Odmieniony!

Ponad 200 nowych porad i inspiracji

Mam Ogród

9/2026 WRZESIEŃ
Cena: 7,99 zł (w tym 8% VAT)

Szczęśliwe chwile wśród roślin



Barwne trawy
szumią, tańczą
i cudownie relaksują

Testujemy impregnaty do kostki
Częste mity o cięciu przed jesienią
Lifehacki ogrodnika: tak zaoszczędzisz czas!
Zielone pogotowie: jak pozbyć się grzybów



Śliwki & bakłażany
Żegnamy lato pysznymi darami natury

Dalie
Nie wymagają wiele, by pięknie kwitnąć aż do przymrozków



TO JEST HIT!

Aranżujemy ogród
w stylu japońskim

EKSTRA! Kalendarz, który pomoże zaplanować pracę we wrześniu

ISSN 2353-3579 INDEKS 400394 09
9 772353 357605

Numer w sprzedaży do:
15.09.2026

BOSCH

Technologia bliżej nas



ROTAK18V2-38

Works **LikeABosch**

Jeden naładowany do pełna akumulator. Trawniki o powierzchni do 500 m².*

Więcej informacji na stronie:
www.bosch-diy.com/pl/pl

*Przetestowano z 2 nowymi akumulatorami PBA 4.0 Ah, w pełni naładowanymi, sucha trawa, wysokość koszenia 1,5 cm.



Mam Ogród

Spis treści

Witamy wrzesień!
4-5 Lato żegna nas radośnie i ze smakiem
6-11 Kalendarz prac na cały miesiąc
18-19 Szczęście pośród winorośli
52-53 Dokąd tupta nocą jeż?

Temat numeru
12-15 Falujące na wietrze pióropusze

Gwiazda miesiąca
20-22 Jeżówki przejmują ogród

Nasze inspiracje
24-26 Natura w rytmie zen
28-29 Prawdziwe piękno wymaga czasu
30-31 Lato z wrzosami odchodzi
32-33 Daj się uwieść daliom

Prawda czy mit
34-35 Uwaga, cięcie!

Zaprojektuj z nami ogród
36-37 Zakładamy rabatę idealną dla wrześniowych zapylaczy

Przyjemność smakowania
38-43 Fioletowo, śliwkowo, bakłażanowo!

Praktycznie i z pomysłem
44-45 Nalewki wspierają zdrowie
46-47 Lifehacki ogrodnika
48-51 Zielone pogotowie
54-55 Listy do ekspertów

Testujemy dla Was
56 Impregnaty do kostki

Przyjemny czas zbiorów i… mądrych decyzji

We wrześniu dużo się dzieje! Jeszcze ciepło, a już widać, że ogród zmienia tempo. To idealny moment, żeby zebrać, uporządkować i zaplanować – bez pośpiechu, ale konsekwentnie. Mam nadzieję, że zadanie ułatwi Wam nasz kalendarz prac na cały miesiąc. Dużo miejsca w tym numerze poświęcamy też roślinom, dzięki którym koniec lata jest tak malowniczy: zachwycającym trawom, jeżówkom, wrzosom i daliom. A że wrzesień smakuje najlepiej, dorzucamy śliwkowo-bakłażanowe inspiracje kulinarne oraz pomysły na wzmacniające nalewki. Życzę Wam przyjemnej lektury i słonecznego września!

Elżbieta Bożek
redaktor zarządzająca

„Zbieraj plony z wdzięcznością i bez pośpiechu, bo ogród najlepiej rodzi tam, gdzie gospodarz umie docenić, co już wyrosło."

Zaczerpnięte z mądrości ludowych

DLACZEGO WARTO PRENUMEROWAĆ MAM OGRÓD?

- Masz gwarancję stałej ceny magazynu.
- Czasopismo dostarczymy wprost do Twojego domu.
- Przesyłka listem ekonomicznym na terenie kraju jest DARMOWA!
- Nie zwlekaj, złóż zamówienie już teraz! Zadzwoń pod numer 67 210 86 05.

WYDANIE ELEKTRONICZNE

Nasz magazyn dostępny jest również w wersji elektronicznej – do czytania na smartfonach, komputerach i tabletach. Wszystko po to, aby mogli go Państwo zdobyć łatwo, szybko i przede wszystkim bezpiecznie. Po e-wydanie zapraszamy na stronę www.czytelnia.pl.

Adres
ul. Motorowa 1
04-035 Warszawa

Kontakt
ogrody@bauer.pl

Facebook
www.facebook.com/mam.ogrod

Prenumerata
tel. 67 210 86 05
67 354 16 05

Fot.: Adobe Stock

Lato żegna nas radośnie *i ze smakiem*



Gdzieś pomiędzy upalnym, wakacyjnym słońcem a złocistymi, jesiennymi liśćmi skrywa się wrześniowa magia… Szukaj jej w sadzie, warzywniku i na rabatach!



Czas spojrzeć z dumą na efekty swojej pracy. Widok zdrowych, obfitych plonów daje olbrzymią satysfakcję i motywację na kolejne lata.

Pogoda w czasie wakacji niejednokrotnie przywoływała na myśl jesień, by zaraz potem uraczyć nas tropikalną aurą. Nadchodzący miesiąc jest jeszcze białą, niezapisaną kartką. Zrób wszystko, by zapamiętać go na długo!

Natury nie oszukasz

Za sprawą dojrzewających plonów ogród wciąż jeszcze emanuje nagromadzonym ciepłem, lecz nie da się ukryć, że dni stają się krótsze, poranki przynoszą chłodniejszy powiew powietrza i delikatne mgły. **Letni gwar powoli ustępuje miejsca spokojniejszemu rytmowi.** To czas, który sprzyja refleksji oraz myśleniu o czekających nas zimniejszych miesiącach – ale warto wykorzystać go na uważne czerpanie radości z codziennych chwil.

Sztafeta w sadzie

Choć nasze myśli uciekają już w kierunku sadzenia nowych drzewek i krzewów, warto skupić się na tych, które uginają się pod ciężarem dojrzewających owoców. Tyle na nie czekaliśmy! **W sadach pysznią się jeszcze późne brzoskwinie, a w jagodnikach – borówki amerykańskie.** Zbieraj jabłka, gruszki i śliwki, późne maliny, jeżyny oraz winogrona.

Nic się nie zmarnuje

Obserwuj owoce, zwracając uwagę na ich miękkość i wybarwienie skórki. Pamiętaj jednak, że **gruszki i niektóre jabłka powinny poleżeć po zbiorze**, by w pełni dojrzeć. Owoce zrywaj w suchy dzień, ostrożnie odkładając je do skrzynek, by uniknąć uszkodzeń. Część z nich warto przechować w spiżarni oraz przeznaczyć na przetwory. Ale życie najlepiej smakuje tu i teraz! Dlatego ciesz się słodkością i soczystością świeżo zebranych plonów.

Fot.: Adobe Stock

Kalendarz księżycowy 2026

IX

Twój planer na wrzesień

Ogród powoli przygotowuje się do jesieni – ale ziemia wciąż jeszcze jest rozgrzana letnim słońcem.

