The background of the cover is a vibrant garden. In the foreground, a wicker chair with a woven seat and backrest sits on a grassy area. A light-colored straw hat with a dark band is placed on the chair's back. A small white box rests on the chair's seat. The garden is filled with various plants, including tall green stalks with red and orange flowers, and clusters of purple flowers on the right. The overall scene is bright and sunny, suggesting a pleasant outdoor setting.

Brigitte Kleinod

Ogród dla seniorów

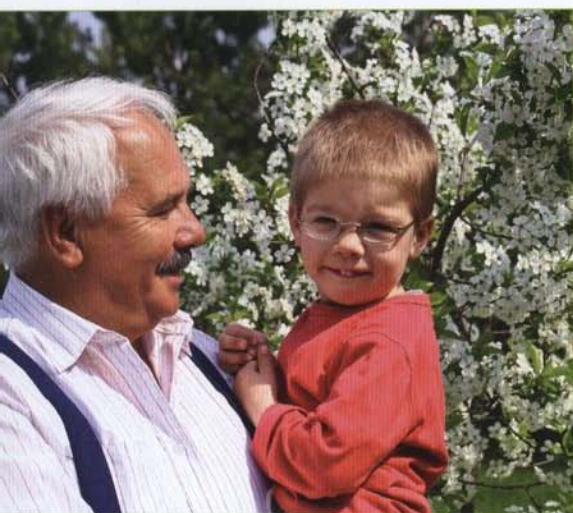
BELLONA



Nie ciężar, lecz przyjemność	9	Od czego zacząć?	33
Źródło radości	10	Przejdźcie do konkretów	34
Azyl	10	Porządkowanie funkcji	34
Spełnione marzenia	11	Co ma zostać, a co powstać	35
Zbieranie inspiracji	14	Chroń piękne rośliny	36
Uważna obserwacja	14	Własnoręczny szkic	37
Echa urlopu	14	Ptasia perspektywa	37
Miłe wspomnienia	15	Jeśli nie ma planu posesji	38
Nowe zainteresowania	16	Wybiegnij w przyszłość	40
		Harmonogram	42
Ułatwienia przy pracy			
w ogrodzie	19	Oblicze ogrodu	45
Bez wysiłku	20	Przed domem	46
Ergonomiczne narzędzia	21	Bezpieczne chodzenie	48
Ergonomiczna praca	22	Przestronne ścieżki	49
Racjonalne rozłożenie pracy	24	Dobre samopoczucie	50
Łatwy start	24	Właściwe okrawędziowanie	52
Urządzenie miejsca pracy	25	Zaciszne miejsca	55
Niezbędna praca wykonywane		Wygodne meble	55
regularnie	27	Miłe chwile na tarasie	56
Poprawa gleby ułatwia pracę	28	Taras bez barier	56
Właściwe zastosowanie włókniny	28	Od słońca i deszczu	57
Ściółkowanie to mniej pracy	30	Naturalny cień	59
		Mobilna ochrona przed słońcem	60
		Dobre miejsce do wypoczynku	60



Musi być wygodnie	62	Mały projekt, duży efekt	95
Bezpieczne schodki	63	Zdrowo i aktywnie	96
Stare schody w nowym świetle	64	Radość z pasji	97
Praktyczne podjazdy	66	Na małej przestrzeni	98
Skarpy i nasypy	67	Doniczkowe kulinaria	99
Planowanie się oplota	69	Rarytasy i miniatury	100
Łączenie murków z zabudowaniami	69	Letnia kuchnia	103
		Zioła z letniej kuchni	105
Zielony i inne kolory	71	Plecy to lubią	106
Rośliny ożywiają ogród	72	Trwałe wypełnienie	107
Dobry wybór	72	Orzeźwiająca woda	110
Drzewa i krzewy	74	Woda według Kneippa	110
Łatwość uprawy	74	Na każdą porę roku	112
Wybór soliterów	77		
Żywopłot nieformowany	78	Aneksy	115
Żywopłoty strzyżone i zielone		Kwestionariusz	116
ogrodzenia	80	Sprawdzone pomoce w pracy	
Niski żywopłot	80	w ogrodzie	119
Obrośnięte płoty	81	Zdjęcia	122
Umiejętny wybór	84	O autorce	123
Granice rabaty	84		
Zamiast bylin	87		
Zielone płaszczyzny	89		
Trawnik czy łąka?	89		
Blisko natury	90		
Pachnące kobierce	91		



▲ Cóż może być piękniejszego od dnia spędzonego z wnukami we własnym ogrodzie.

