



Škola prírodných záhrad

BUDUJEME

malú permakultúrnu
prírodnú záhradu



3. časť



prírodné
ZÁHRADY

Hanka Sekulová

www.prirodne-zahrady.sk



Škola prírodných záhrad

BUDUJEME

malú permakultúrnu

prírodnú záhradu

Obsah knihy kopíruje naše vlastné skúsenosti z našich dvoch prírodných záhrad a tiež niekoľkoročné skúsenosti z profesionálneho navrhovania a konzultácií vašich priestorov. Všetky fotografie sú z rodinného archívu a podliehajú autorským právam vrátane textov a nákresov.

Vzhľadom na dvojstranové obrázky si prosím nastavte v PDF prehliadači zobrazenie dvoch stránok vedľa seba.

Vydala spoločnosť Darček-prekvapenie s.r.o.
Lipová 6, 90028 Ivanka pri Dunaji
1. vydanie, 2019

Text, fotografie a nákresy ©Hanka Sekulová
Návrh obálky a grafický dizajn Tomáš Ábel
Zalomenie Michal Sekula

ISBN 978-80-973280-3-0 (elektronická verzia vo formáte PDF)

















Hanka Sekulová

www.prirodne-zahrady.sk



Obsah

	Upozornenie	5
	Príbeh dvoch prírodných udržateľných liečivých záhrad	9
	Niekoľko slov o mne	11
	Škola prírodných záhrad	15
	Základná filozofia prírodných záhrad	17
	Projekt prírodných záhrad vo svete a na Slovensku	21
	Cesta k záhradnej plakete "Prírodná záhrada – oáza pre život"	22
	Kritériá certifikovanej "prírodnej záhrady"	23
	Kroky pri budovaní novej prírodnej záhrady	25
	Ako začať - zakladáme novú záhradu	27
	Terénne práce - záhrada na „stavebnej suti“	28
	Terénne práce - potrebujeme navážku zeminy?	29
	Zakladáme lúku namiesto sterilného trávnik	31
	Starostlivosť o lúku po výsadbe	33
	Dopĺňame existujúcu lúku, alebo meníme trávnik	35
	Sadíme kostrové stromy a kry	37
	Sadíme živý plot	41
	Budujeme zmiešané vyvýšené záhony	43
	Budujeme záhon nemecká kopa	45
	Záhon „kľúčová dierka“	47
	Záhon „týpí“	48
	Budujeme malé jazierko a bylinkovú špirálu	49
	Budujeme vyvýšený val a suchý múrik	51
	Budujeme vresovisko bez rašeliny	53
	Chronologická rekapitulácia menšej prírodnej záhrady	55
	Praktické rady na začiatok	57

	Kroky pri premene štandardnej záhrady na prírodnú	59
	Prerábame pôvodnú záhradu na prírodnú	60
	Chronologická rekapitulácia premeny prírodnej záhrady	61
	Premena trávniku na pestrú lúku	67
	Budujeme spoločenstvo stromu	70
	Budujeme prírodné jazierko	73
	Rozširujeme prírodné jazierko	79
	Ďalšie budovacie inšpirácie	81
	Vyvýšený záhon, špirála, suchý múrik Inspiro	82
	Živé prútené iglu s tunelom Inspiro	83
	Naše prútené záhony	84
	Pergoly z našej dielne	85
	Ďalšie tehlové záhony z našej dielne	86
	Záver fázy budovacej - čo ďalej?	87





Upozornenie

Milí prírodne zmysľajúci záhradkári, záhradníci a iní pestovatelia a chovatelia hľadajúci alebo praktizujúci udržateľné (permakultúrne) pestovanie a chov v súlade s prírodou.

Táto príručka, založená na opise našich vlastných skúseností a podložená našimi fotografiami, neprešla žiadnou jazykovou ani redakčnou úpravou, preto prosím prepáčte niektoré moje prehrešky voči súčasnej oficiálnej jazykovede.

Táto publikácia, vznikla na základe našich skúseností z budovania našich dvoch prírodných záhrad, a tiež niekoľkých realizácií, ktoré sme robili v rámci mojich kurzov.

Napísala som klasickým spôsobom niekoľko kníh, ktoré boli vydané knižne najväčším slovenským vydavateľstvom IKAR a mohli ste ich (niektoré stále môžete) zakúpiť na pultoch štandardných knihkupectiev.