Zanim zetniesz grona w pełni dojrzałych owoców, sięgnij po sekator w nieco innym celu.

kiedy?		co?
1 WTOREK	od godz. 10:01 Księżyc w Byku	● Przygotuj przetwory. ● Sukcesywnie zbieraj bakłażany. ● Kończ sadzenie truskawek i poziomek.
2 ŚRODA	Księżyc w Byku	● Kończ zbiory warzyw ciepłolubnych, takich jak pomidory, dynie, arbuzy, melony. ● Sprawdź opaski na pniach drzew, które były założone w lipcu i w sierpniu.
3 CZWARTEK	od godz. 13:47 Księżyc w Bliźniętach	● Usuń pozostałości po uprawie ogórków gruntowych czy fasoli. Odchwaść, przekop i spulchnij glebę. ● Uporządkuj wrzosowisko, uzupełnij braki w korze.
4 PIĄTEK	Księżyc w Bliźniętach	● Posadź powojniki i inne rośliny pnące. ● Zadbaj o murawę – zgrab opadłe liście i skoś trawę. ● Usuń przekwitłe kwiatostany.
5 SOBOTA	od godz. 16:30 Księżyc w Raku	● Wciąż nawoź jednoroczne rośliny ozdobne: begonie, szałwie, żeniszki. ● Zetnij i ususz rośliny na bukiety. ● Uporządkuj skalniak. Podziel zbyt rozrośnięte kępy roślin.
6 NIEDZIELA	Księżyc w Raku	● Wykonaj ostatni oprysk trawników przeciwko chwastom dwuliściennym. ● Opryskaj modrzewie i daglezje przeciwko krobikowi modrzewiowcowi.
7 PONIEDZIAŁEK	od godz. 18:49 Księżyc w Lwie	● Sprawdź stan narzędzi. Systematycznie myj je mydłem ogrodniczym. ● Zabezpiecz meble ogrodowe – polakieruj je lub zabejcuj. ● Wysiej rzodkiewkę do tuneli, inspektów lub szklarni na zbiór listopadowy.
8 WTOREK	Księżyc w Lwie	● W dalszym ciągu rób przetwory z zebranych owoców i warzyw. ● Zbieraj i susz zioła. ● Zbierz kapustę do kiszenia. ● Posadź winorośle i krzewy jagodowe.
9 ŚRODA	od godz. 21:35 Księżyc w Pannie	● Zbierz dojrzałe owoce na soki, konfitury oraz wina. ● W razie potrzeby przytnij późne odmiany jabłoni czy gruszy. ● Zbierz groch, soję i bób.
10 CZWARTEK	Księżyc w Pannie	● Przełóż pryzmę kompostową, wciąż dokładając chwasty, które nie wytworzyły nasion, oraz połamane, rozdrobnione, opadłe liście brzozy, klonu czy lipy. ● Zbierz orzechy włoskie.

Cięcie dla obfitych zbiorów

Aby pomóc winoroślom wykształcić dużo pysznych owoców, przeprowadź ostatnie cięcie, które przyspieszy dojrzewanie. **Skróć przerośnięte pędy do kilku listków za wykształconymi gronami.** Dzięki temu roślina skieruje całą energię na owoce, a do tego będzie wyglądać schludniej. **Oberwij też niektóre liście wokół gron**, by mogło do nich dotrzeć więcej słońca, które pobudzi dojrzewanie. Usprawni to także cyrkulację powietrza, zapobiegając chorobom, ponieważ owoce będą szybciej wysychać po tym, jak w chłodne poranki osadzi się na nich zbyt dużo wilgoci.

Legenda do kalendarza księżycowego: Rośliny owocowe; Rośliny liściowe; Rośliny korzeniowe; Rośliny kwiatowe; Fazy Księżyca: uwzględniono pełnię, nów oraz pierwszą i trzecią kwadrę



Jesienne nawożenie

Gdy nadchodzi koniec sezonu, większość gatunków przechodzi w okres spoczynku. Aby w dobrej kondycji przetrwały do kolejnego roku, warto stosować nawozy przeznaczone do jesiennego nawożenia. **Istotne jest to nie tylko w przypadku trawników i roślin iglastych, ale także okazów, które przenosimy z ogrodu do pomieszczeń.** Należą do nich m.in. pelargonie rabatowe, które warto zasilić uniwersalnym, jesiennym nawozem zaraz po przeniesieniu. Takie odżywki zwiększają odporność roślin na przemarzanie i chronią przed skutkami niedoboru światła dziennego.

Gęste zielone ogrodzenie



Zanim weźmiesz się do pracy, **sprawdź, czy w krzewach nie gniazdują ptaki**. Pod żywopłotem rozłóż plandekę, dzięki której szybciej uprzątniesz odcięte części roślin. Do strzyżenia krzewów o dużych liściach lepiej używać ręcznych nożyc, które zapewniają staranniejsze cięcia. Narzędzia elektryczne podrą liście, co nie tylko będzie wyglądało nieestetycznie, ale może też zaszkodzić krzewom. Rośliny ścinaj pod kątem – **jeśli na dole będą nieco szersze niż na górze, promienie słońca będą miały dostęp do całych koron**, pobudzając wzrost wszystkich partii żywopłotu.

Nowe krzewy

Rośliny w pojemnikach można sadzić niemal przez cały rok – ale warto to zrobić właśnie teraz.



1 Zimą ziemia może być zamarznięta, zaś latem krzewy będę wymagać wzmożonej uwagi ze względu na upały. **Uprawę najlepiej więc rozpocząć wiosną lub jesienią**, wykopując szeroki i głęboki dół, w którym swobodnie zmieszczą się korzenie.



2 Jeśli gleba na rabacie nie jest dość żyzna, **warto wykopać więcej ziemi, by przed posadzeniem krzewu wymieszać ją z kompostem**. Wyjmij roślinę z pojemnika, a następnie lekko rozluźnij bryłę korzeniową – to pobudzi korzenie do rozgałęzienia się w ziemi.



3 Bryłę korzeniową umieść w dołku i, utrzymując roślinę w pionie, przysypuj jej korzenie ziemią wymieszaną z kompostem. Po posadzeniu **nasada krzewu powinna znajdować się nad podłożem**. Całość delikatnie dociśnij, aby korzenie lepiej związały się z glebą.

Ściółka ma moc

Kompost, igliwie czy liście wyłożone wokół drzew, krzewów i nowo posadzonych bylin zabezpieczą korzenie przed nadciągającym mrozem. Ściółka dostarczy też roślinom składniki odżywcze, ochroni grządkę przed kiełkowaniem nowych chwastów, a w przypadku obfitych opadów osłoni ziemię przed wymywaniem. To także sposób na zatrzymanie wilgoci w glebie.

To dobry czas na dzielenie i przesadzanie wielu bylin, by zdążyły się ukorzenić przed nadejściem mrozów.

Fot.: BAUER; Pelargonium for Europe; Shutterstock (4)

Kalendarz księżycowy 2026

IX

kiedy?		co?
11 PIĄTEK	Księżyc w Pannie	● Przytnij pędy nieowocujących już letnich malin. ● Przenieś do domu lub pod osłony rośliny wrażliwe na chłód i wahania temperatury między dniem a nocą.
12 SOBOTA	od godz. 1:51 Księżyc w Wadze	● Uporządkuj i przekop grządki pod jesienne wysiewy i nasadzenia. ● Załóż nowe pryzmy kompostowe. ● Zbierz cebulę. ● Wysiej roszponkę, rukolę i koper.
13 NIEDZIELA	Księżyc w Wadze	● Posadź cebule przebiśniegów, krokusów i hiacyntów. ● Podziel byliny: bodziszki, barwinki, przetaczniki, bergenie. ● Posadź winorośl w nowym miejscu lub uzupełnij braki w istniejącej uprawie.
14 PONIEDZIAŁEK	od godz. 8:43 Księżyc w Skorpionie	● Zbierz nasiona kwiatów jednorocznych, np. cynii i aksamitek. Na wiosnę będą gotowe do wysiania ● Posadź nowe odmiany traw ozdobnych.
15 WTOREK	Księżyc w Skorpionie	● Zetnij przekwitłe kwiaty i suche pędy. ● Posadź rozchodniki, astry, rudbekie. ● Załóż wrzosowisko. ● Oczyść dno oczka wodnego z mułu zabierającego tlen zimującym rybom i zbierz opadłe liście z lustra wody.
16 ŚRODA	od godz. 18:40 Księżyc w Strzelcu	● Przeprowadź ogławianie brukselki. ● Wysiej szpinak oraz rośliny na zielony nawóz: łubin, gorczycę, seradelę.
17 CZWARTEK	Księżyc w Strzelcu	● Usmaż powidła lub zrób kompoty. ● Wokół drzewek sadowniczych rozłóż obornik, kompost albo korę. ● Wykonaj cięcie wiśni i czereśni. Skróć gałęzie oraz wytnij te uszkodzone i chore.
18 PIĄTEK	Księżyc w Strzelcu	● Przekopy pryzmę kompostową, podlej ją i podsyp wapnem. ● Zbierz owoce czarnego bzu i przygotuj z nich sok bogaty w witaminę C.
19 SOBOTA	od godz. 6:54 Księżyc w Koziorożcu	● Posadź drzewa owocowe oraz krzewy jagodowe. ● Po owocowaniu przeprowadź cięcie brzoskwini, moreli i śliw.
20 NIEDZIELA	Księżyc w Koziorożcu	● Posprzątaj piwnicę i inne miejsca służące do przechowywania owoców i warzyw. ● Możesz przystąpić do wykopywania ziemniaków.