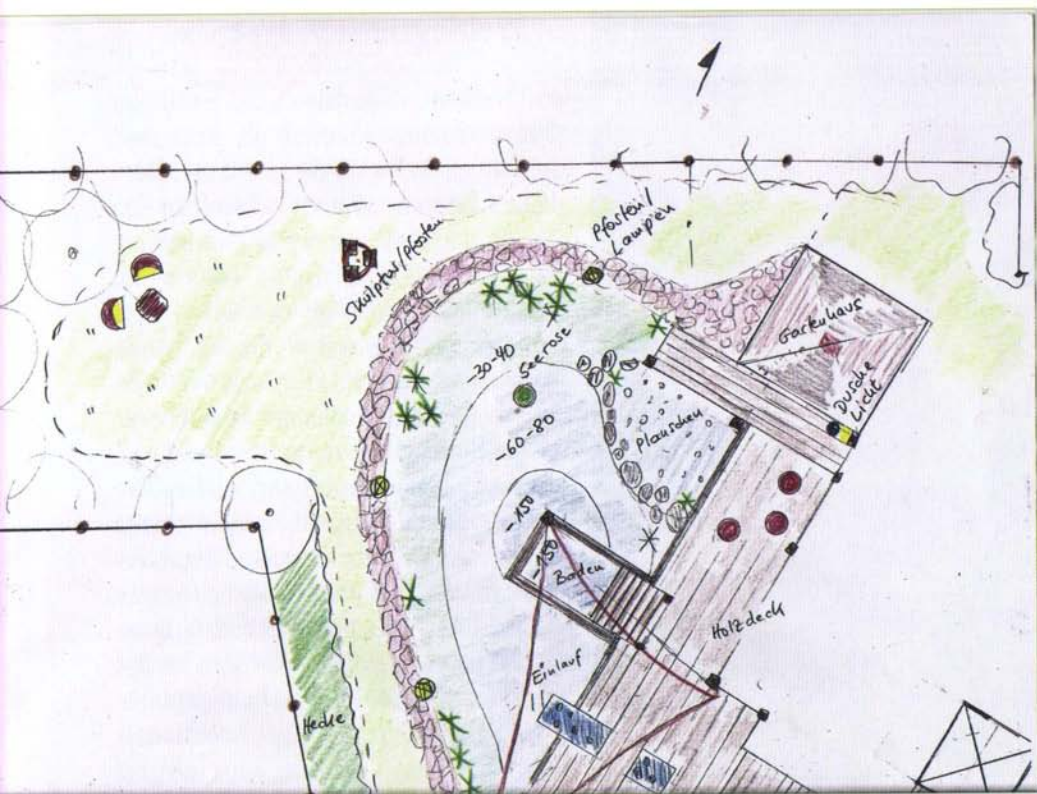
Ale jak przypomnieć sobie dawno porzucone marzenia? Trzeba usiąść wygodnie, zamknąć oczy i spróbować zobaczyć wyśniony ogród. Może to być ogród babci z dzieciństwa, ogród na jakimś obrazie bądź fotografii. Ważne są nie tylko wrażenia optyczne, jak kształty, barwy i światło, lecz także dźwięki, zapachy. Trzeba wyobrazić sobie ten ogród o różnych porach roku i to, co się w nim robi. Czy się odpoczywa, czy pracuje?

Czy obserwujesz ogród, siedząc wygodnie, czy przechadzając się? Uprawiasz owoce i warzywa, czy raczej rośliny wymagające więcej pracy? Kochasz przyrodę i lubisz obserwować zwierzęta?