Pri knihe, ktorú čítate, som sa rozhodla skrátit' čas a medzistupne, ktoré začali svoju históriu v našich záhradách, následne som momenty zvečnila mojim fotoaparátom, zachytila v hlave, následne v počítači, aby sa v skrátenej ceste dostali čo najskôr k vám. Vynechala som, respektíve urýchlila niekoľko medzistupňov, ktoré sú štandardne u vydavateľa a distribútora.

Všetky opisy ako aj celý obsah sú moje a naše vlastné skúsenosti, čiže nepreberám časti z iných podobne ladených publikácií. Pokiaľ sa rozhodnem na nejakú externú knihu, alebo iný zdroj informácií upozorniť, urobím tak priamo v texte.

V mojich tlačенých knihách som popísala príbehy našej väčšej staršej prírodnej záhrady, ktorá začala vznikať z ničoho v roku 2004.

Táto prvá záhradka dostala v roku 2016 najvyšší stupeň prírodnej certifikácie a síce plaketu "Ukážková prírodná záhrada". Ukážková znamená, že by sme ju mali ukazovať druhým a tým motivovať ľudí na zakladanie záhrad takéhoto prírodného typu.

Našu domácu záhradku tým, že je súčasťou nášho bývania ukazujeme raz do roka pre absolventov mojich kurzov, ako názornú praktickú ukážku. Celoročne ju ukazujeme v rámci 12 dielov

nášho video seriálu „Zdravie zo záhrady“, ktorý je voľne dostupný na mojej web stránke a tiež prostredníctvom mojich kníh a článkov a rozhovorov v rôznych časopisoch a iných médiách.

V publikácii sa budem venovať opisom zakladania, budovania a skúsenostiam z našej druhej, menšej a mladšej prírodnej záhrady, ako sme ju založili na stavebnej suti a ďalej kultivovali. Tiež som popísala premenu našej prvej staršej záhrady z pološtandardnej záhrady anglického štýlu na prírodnú zdravú džungľu.

Dnes je moja snaha o šírenie zdravých záhrad zameraná na šírenie osvetu formou náučných názorných kurzov, aby som motivovala a inšpirovala druhých v zakladaní zdravých záhrad.

Robím kurzy navrhovania, zakladania, pestovania, prirodzenej ochrany pred škodcami, prírodného včelárenia a chovu úžitkovej hydiny v prírodných záhradách. Súčasťou je spracovanie plodov, liečivé rastliny a zdravé recepty.

Táto príručka vznikla v rámci podpory cyklu kurzov *Škola prírodných záhrad*.

www.prirodne-zahrady.sk



Názorná výuka v našej 1. záhrade







Všetko raz treba vybudovať, aby sme sa mohli tešiť z plodov našej práce :-). Budúce prútené vyvýšené záhony.



**Príbeh dvoch
prírodných
udržateľných liečivých
záhrad**



Pohľad do našej 1. záhrady. Chémia sa nepoužíva, prípadné riasy z jazierka vyťahujeme mechanicky.

Áno, dá sa vytvoriť aj na menších pozemkoch zmysluplná malá prírodná permakultúrna, prírodná, teda udržateľná záhrada. Pri minimálnych finančných nákladoch, ale o to s väčším osobným nasadením.

Príkladom sú naše dve vlastné prírodné záhrady, obe na území Podunajskej nížiny. Jedna je na 10 árovom pozemku a druhá na menšom štandardnom 6 árovom pozemku, obe vrátane stavieb v zastavanej časti obce.

Menšia, začala vznikať na stavebnej suti v roku 2011 a dnes (február 2019) je z nej už mladá záhradná dáma v rozbiehajúcej sa prírodnej plodivej kráse.

Vznikla bez navážky, bez veľkých nákladov, ale o to viac dostala našej pozornosti a času. Pretože o tom vlastne prírodné záhrady sú. Sú o vzťahu záhrady, celého priestoru vrátane flóry a fauny a ľudí, ktorí sú jej súčasťou. O tom je celá táto publikácia a všetko čo robím. Ako si vybudovať nielen záhradu, ale aj vzťah k nej.

Pretože či súhlasíte alebo nie, my sami sme neoddeliteľná súčasť prírody a čím skôr sa na ňu naspäť napojíme, tým skôr bude nielen naša

záhradka, ale celé naše okolie udržateľné pre život.

Obe naše záhrady získali plaketu certifikovanú prírodnú záhradu. Staršia záhradka v roku 2016 ako „Ukážková prírodná záhrada“.





Niekoľko slov o mne

Volám sa Hanka Sekulová (1964) a pochádzam z Bratislavy.