Zdrowe uprawy bez chemii

Początek jesieni to dobry moment na stosowanie biologicznych środków do walki ze szkodnikami.

Niektóre nicienie ogrodowe stanowią zagrożenie dla upraw, lecz istnieją gatunki, które pomagają zwalczać larwy owadów żerujących w ziemi, a przy tym są bezpieczne dla roślin, ludzi, zwierząt domowych oraz dżdżownic czy zapylaczy. **Jedyne, co trzeba zrobić, to dodać proszek z pożytecznymi nicieniami do konewki wypełnionej wodą, a następnie podlać rośliny.** Te drobne stworzenia przemieszczają się w poszukiwaniu żywiciela, a gdy go znajdą i unieszkodliwią, namnażają się kolejne pokolenia nicieni, które poszukują następnych żywicieli (np. opuchlaków i pędraków).



Ozdób ogród roślinami alpejskimi



Do najbardziej niezawodnych gatunków należą m.in.: intensywnie niebieska goryczka jesienna, różowy zimowit jesienny, liliowy szafran okazały oraz kwitnący na różowo cyklamen bluszczolistny. **Okazy te nie lubią podmokłej ziemi.** Możesz ułożyć wokół nich jasne kamienie lub rozsypać porcję żwiru, który wydobędzie na pierwszy plan ich drobne kwiaty oraz stłumi chwasty. Rośliny z roku na rok będą się rozrastać.

Fot.: Shutterstock (4)



Pyszne główki prosto z grządki

Jeżeli w warzywniku wciąż jeszcze rosną letnie kapusty, najwyższy czas je zebrać. Jeśli okazy bardzo wyrosły, przez co mają grube łodygi, z pewnością przyda się ostry nóż. **Łodygę zetnij tuż nad ziemią, a pozostały w glebie kikut ponacinaj na krzyż na głębokość ok. 1 cm.** W ten sposób pobudzisz roślinę do wykształcenia kolejnych główek, które zbierzesz jesienią. Nie urosną już tak okazałe jak warzywa rozwijające się w letnim słońcu, ale będą równie smaczne.

Powrót do domu

Czas wnieść z powrotem do mieszkania rośliny, które na okres wakacyjny zostały wystawione na zewnątrz. Warto to zrobić, zanim się ochłodzi lub stanie się bardziej wilgotno. Dokładnie przyjrzyj się wszystkim okazom w poszukiwaniu szkodników, uszkodzeń lub chwastów w podłożu i przetrzyj ich liście.

Więcej roślin płożących



Werbena, bakopa, kocanka i inne tego typu gatunki rosnące w wiszących koszach to delikatne byliny, których sadzonki dobrze się ukorzeniają. **Wystarczy pobrać wierzchołki pędów** (5 cm), usunąć niżej położone liście i umieścić roślinki w doniczkach z ziemią.

REKLAMA



Kalendarz księżycowy 2026

IX

kiedy?		co?
21 PONIEDZIAŁEK	od godz. 19:14 Księżyc w Wodniku	● Wygrab trawnik i zastosuj nawóz jesienny. ● Wyczyść i zdezynfekuj wszystkie skrzynki oraz kosze służące do przechowywania zimowych zapasów.
22 WTOREK	Księżyc w Wodniku	● Posadź kwiaty cebulowe. ● Wykop mieczyki. ● Wysiej nowe trawniki lub uzupełnij braki w murawie.
23 ŚRODA	Księżyc w Wodniku	● Przesadź lilie rosnące kilka lat w tym samym miejscu. ● Umieść w gruncie rozsady ozdobnych roślin dwuletnich: orlików, niezapominajek, bratków, chabrów, goździków. ● Posadź żywopłot.
24 CZWARTEK	od godz. 5:23 Księżyc w Rybach	● Wysiej nasiona roślin odpornych na chłód, np.: gipsówki, ubiorka, smagliczki, ostróżki. ● Możesz przenieść w inne miejsce iglaki. Pamiętaj tylko, by wykopywać je z dużym zapasem wokół korzeni.
25 PIĄTEK	Księżyc w Rybach	● Przygotuj sadzonki z wierzchołków pędów. ● Posadź czosnek na wcześniej przygotowanych grządkach.
26 SOBOTA	od godz. 12:23 Księżyc w Baranie	● Wysiej gorczycę na zielony nawóz. ● Posadź zimową dymkę i czosnek. ● Przeprowadź wapnowanie podłoża w warzywniku i sadzie oraz na rabatach i trawnikach.
27 NIEDZIELA	Księżyc w Baranie	● Rozpocznij zbiory jesiennych i wczesnozimowych jabłek. ● Skoś trawnik, zostawiając dłuższe źdźbła niż latem.
28 PONIEDZIAŁEK	od godz. 16:40 Księżyc w Byku	● Zdejmij z drzew owocowych opaski i pułapki lepowe. ● Na rabatach bylinowych zastosuj nawóz jesienny o większej zawartości fosforu i potasu, by zmniejszyć ryzyko przemarznięcia roślin.
29 WTOREK	Księżyc w Byku	● Wykopane karpy, kłącza i cebule roślin ozdobnych dosusz w ciepłym miejscu. ● Rozpocznij sadzenie róż z odkrytym systemem korzeniowym. ● Wyściółkuj glebę przy drzewkach owocowych.
30 ŚRODA	od godz. 16:26 Księżyc w Bliźniętach	● Zacznij zbiór warzyw korzeniowych. ● Usuń pozostałe na drzewach resztki owoców, porażone liście i pędy.

Łatwe rozmnażanie

Tegoroczne pędy kwitnących latem krzewuszek czy jaśminowców to świetne, zupełnie darmowe sadzonki!



1 Przygotowując się na zimowe miesiące, **łodygi krzewów zaczynają twardnieć, a giętkie, młode, zielone pędy brązowieją, stają się zdrewniałe i sztywnieją**. To idealny moment na pobranie tzw. sadzonek półzdrewniałych.



2 **Wybierz zdrowe pędy boczne zdrewniałe przy podstawie i zielone na górze.** Zetnij je ostrym narzędziem tak, by pobrane fragmenty roślin miały co najmniej 10 cm. Usuń niżej położone liście oraz miękki wierzchołek wzrostu, zostawiając 3-4 pary liści.



3 Końcówki sadzonek zanurz w ukorzeniaczu i wsadź do doniczki wypełnionej ziemią wymieszaną z perlitem. **Rośliny umieść na widnym parapecie lub w szklarni i obficie podlej.** Upewnij się, że liście poszczególnych sadzonek nie stykają się ze sobą. Do gruntu wysadzamy wiosną.

Jak przyspieszyć zbiory?



Podlewanie pomidorów można już ograniczyć do kilku razy w tygodniu, lecz **do wody warto dodawać odżywkę z dużą ilością potasu**, który pobudzi proces ich dojrzewania. Owocom trzeba też zapewnić odpowiednią cyrkulację powietrza, dlatego **za dnia wietrz szklarnie czy tunele, ale w nocy zamykaj je**, by zatrzymać wewnątrz trochę ciepła. Gdy pomidory osiągną pożądane rozmiary, **usuń górne liście, delikatnie obrywając je z łodygi głównej**. Jeśli jednak kiście jeszcze pęcznieją, warto zostawić kilka zielonych listków, by ściągały wodę i składniki odżywcze w górę krzaczka.

Fot.: BAUER (4); Shutterstock (2)



By róże pnące pięknie kwitły

Po zakończeniu głównego kwitnienia rośliny te wymagają przycięcia. **W przypadku dużych pnączy** ze sporą ilością dodatkowych, świeżych pędów usuń stare gałęzie, które już kwitły, i w ich miejsce podwiąż młode łodygi. **U młodszych roślin** wymagających formowania przeprowadź cięcie nadające kształt, usuwając martwe, zniszczone lub porażone pędy i podwiązując młode gałęzie w formie wachlarza.

Jeśli na trawniku pojawiły się ubytki po bytowaniu szkodników lub wypalone przez słońce plamy, warto już teraz wykonać dosiewkę.