W drodze do wyśnionego ogrodu

- › Jakie zajęcia w ogrodzie lubisz najbardziej?
- › Gdzie przebywasz najchętniej?
- › Gdzie jest twoje ulubione miejsce?
- › O jakiej porze dnia/roku przebywasz w ogrodzie najchętniej?
- › Kiedy i jak często szukasz słońca, a kiedy i jak często cienia?
- › W jaki sposób odpoczywasz najlepiej?
- › Co chcesz przeżyć w ogrodzie?
- › Czy jesteś człowiekiem towarzyskim, czy niekoniecznie?
- › Ile osób będzie korzystać z ogrodu?
- › Czy chcesz urządzić część ogrodu dla wnuków?
- › Czy pewne części ogrodu mają być rezerwowane dla domowych zwierząt?
- › Co chciałeś od dawna zrealizować w ogrodzie?
- › Jaki typ krajobrazu ma ci twój ogród przypominać?



Następny krok to naniesienie na rysunek tych części ogrodu, które mają pozostać niezmienione. Obiektów, które z całą pewnością chcesz usunąć, nie trzeba zaznaczać. Natomiast przyda się lista z wymiarami i masą przeznaczonych do rozbiórki elementów – podobnie jak harmonogram prac – choćby dla obliczenia wiążących się z tym kosztów.

Otoczenie

Płaską działkę można obmierzyć samemu oraz zachowując skalę, wrysować w plan budowlany i wartości pozostałości elementów składowych ogrodu, jak ścieżki, placiki, duże krzewy. Ważne

▲ Plan nie musi być perfekcyjny, ważna jest skala, zwłaszcza przy dużych przedsięwzięciach.

są również sąsiednie budynki, duże drzewa i wysokie żywopłoty, o ile mają wpływ na twoją posesję. Oczywiście uwzględnij też ładne widoki i kierunki świata; zanotuj to na marginesie planu. Im będzie dokładniejszy i bardziej poglądowy, tym lepiej nada się do dalszego, szczegółowego planowania – zimą, w ciepłym pokoju, gdy nie chce się wyjść z domu.