Po absolvovaní Agronomickej fakulty na Vysokéj škole poľnohospodárskej v Nitre som pôsobila niekoľko rokov na ústave Fyziológie hospodárskych zvierat SAV na oddelení fyziológie výživy ako interný vedecký aspirant pre zootecnicko-lesnícke vedy. Pracovala som okrem iného na uzavretom ekosystéme v rámci kozmického výskumu (program Interkozmos).

Niekoľko rokov sa intenzívne venujem prírodným systémom, prírodným jedlým liečivým záhradám a permakultúre (udržateľnému životu). Svoje znalosti a skúsenosti zdieľam prostredníctvom poradenstva, článkov, kníh, workshopov a kurzov. Propagujem zdravý životný štýl bez chemických jedov v súlade s prírodou, ktorú od narodenia vnímam veľmi silne.

Poznatky a skúsenosti uplatňujem v rámci svojej rodiny, ktorá ma v uvedených aktivitách plne podporuje. Som vydatá, mám syna Tomáša (32) a dcérku Mišku (17).

Vo chvíľach voľna sa venujem liečivým rastlinám, zvieratám, jazdecktvu, lukostrelbe a vlastnému rozvoju.

Pravidelne prispievam formou článkov do rôznych časopisov, veľa informácií posúvam ďalej v rámci rozhovorov pre rôzne médiá.

Nie som teoretik, Všetko čo opisujem, alebo o čom hovorím nielen na svojich kurzoch, vzniklo na základe našich vlastných skúseností a experimentov. Vždy popisujem nielen naše úspešné skúšania, ale aj tie neúspešné pokusy, pretože

ako inak, na chybách sa najlepšie učíme. Pri vzniknutých chybách zvyknem opísať alebo najlepšie rovno ukázať aj riešenie ako ich môžeme opraviť, alebo ako sa ich vyvarovať.

Som autorkou kníh *Darujme si zdravie z vlastnej záhrady* a *Darujme si srdce z vlastnej záhrady*, ktoré v mnohom dopĺňajú ďalšie knihy *Zdravá kuchyňa a domácnosť* a *Liečivá sila prírody*.

Darujme si zdravie z vlastnej záhrady. Prostredníctvom tejto knihy sa môžete naučiť, ako napodobnením prírodných ekosystémov s použitím jedlých, liečivých a inak užitočných rastlín vytvoríte zo svojej záhrady prirodzenú jedlú, liečivú, udržateľnú džungľu s množstvom živočíchov. Kniha je doplnená o obľúbené rastliny a recepty.

V druhej knihe *Darujme si srdce z vlastnej záhrady* som sa viac zamerala na praktickú stránku vytvárania prírodnej záhrady, obsahuje množstvo návodov a opisov rôznych záhradných konštrukcií a prírodného chovu okrasno-úžitkovej hydiny a včiel. Kniha tiež obsahuje niekoľko zdravých receptov.

Viac informácií nájdete stránke www.prirodne-zahrady.sk.

V tretej knihe z tohto cyklu *Zdravá kuchyňa a domácnosť* som pridala recepty a tipy v rôznom zložení tak, ako ich doma pripravujeme: staré pôvodné recepty, obľúbené recepty, ľahké recepty nielen zo záhrady a iné praktické návody a tipy. Všetko pri minimalizovaní dosahu chemických jedov.



Rozhovory do médií a časopisov



Štvrtá kniha *Liečivá sila prírody* je viac zameraná na liečenie prírodou s opisom a príkladmi, ako si niektoré ťažkosti a ochorenia môžeme vyliečiť sami. Ako inak, na základe vlastných skúseností.

Všetky knihy z tohto zdravého cyklu sa navzájom dopĺňajú.

4 ročné obdobia, 4 svetové strany, séria 4 kníh – návodov, ako si vypestovať, navariť, nasadiť, napiecť, pripraviť, namiešať, nazbierať to najcennejšie, čo máme – zdravie...

Okrem tejto série som opísala svoje vnímanie nášho bytia v knihe *Inými očami*.

Knihy boli vydané v najväčšom Slovenskom vydavateľstve Ikar, divízia Príroda a sú bežne dostupné v kníhkupectvách (do vypredania).

Všetky moje knihy a iné publikácie som napísala tak, aby sa navzájom dopĺňali. Vrátane e-bookových publikácií z cyklu *Škola prírodných záhrad*.

Hanka Sekulová

www.prirodne-zahrady.sk





Darujme si zdravie z vlastnej záhrady

Vlastné skúsenosti a návody ako si vytvoriť jedlú liečivú oázu v súlade s prírodou :-)
Naša prírodná jedlú liečivú permakultúrna záhrada



HANKA
SEKULOVÁ





Škola přírodných záhrad