Bakłażany pod kontrolą



Nadają się do zbioru, gdy osiągną ok. 15 cm długości i staną się lśniące. **Nie muszą być w pełni dojrzałe, ale ważne, by były dość miękkie.** Jeśli ich fioletowa skórka zmatowieje, miąższ utraci swe walory – będzie mniej delikatny i soczysty.

Smakowite pory

Przeprowadzone na początku września ostatnie nawożenie wzmocni ich wzrost, gdy warunki do rozwoju są jeszcze sprzyjające. Sięgnij po odżywkę uniwersalną, zawierającą zrównoważone ilości azotu, fosforu i potasu, które pobudzą ogólny wzrost i rozwój warzyw gotowych do zbioru w okresie zimowym.

REKLAMA

STOP reumatycznym bólom stawów

REUMA BLOK AKUT FORTE

Ból stawów od czasu do czasu dokucza każdemu. Jeśli jednak odczuwasz go podczas codziennych czynności, nie możesz rano wstać z łóżka lub masz ograniczenia w uprawianiu sportu, jest to znak ostrzegawczy poważniejszego problemu, którego nie należy bagatelizować.

- Zmniejsz reumatyczne bóle stawów dzięki **REUMABLOK® AKUT FORTE**, maści zawierającej borowinę, czyli torf leczniczy, który jest jednym ze sprawdzonych środków na bóle stawów, mrowienie i drętwienie.
- Dodatkowo zawarte naturalne ekstrakty z żywokostu, tarczycy bajkalskiej, rozmarynu i bazylii aktywują naturalne mechanizmy przeciwzapalne, łagodzą obrzęki oraz wspomagają regenerację stawów, a regularny masaż maścią rozluźnia zesztywniałe stawy i poprawia ich ruchomość.
- Ten wyrób medyczny jest skuteczny zarówno w przypadku reumatycznych bólów stawów, jak i w chorobach wyrodnieniowych stawów oraz w przypadku ich przeciążenia.



Producent: Simply You Pharmaceuticals a.s.
Podmiot odpowiedzialny za reklamę: Simply You Poland sp. z o.o.

SimplyYou Poland

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.



Długie, wygięte źdźbła zwieńczone lekkimi kwiatostanami mogą cieszyć nie tylko nasze oczy, ale także uszy! Poruszane przez wiatr, wydają delikatne dźwięki, które pomagają się zrelaksować. Warto zatem sadzić je przy kąciku wypoczynkowym czy tarasie.

Falujące na wietrze *pióropusze*

Ogród wypełniony trawami ozdobnymi ma w sobie coś magicznego. Nic tak jak one nie potrafi budować jesiennego nastroju – ale świetnie prezentują się też z letnimi kwiatami!

Trawy przyjmują rozmaite kształty i rozmiary: od małych kępek aż po duże formy, przypominające rozłożyste krzewy.

Damy pełne gracji

Ich liście mogą być cieniutkie niczym włosy albo bujne i szerokie. Jedne są jaskrawozielone, niektóre stalowoniebieskie, a jeszcze inne żółte, brązowe czy czerwone. Ale strzeliste źdźbła to nie wszystko! Uwagę przyciągają też delikatne pędy kwiatowe o przeróżnych kształtach i kolorach.

Kiedy zacząć uprawę?

Najlepszą porą na sadzenie traw jest wiosna, lecz okazy sprzedawane w doniczkach można umieszczać w gruncie także jesienią. Warto jednak upewnić się, że są to gatunki wieloletnie i wystarczająco mrozoodporne.

Powiększanie kolekcji

Gdy z czasem kępy traw przestaną mieścić się w pojemniku lub zbyt zagęszczą się na rabatach, z łatwością można je podzielić (zabieg ten zwykle przeprowadza się wczesną wiosną co 4-5 lat). Należy okopać rośliny szpadlem, przecinając korzenie, po czym wyciągnąć je z ziemi. Małe okazy można rozerwać dłońmi, zaś duże najlepiej rozdzielić ostrym narzędziem.

Tajemnice bujnych kęp

- Trawy są zróżnicowaną grupą roślin. Poszczególne gatunki mogą mieć inne wymagania uprawowe, jednak większość z nich preferuje **lekką, przepuszczalną glebę** (co nie znaczy, że ubogą).
- Nieco większe wymagania mają ciepłolubne okazy, które potrzebują żyznego podłoża.
- Rośliny te źle znoszą przesuszenie. **Ziemia pod ich uprawę powinna być wilgotna**, najlepiej wzbogacona kompostem.
- Jeśli gleba w ogrodzie jest ciężka i gliniasta, **wymieszaj ją z dużą ilością żwiru i piasku**, starając się zrobić to na całej rabacie, a nie tylko w dołkach na sadzonki.
- Unikaj rozkładania wokół roślin kory czy drewnianych ścinek, gdyż podczas rozkładu wyciągają one z gleby azot, co wpływa negatywnie na rozwój traw.
- **Do gatunków lubiących słońce należą m.in.: rozplenica japońska i miskant chiński** oraz kostrzewa sina, owies wiecznie zielony i ostnica włosowata.
- **W cieniu dobrze radzą sobie turzyce**: włosista, biała, stożkowa i rzędowa oraz hakonechloa smukła, rajgas wyniosły, kosmatka, kostrzewa błoniasta czy prosownica rozpierzchła.



Efektowna, długo kwitnąca rozplenica japońska jest jedną z najchętniej uprawianych traw.



Zarówno miskanty karłowe, jak i te osiągające nawet 2,5 m kochają słońce i są odporne na mróz.

Właśnie rozpoczął się eteryczny spektakl, w którym główną rolę grają trawy ozdobne, późne kwiaty i spowite mgłą, złociste promienie słońca...



Trawnik otoczony… trawami? Jesteśmy na tak! Jeśli pozwolisz im swobodnie się rozrastać, ogród nabierze ciekawego, nieco dzikiego charakteru.



Większość gatunków preferuje stanowiska słoneczne, ale niektóre dobrze czują się w cieniu. Przykładem takiej trawy jest hakonechloa smukła 'Aureola'.



Wyjątkowo bajecznie wyglądają różowe odmiany trawy pampasowej.

Ich piękno ma wiele twarzy

- Wraz z końcem wakacji natura splata ze sobą ciepło słonecznych dni oraz pierwsze nieśmiałe pomruki jesieni.
- W ten charakterystyczny nastrój idealnie wpisuje się **letnie przyjęcie pod gołym niebem,** okraszone radosnymi, energetyzującymi słonecznikami i spokojnymi źdźbłami traw w wazonie.
- Ścięte **liście i kwiatostany traw można też wykorzystać we wnętrzach**, przygotowując oryginalne dekoracje z duszą.
- Świetnie prezentują się zarówno w barwnych bukietach, **w towarzystwie innych gatunków, jak i samodzielnie**, w postaci suszków w wazonie.
- Mimo niewątpliwego uroku tych roślin nie każdy decyduje się na ich uprawę, gdyż uchodzą za dość ekspansywne. Na szczęście **można sadzić je także w donicach**!
- W uprawie pojemnikowej najlepiej sprawdzają się gatunki o małym oraz średnim wzroście, jednak w odpowiednio dużych donicach urosną również odmiany, które osiągają naprawdę spore rozmiary.
- Pamiętaj, że pojemnik powinien być **co najmniej 2-3 razy większy niż bryła korzeniowa** sadzonki.



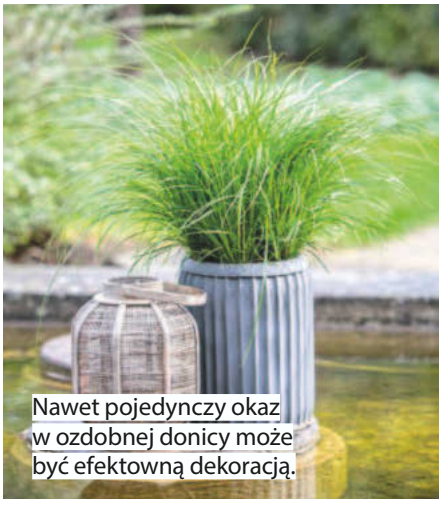
Trawiaste pióropusze nie potrzebują dodatkowej oprawy. Wystarczy włożyć je do wazonu, by otrzymać naturalną, a przy tym elegancką aranżację.



Suszone kwiatostany są trwałym sposobem na ocieplenie wnętrza.



Trawy świetnie sprawdzają się także w wiankach.