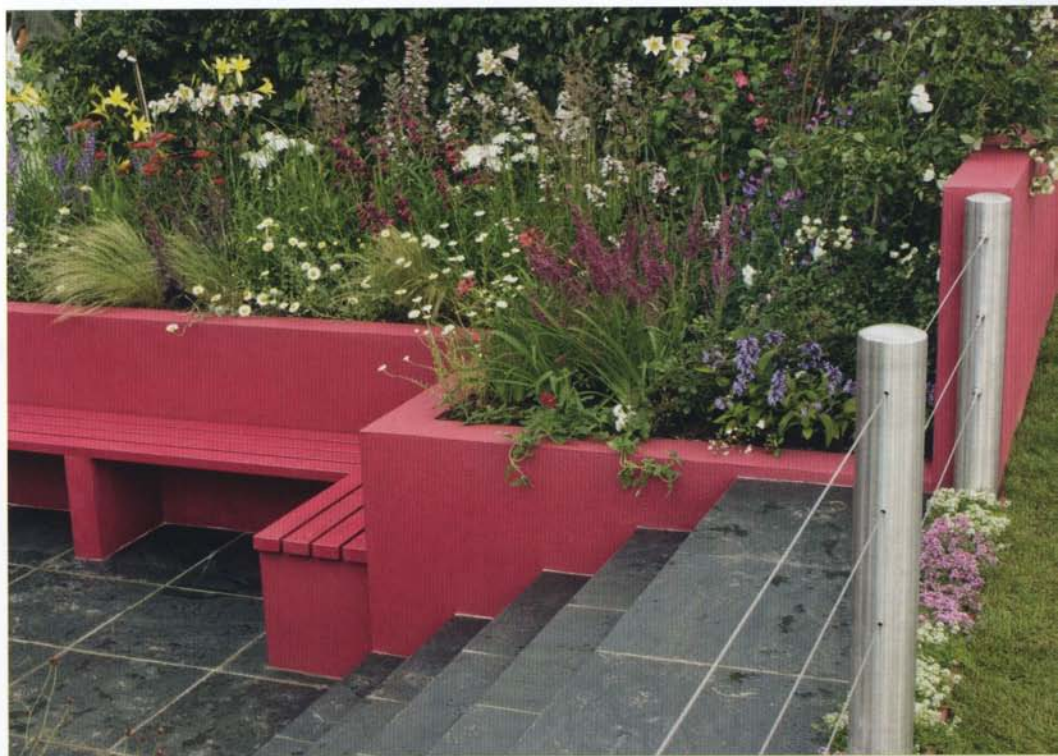
Skarpy i nasypy

Ogród dla seniorów i ludzi z ograniczoną zdolnością ruchową powinien w miarę możliwości być na jednym poziomie. Ale wiele działek, zwłaszcza z pięknymi widokami, znajduje się na stoku. W takiej sytuacji nie da się uniknąć różnicy wysokości. Tym ważniejsza jest, dla młodszych i starszych, możliwość łatwego jej pokonywania. Dzięki dobrze przemyślanej koncepcji budowniczych, architektów i ogrodników wiele różnic w poziomach dałoby się jednak ukształtować bardziej przyjaźnie dla seniorów. Obecnie budowanie mieszkań bez barier jest już

oczywiste; niestety, urządzenie ogrodów bez barier nie zyskało jeszcze popularności.

Kiedy w młodym wieku kupujemy działkę na stoku, dobrze by było dokładnie przemyśleć, czy nie lepiej już teraz wziąć pod uwagę późniejsze potrzeby i ograniczenia, zanim przyjdzie konieczność przebudowy.

Skarpy można wykorzystać na podwyższone rabaty z zacisznymi kącikami wypoczynkowymi. ▼



Następnie uzupełnić rabatę dojrzałym kompostem i zacząć cykl od początku. Tę formę uprawy zaleca się prowadzić jednocześnie na kilku rabatach, żeby w ciągu jednego roku uprawiać równocześnie wszystkie trzy rodzaje roślin i mieć gdzie przesadzić wyhodowane sadzonki.

Wysoką rabatę można oprzeć o nasłonecznioną ścianę domu lub garażu. Dla ochrony fasady między ścianę



a skrzynię trzeba wstawić nieprzepuszczalną płytę z polistyrenu. Wodę do podlewania można odprowadzić z domu rurą drenażową.

Jeśli działka jest na zboczu, można rabaty zaplanować w formie tarasów-schodków. Będą to podwyższone rabaty głębokości roboczej ok. 60 cm, ustawione jak schodki, ze ścieżką przed kolejną kondygnacją szerokości co najmniej 40 cm (patrz też s. 68). Przy większych połączach tarasowych z biegnącymi obok schodkami trzeba również przewidzieć podjazd dla taczki (80–100 cm szerokości).



Bez ślimaków

Podwyższone rabaty są tylko wtedy naprawdę wolne od ślimaków, kiedy te nie mają się po czym wspinać, a więc pędy nie zwisają i podstawa skrzyni nie jest zarośnięta. Jaja ślimaków przynosi się też na rabatę razem z własnym kompostem, kupny jest od nich wolny. Ślimaki mogą się w ciągu dnia chować w szparach i tam składać jaja. Niemniej jednak na podwyższonej rabacie znacznie łatwiej je odkryć niż na ziemi.

◀ Podwyższone rabaty, przykrywane jak inspekt, znacznie wydłużają sezon ogrodowy.



- » Ułatwienia w ogrodowej pracy
- » Przestronne ścieżki
- » Wygodne meble
- » Ochrona przed słońcem
- » Skarpy i nasypy
- » Drzewa i krzewy
- » Żywopłot



ISBN 978-83-11-13606-9



9 788311 136069 >
www.ksiegarnia.bellona.pl