbeeld:** De Leeuw.
- **Geboorte datums:** 24 juli t/m 23 aug.
- **Geboorte Totemdiër:** De Zalm.
- **Geboorte Totemedelsteen:** De Carneool.

Algemeen:

De framboos is een in heel Europa van nature voorkomende plant die op open plaatsen in het bos en langs bosranden voorkomt, en is als voedsel al sinds de vroegste tijden in gebruik. Net zoals hun totemplant worden Zalmen vaak door anderen opgezocht vanwege hun plezierige gezelschap. Net zoals de framboos kunnen Zalmen anderen helpen hun problemen uit hun systeem te spoelen. De vruchten kunnen rauw gegeten worden of verwerkt worden tot sap, jam en wijn. Van de bladeren is thee te zetten.

Helende krachten:

De bladeren worden gedroogd gebruikt bij koorts en om de baarmoederspieren te versterken tijdens de zwangerschap. Door de samentrekkende werking is het blad ook een goed middel bij diarree, zweertjes in de mond en bloedend tandvlees. De vruchten worden gebruikt bij nierkwalen en bloedarmoede. De wortel van deze plant bezit samentrekkende en antibiotische eigenschappen. Van de bladeren kan een milde en smakelijke kruidenthee getrokken worden, die misselijkheid verlicht, vooral bij zwangere vrouwen en helpt ook bij menstruatieproblemen. De thee maakt daarnaast de slijmvliesen schoon en normaliseert de bloedsuikerspiegel.