Nawet pojedynczy okaz w ozdobnej donicy może być efektowną dekoracją.



Gdy do kolorowych kwiatów dodasz owoce, np. dziurawca ozdobnego, bladoróżowe rozchodniki i wiechy prosa rózgowatego, otrzymasz kompozycję jak z najlepszej kwiaciarni!



Trawy sprawdzają się nie tylko jako dodatek do innych roślin – same mogą stworzyć lekki, stylowy bukiet.

Lekkie źdźbła i puszyste kwiatostany zachwycają zarówno na rabatach, jak i w donicach oraz w naturalnych domowych dekoracjach.

Dzięki temu będą wprawiać w zachwyt!

Nie potrzebują wiele

- Okazy rosnące w gruncie **zwykle radzą sobie bez podlewania** lub wymagają go rzadko, ale rośliny w pojemnikach potrzebują nawadniania.
- Większość traw w okresie wegetacji **można nawozić preparatem wieloskładnikowym**. Dobrze sprawdzają się też nawozy o przedłużonym działaniu.



Zanim nadejdzie zima

- Generalnie rośliny te **dobrze znoszą niskie temperatury**, ale gatunki takie jak trawa pampasowa czy rozplenica japońska wymagają zabezpieczenia warstwą suchych liści lub torfu.
- Aby zwiększyć odporność na mróz, zapobiec rozkładaniu się kęp i uchronić je przed nadmiarem wilgoci, **rośliny można związywać lub zaplatać**, np. w finezyjny warkocz.



W kolejnym roku

- Trawy niezimozielone po sezonie stają się mało atrakcyjne – suche, beżowe lub brązowe. W lutym i marcu, gdy wypuszczają młode przyrosty, należy więc **wyciąć ich zasuszone, martwe części**.
- W przypadku turzyc, owsic czy kostrzew, które przez całą zimę zachowują kolor, wystarczy **usunąć pożółkłe i zeschnięte fragmenty**.





Lato wita się z jesienią

- Strzeliste źdźbła i puchate kwiatostany traw same w sobie mają wiele uroku.
- **Można uprawiać je w pojedynkę** lub łączyć kępy o podobnej wielkości i kształcie, ale w innych kolorach, sadząc różne odmiany jednego gatunku, np. kostrzew. Jednak naszym zdaniem zdecydowanie warto uprawiać je w sąsiedztwie innych roślin.
- Dobrym towarzystwem dla nich są **byliny, którym można nadać kulisty pokrój, takie jak np. rozchodnik angielski**.
- Zwiewne kępy lubią też niewielkie iglaki, m.in. **świerki białe 'Conica', żywotniki zachodnie 'Jantar' i sosny górskie 'Winter Gold'** o ciekawych, żółtych igłach.
- Słoneczne, trawiaste zakątki warto ożywić **daliami, astrami, rudbekiami, jeżówkami czy wrzosami**.
- Trawy **doskonale sprawdzają się nie tylko jako tło dla innych, niższych gatunków**, ale także na obrzeżach rabat.
- W przypadku takiej aranżacji nie trzeba już wykańczać grządek kamieniami, drewnem czy kostką, ale barwne **źdźbła i kwiatostany pasują do każdego rodzaju nawierzchni**.



Turzyce, kostrzewy czy ostnice doskonale komponują się z kocimiętką, różami okrywowymi i werbeną patagońską.



Otocz się ich kojącym szumem i barwnymi kwiatami w stylowych donicach. Poranna kawa nigdzie nie będzie smakować lepiej!

Zwiewne pióropusze traw występują w bogatej palecie barw, ale warto komponować je z innymi kolorowymi roślinami.



Jednym z najbardziej zjawiskowych zestawień jest połączenie miskantów, rozplenic czy ostnic z okazałymi hortensjami bukietowymi.



Trawy warto sadzić na tle ścian i ogrodzeń oraz w formie żywopłotu.

Fot.: Adobe Stock (6); HBV KG; iVerde; materiały prasowe (3); materiały redakcyjne/AI (5); Shutterstock (4)



Zbadaj swój słuch *bezpłatnie*

BEZ skierowania!

Masz tak wiele do usłyszenia.

Śpiew ptaków o poranku, szum morza w sierpniu,
ciepły głos bliskiej osoby.

Zadbaj o swój słuch już dzisiaj i umów się na
bezpłatne badanie słuchu w Centrum Słuchu Audika.

Wybierz jeden z naszych **600 gabinetów** blisko Ciebie.

Infolinia: tel. 814 714 004
www.audika.pl

Audika

Szczęście pośród winorośli

Gdy sześć lat temu Ela szepnęła mężowi, że marzy o przydomowej winnicy, nie sądziła, że rzeczywistość przerośnie jej marzenia, a ich życie tak się zmieni.

Autor: Marta Osińska



Trudno się nie zakochać w takich widokach… Ela i Arek dzielą się nimi na stronie www.winnicatatar.pl oraz na Facebooku (Winnica Tatar) i na Instagramie (Radoszki99).

Elżbieta i Arkadiusz są małżeństwem od 33 lat. Poznali się w... izbie przyjęć, bo oboje są lekarzami.

– To była miłość od pierwszego wejrzenia. Spotkaliśmy się na nocnym dyżurze. Zmęczeni, niewyspani. Było wolne tylko jedno krzesło. Arek mi je podsunął i ten gest mnie zauroczył – wspomina Ela. Po dwóch miesiącach były zaręczyny, po roku ślub. A gdy ich syn, Jeremiasz, miał kilka lat, przeprowadzili się z Kutna do Warszawy.

Lata płynęły... Praca, kursy, pacjenci. Żyli w pośpiechu, często się mijając. Wytchnieniem były wakacje.

– Uwielbialiśmy zwiedzać południową Europę. Zachwycały nas winnice Toskanii, Prowansja, Bałkany. Wino ma w sobie coś magicznego, gdy pije się je w pięknej okolicy – tłumaczą. Gdy nadeszła pandemia dla nich – lekarzy był to szczególnie intensywny i stresujący czas, więc gdy tylko było można ruszyli w Polskę, by zregenerować siły. W okolicach Wrocławia zobaczyli winnice.

– Zachwyciły mnie tak, że zamarzyłam, by stworzyć namiastkę takiego miejsca przy domu – mówi Ela. Arkadiuszowi spodobał się ten pomysł. Zapisali się do Podkarpackiej Akademii Winiarstwa w Jaśle i co dwa tygodnie jeździli na zajęcia. Wszystkiego uczyli się od podstaw.

Rozum mówił – to za dużo, ale serce wiedziało swoje

Wtedy też pierwszy raz pojechali w Sandomierskie.

– Tak trafiliśmy do Radoszek z malowniczymi wąwozami, sadami – mówi Ela.

I kilkuhektarową winnicą na sprzedaż. Do tej pory myśleli o czymś malutkim, więc wrócili do Warszawy bijąc się z myślami, czy mogą i chcą wywrócić swoje życie do góry nogami. Ostatecznie tuż przed wigilią 2021 roku podpisali umowę w Radoszkach. Nowe siedlisko nazwali Winnicą Tatar. W tygodniu pracowali, a w weekendy jeździli pod Sandomierz. I... wszystko szło nie tak. W pracy byli zmęczeni, a winorośl nie rosła, jak powinna.

– Nawałnice, przymrozki, infekcje grzybicze... Trzeba wtedy działać szybko. My nie mieliśmy takiej możliwości – tłumaczą.

W 2023 roku na stałe osiedli w Radoszkach. Z medycyny nie zrezygnowali, lecz trochę ograniczyli. Do Warszawy dojeżdżają co kilka dni, a pozostały czas poświęcają winnicy. To procentuje!



Oni, doświadczeni lekarze, spędzają teraz mnóstwo czasu w polu, w kaloszach, na traktorze. Ale są szczęśliwi, bo robią to, co kochają.



Wrzesień to czas winobrania. Ich winogrona za chwilę trafią do tłoczni, gdzie zaczyna się proces wytwarzania wina.

Lata nauki i ciężka praca nie poszły na marne

W tym czasie ich syn skończył studia i też przeniósł się pod Sandomierz.

– Jeremiasz najpierw był sceptyczny. Ale dziś winnica to jego całe życie – uśmiecha się Arkadiusz.

Wkrótce stworzyli małą przydomową winiarnię, w której można spróbować i kupić ich wina.

– Gdy goście smakują nasze wino i zachwycają się urokami winnicy i pięknymi krajobrazami, jestem szczęśliwa! – mówi Elżbieta. – Marzę, aby zrobić tu agroturystykę.

W ich winnicy rosną klasyczne odmiany winogron – czerwone: pinot noir, zweigelt, merlot, oraz białe: chardonnay, seyval blanc. Syn, w swojej „Winnicy Jeremiasza", uprawia cabernet sauvignon.

Pierwsze swoje wina w butelkach sprzedali w 2024 roku. To była wielka radość! Stały w ich piwniczce, kupili je turyści... Byli zachwyceni.

– To był dla nas wielki sukces! Lata nauki i ciężka praca nie poszły na marne – Ela nie kryje satysfakcji.

W tym roku małżonkowie wystawią swoje wina na Święcie Młodego Wina w Sandomierzu.

– Czas, by opuściło nasze piwnice i cieszyło ludzi – podsumowują.

„Gdy goście smakują nasze wino i zachwycają się urokami winnicy i pięknymi krajobrazami, jestem szczęśliwa!"

Fot.: Marta Osińska/archiwum domowe (4)



Im więcej, tym lepiej

Nasiona zbiera się jesienią, gdy przekwitłe koszyczki stają się suche i brązowe. Te pobrane z odmian mieszanych nie zawsze powtarzają cechy rośliny matecznej.

Jeżówki przejmują ogród

Przez wiele tygodni zdobią rabaty efektownymi kwiatami, nie wymagając przy tym skomplikowanej pielęgnacji. To jedne z najbardziej urzekających bylin.

Jeżówki od lat cieszą się ogromną popularnością – i trudno się temu dziwić. **Kwitną długo, od połowy lata aż do jesieni, są odporne na niekorzystne warunki** i zachwycają bogactwem kolorów. Oprócz klasycznych odmian o różowych kwiatach można spotkać także jeżówki białe, żółte, pomarańczowe, czerwone, a nawet zielonkawe. Dzięki temu z łatwością można dopasować je do stylu i kolorystyki ogrodu.

Miejsce ma znaczenie

Najlepiej rosną na dobrze nasłonecznionych rabatach. Im więcej światła otrzymują, tym obficiej kwitną i tworzą bardziej zwarte, mocniejsze kępy. Choć po ukorzenieniu dobrze znoszą krótkotrwałą suszę, **młode rośliny warto regularnie podlewać**. Wiosną można zasilić je kompostem lub nawozem przeznaczonym dla roślin kwitnących, co pobudzi je do tworzenia nowych pąków.

Piękne w każdym wydaniu

Doskonale prezentują się zarówno w ogrodach naturalistycznych i wiejskich, jak i na nowoczesnych rabatach bylinowych. Można sadzić je pojedynczo lub w większych grupach, uzyskując efekt kolorowych plam widocznych z daleka. Dzięki temu dobrze sprawdzają się jako rośliny budujące strukturę rabaty i nadające jej wyraźny rytm przez cały sezon. Ale świetnie nadają się też do tworzenia tła dla niższych nasadzeń. **Ich sztywne pędy sprawiają, że nie pokładają się nawet podczas deszczu**, a kwiaty długo zachowują atrakcyjny wygląd. Dodatkowym atutem jest to, że jeżówki przyciągają pszczoły, motyle i inne owady.

By żyły długo i szczęśliwie

Zadbaj o to, by kwitnienie trwało aż do końca września, systematycznie usuwając przekwitłe kwiaty. Część z nich dobrze jednak zostawić na zimę – stanowią uroczą dekorację, a ich nasiona są cennym pokarmem dla ptaków. W efekcie ogród z jeżówkami nie traci charakteru nawet po sezonie. Co więcej, rośliny te **dobrze znoszą mrozy i w większości regionów kraju z powodzeniem mogą zimować bez okrycia**. Zaschnięte pędy dodatkowo chronią karpy przed chłodem.

Ozdobne kwiaty, które mają ukrytą moc

Ekstrakt z jeżówki wykorzystuje się jako środek wzmacniający naturalną odporność organizmu.



- **Do przygotowania naparu wykorzystuje się suszone kwiaty i liście.** Jedną łyżeczkę suszu zalej szklanką gorącej wody i zostaw pod przykryciem na 15 minut. Po przecedzeniu pij 1-2 razy dziennie.
- Warto też stosować nalewkę, zwłaszcza w okresie jesienno-zimowym. **Korzenie zalej alkoholem o mocy 40-50%.** Mieszankę odstaw na kilka tygodni w ciemne miejsce, po czym przefiltruj. Pij ½ łyżeczki 2 razy dziennie przez 10 dni. Zrób 7 dni przerwy i powtórz kurację.



Jeżówka 'Double Decker' ma podwójne kwiaty, jakby płatki były na dwóch poziomach.



Kwiaty seledynowokremowej odmiany 'Coconut Lime' wyglądają jak otoczone płatkami pompony.



Jeżówka 'Green Twister' wyróżnia się nietypowym, dwukolorowym wybarwieniem.



'Mellow Yellow' to odmiana o dużych kwiatach w różnych odcieniach żółci.



Jeżówki nie lubią ciężkiej, podmokłej gleby i częstego przesadzania – najlepiej rosną, gdy przez kilka lat pozostają w tym samym miejscu.

Są wyjątkowo wdzięczne w aranżacji przestrzeni ogrodowej. Dobrze komponują się z trawami ozdobnymi, kwiatami jednorocznymi i bylinami. Nie tracą uroku i w bukietach!



Dobrym sąsiedztwem są dla nich liliowce, rudbekie, kocimiętki, szałwie i przetaczniki.



Podlewaj je rano lub wieczorem, unikając moczenia liści.

Uprawa w pigułce

Nie są wymagające, ale im więcej o nich wiesz, tym łatwiej je pielęgnować. Poznaj ich potrzeby, by uniknąć typowych błędów i zapewnić im obfite, długotrwałe kwitnienie.

✓ **Stanowisko: pełne słońce.** W półcieniu kwitnienie jest słabsze, a pędy mogą się nadmiernie wyciągać.

✓ **Gleba: żyzna, przepuszczalna, umiarkowanie wilgotna.** Jeżówki źle znoszą podmokłe podłoże, w którym łatwo dochodzi do gnicia korzeni. Dobrze reagują na glebę wzbogaconą kompostem.

✓ **Podlewanie: regularne po posadzeniu, później tylko podczas długotrwałej suszy.** Młode rośliny wymagają systematycznego nawadniania, aby dobrze się ukorzeniły. Starsze egzemplarze są bardziej odporne i dobrze radzą sobie w okresach suszy. Nadmiar wilgoci jest dla nich znacznie bardziej niekorzystny niż jej chwilowy niedobór – może powodować choroby.

✓ **Nawożenie: kompostem lub nawozem przeznaczonym dla bylin kwitnących.** Jednorazowe zasilenie wiosną w zupełności wystarcza do prawidłowego wzrostu i kwitnienia. Najlepiej sprawdza się kompost lub nawozy wieloskładnikowe dla roślin kwitnących. Zbyt intensywne nawożenie może osłabić kwitnienie na rzecz wzrostu liści.

Fot.: Adobe Stock (2); Shutterstock (7)


COST WAY
Wypoczynek w ogrodzie
z Costway.pl
/costwaypl
/costway.pl

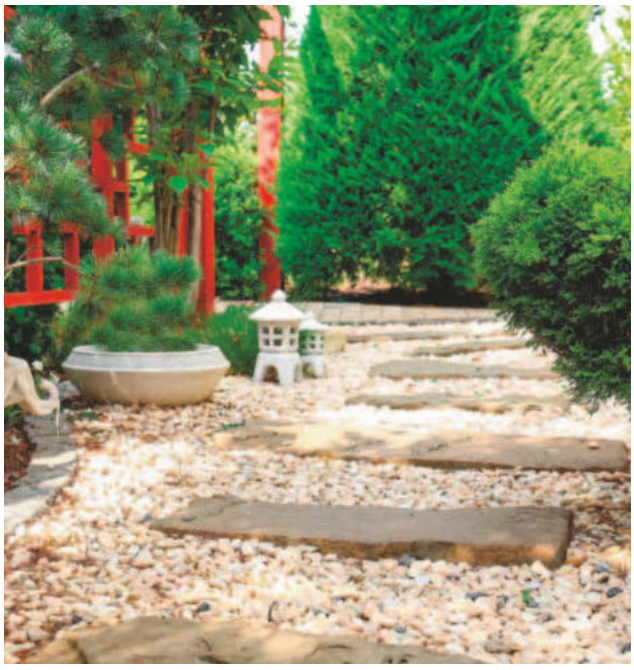
Natura w rytmie zen

W świecie, który nieustannie się spieszy, tu znajdziesz spokój, równowagę i ciszę przerywaną jedynie kojącym pluskiem wody i szumem liści…



Harmonia pełna symboli

Ogrody w stylu japońskim zachwycają prostotą i starannie dobranymi kompozycjami. Ważną rolę odgrywa tu zmienność pór roku, a jednym z symboli przemijania i odrodzenia jest lilia pajęcza (na zdj.). **Na rabatach dominują klony palmowe, formowane iglaki, azalie, rododendrony, bambusy oraz trawy ozdobne**, a każdy element wpisuje się w filozofię prostoty.



Na drodze ku doskonałości

Ścieżki nie są zwykłymi traktami komunikacyjnymi, lecz elementem prowadzącym przez przestrzeń i budującym nastrój. Ich forma nawiązuje do natury: **układane z kamienia lub żwiru tworzą miękkie, nieregularne linie**, przypominające bieg strumienia. Wiją się wśród roślin, prowadząc krok po kroku ku kolejnym widokom.



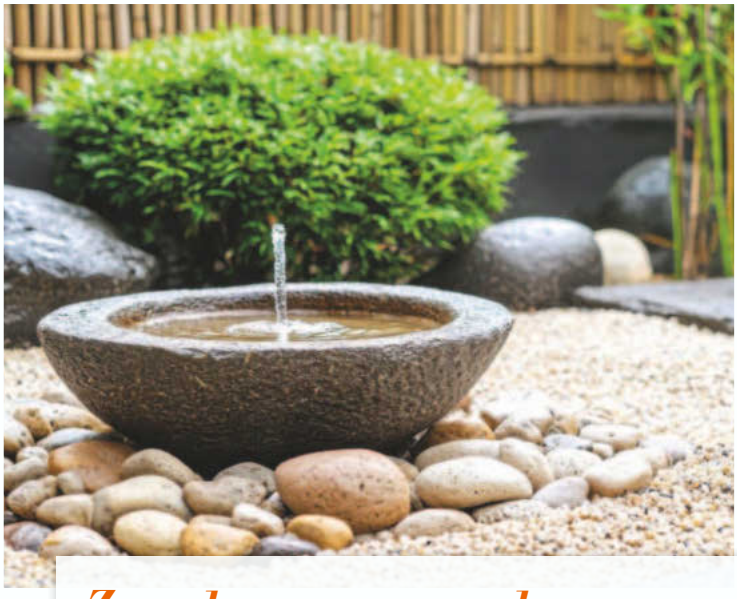
Połączyć dwa światy

Mostek jest symbolem przejścia między codziennością a przestrzenią wyciszenia. Prowadzi do rozwoju i zmiany. **Nie musi znajdować się nad wodą, może łączyć brzegi ułożonego z kamieni suchego strumienia.** Według tradycji konstrukcja powinna być czerwona – to kolor witalności, radości życia i oczyszczenia.



Małe piękno przyrody, wielka sztuka cierpliwości

Aby ogród bardziej przypominał rozległy krajobraz, najczęściej wybiera się rośliny niewysokie z natury bądź miniaturyzowane za pomocą cięcia. Tworzone w ten sposób bonsai jest żywym dziełem sztuki, kształtowanym przez lata z ogromną uważnością. Wyraża filozofię wabi-sabi, czyli piękno prostoty i niedoskonałości. **Najczęściej formuje się sosny, jałowce, klony japońskie, wiśnie, wiązy oraz fikusy.**



Zmysłowy szum wody

Strumień, niewielki staw czy kamienna fontanna wprowadzają spokój i sprzyjają medytacji. Woda uosabia bieg życia, a jej subtelny dźwięk łagodzi myśli i pomaga się wyciszyć. **Doskonale współgra z kamieniem, mchem i iglakami**, tworząc wyważoną kompozycję. Odbicie nieba w tafli wody powiększa przestrzeń i nadaje jej lekkości.



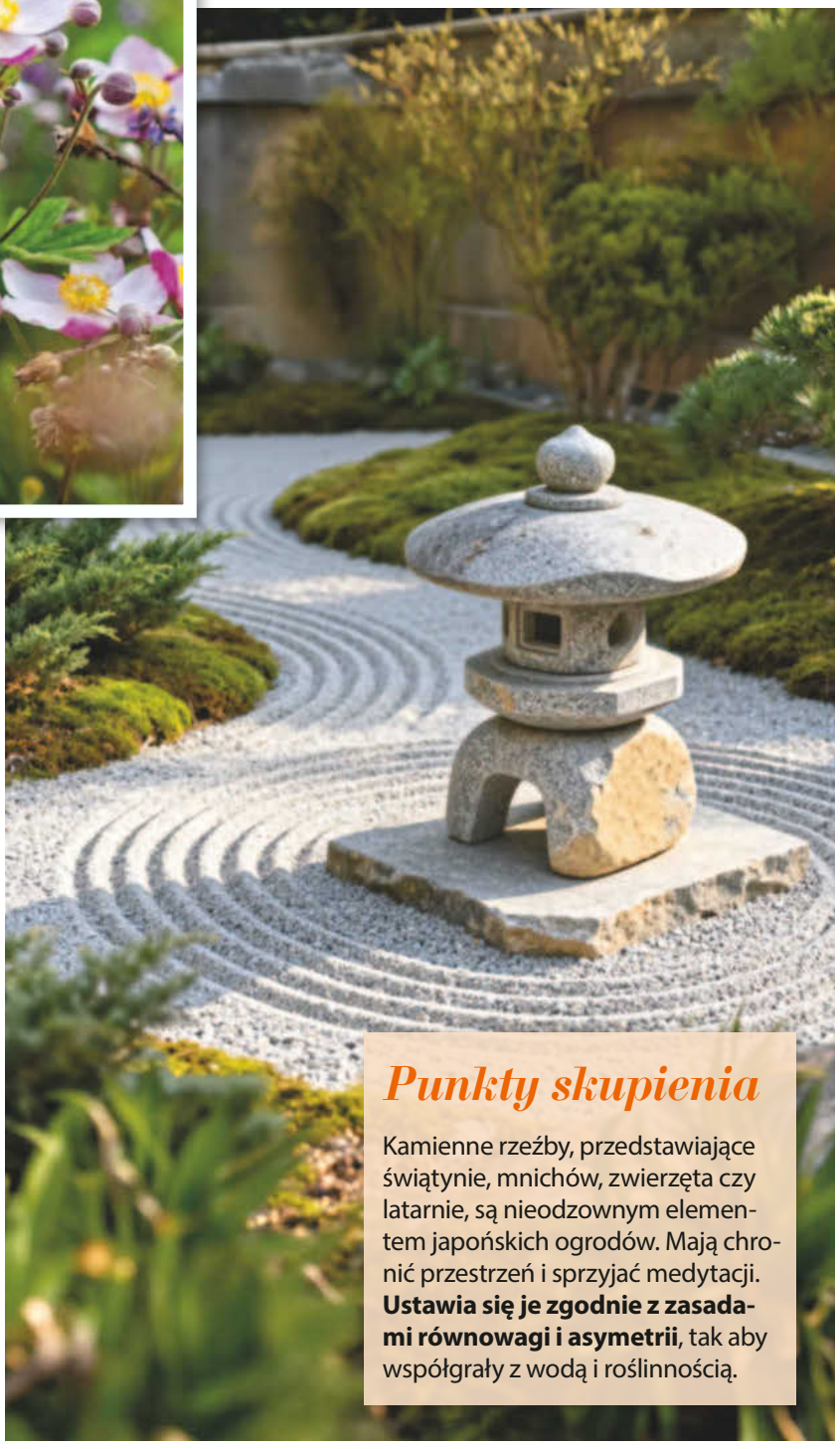
Esencja późnego lata

Zawilce japońskie tworzą niebywały nastrój, emanując delikatnością i niewymuszoną elegancją. Kwitną późnym latem i jesienią, przedłużając sezon dekoracyjny ogrodu i podkreślając jego zmienność w czasie. **Najlepiej prezentują się sadzone w grupach, w półcieniu, w towarzystwie paproci, traw ozdobnych i kamieni.** Wymagają żyznej, stale lekko wilgotnej gleby oraz umiarkowanego cięcia po przekwitnięciu.



Pod wodospadem liści

Misterna korona klonu japońskiego, delikatnie powcinane liście i zmienna kolorystyka – od soczystej zieleni po ogniste czerwienie – nadają przestrzeni rytm i sezonową ekspresję. **Najlepiej prezentuje się jako soliter, posadzony w osłoniętym miejscu**, gdzie może swobodnie rozwinąć malowniczy pokrój. Lubi żyzną, lekko kwaśną, przepuszczalną glebę.



Punkty skupienia

Kamienne rzeźby, przedstawiające świątynie, mnichów, zwierzęta czy latarnie, są nieodzownym elementem japońskich ogrodów. Mają chronić przestrzeń i sprzyjać medytacji. **Ustawia się je zgodnie z zasadami równowagi i asymetrii**, tak aby współgrały z wodą i roślinnością.



Spokojne serce ogrodu

Oczko wodne to miejsce ciszy – zakątek, w którym można zatrzymać się na chwilę i odpocząć od zgiełku otaczającego nas świata. Delikatne **fale odbijają promienie słońca i cienie drzew, a wśród zielonych liści lilii wodnych przemykają kolorowe rybki** – najczęściej karpie koi.



W cieniu prywatności

Bambusowa ściana porządkuje przestrzeń i wprowadza atmosferę intymności. **Obłe kształty kamieni oraz ich stonowane odcienie symbolizują wodę.** Kontrast między ich surowością, lekkością roślin i prostotą bambusowej osłony tworzy spójną przestrzeń.



Perła w pudrowych barwach

Wierzba 'Hakuro Nishiki' kocha słońce i regularne cięcie. **Jej muśnięte różem i bielą liście rozświetlą każdą przestrzeń.** Gdy porusza je wiatr, całe drzewko zdaje się falować, wnosząc do kompozycji miękkość i życie. U jej stóp posadź hosty, które uspokoją obraz i podkreślą delikatność korony.

Fot.: Adobe Stock (3); Shutterstock (9)



Kwiaty te dobrze prezentują się na rabatach i wśród trawy. Gatunki kwitnące wczesną wiosną z powodzeniem można uprawiać między drzewami i krzewami – zanim gałęzie pokryją się liśćmi i zacienią otoczenie, okazy cebulowe przekwitną, ustępując miejsca innym.

Prawdziwe piękno *wymaga czasu*

Aby wiosną cieszyć się zjawiskowym rozkwitem, już teraz posadź cebule barwnych kwiatów. Lepiej z tym nie zwlekać – rośliny muszą zdążyć przygotować się do zimy!

Przed zabraniem się do pracy warto poznać ogólne zasady sadzenia tych roślin i wymagania poszczególnych gatunków.

Materiał pełen potencjału

Najważniejsze, by cebule nie były miękkie ani nadpsute – upewnij się, że nie mają niepokojących plam, nalotów, skaleczeń ani śladów żerowania szkodników. Aby uchronić rośliny przed wystąpieniem chorób grzybowych, **zapraw cebule, zanurzając je np. w Bioczosie**, po czym wyjmij je z roztworu i wysusz.

Gdzie najlepiej rosną?

Preferują dość żyzne, próchnicze i przepuszczalne podłoże o odczynie obojętnym lub lekko zasadowym. **Na glebach zbyt wilgotnych narażone są na gnicie i choroby.** Przed sadzeniem ich spulchnij i odchwaść ziemię. Glebę piaszczystą warto wymieszać z dojrzałym kompostem (gatunki cebulowe są bardzo wrażliwe na niedostatecznie rozłożony kompost). **Aby zabezpieczyć je przed gryzoniami i ułatwić sobie wykopanie ich po sezonie, warto sadzić je w specjalnych koszykach.** Dobrze rosną też w pojemnikach z warstwą drenażu. Pamiętaj tylko o dziurkach w dnie i umieszczeniu donic na cegłach lub specjalnych nóżkach, zamiast bezpośrednio na ziemi. Uchroni to pojemniki przed uszkodzeniem przez mróz, a same cebule – przed gniciem.

Wiosna już czeka

Spójrz tylko, jak będzie cudnie!

Większość kwiatów cebulowych kocha słońce, ale niektóre z nich dobrze radzą sobie też w półcieniu.

Mówiąc ogólnie, cebule należy sadzić na głębokości trzy razy większej od ich średnicy.



Korony cesarskie

Dorastają do 1 m i dobrze znoszą półcień. Ich żółte, pomarańczowe lub czerwone kwiaty otoczone są charakterystyczną czupryną liści. Cebule umieszcza się w ziemi na głębokości 15 cm na przełomie sierpnia i września.

Hiacynty

Zachwycają wielością barw: od bieli, przez róże, fiolety i niebieskości, aż po żółcie, pomarańcze i czerwienie. Najlepiej wyglądają w grupach. Sadzi się je od połowy września do końca października na głębokości 10-12 cm.





Cebulice

We wrześniu i październiku można zacząć uprawę również tych uroczych, białych lub niebieskich kwiatów. Dobrze rosną nie tylko w słońcu, ale też w półcieniu, lecz nie powinny być sadzone zbyt głęboko (najlepiej na 6-8 cm).

Narcyzy

Mogą rosnąć przez kilka lat w tym samym miejscu bez konieczności wykopywania i doskonale radzą sobie w półcieniu. Ich czas sadzenia przypada na sierpień i wrzesień. Cebule umieszcza się w ziemi na głębokości 10-20 cm.





Tulipany

Szczególnie atrakcyjnie prezentują się tulipany papuzie o mniej lub bardziej postrzępionych płatkach. Cebule sadź na głębokości 10-15 cm we wrześniu i w październiku. Pokrywająca je łuska powinna zostać nienaruszona.

Wedle życzenia

Uprawiaj je samodzielnie lub twórz mieszane kompozycje na rabatach i w donicach. Kwiaty cebulowe mogą zdobić też trawniki – wystarczy podważyć fragment murawy i posadzić je w małych grupach.

Krokusy

Pojawiają się na trawnikach, rabatach i skalniakach jako jedne z pierwszych – w marcu, a czasem nawet już w lutym. Ze względy na niewielkie rozmiary krokusy sadzi się płytko (6-10 cm), we wrześniu lub w październiku.





Szafirki

Latem, gdy ich cebule są w stanie uśpienia, warto rozdzielić przeciążone kępy. Sadzenie powinno wyglądać tak samo jak w przypadku krokusów: we wrześniu lub w październiku umieść je w ziemi na głębokości 6-10 cm.

Fot.: Shutterstock (8)



Zaproś je na taras i do mieszkania

Same w sobie będą wspaniałą dekoracją, ale w towarzystwie świec stworzą wyjątkowo ciepłą, przytulną kompozycję. **Po zakupie warto przesadzić je do większego pojemnika** z otworami w dnie – wąskie donice sprzyjają gniciu korzeni. Podlewaj je rzadko, ale obficie, sprawdzając wagę donicy, nie tylko wierzch ziemi. Wiosną rośliny należy odmłodzić, przycinając je tuż pod przekwitłymi kwiatostanami.

Lato z wrzosami *odchodzi*

Gdy powoli ustępuje miejsca jesieni, w ogrodzie pojawiają się miękkie odcienie fioletu, różu i bieli. Dzięki barwnym wrzosom dużo łatwiej pogodzić się z końcem wakacji.



Towarzystwo miłe dla oka

Wrzosy uprawia się z roślinami skalnymi, trawami ozdobnymi oraz drzewami i krzewami liściastymi, takimi jak bukszpany, wierzby, brzozy czy derenie. Lubią również towarzystwo iglaków, rojników i rozchodników. **Świetnie komponują się z mięsistymi liśćmi rozchodnika srebrzystego i pnącym się bluszczem**, ale także z kolorowymi wrzośćami i astrami.



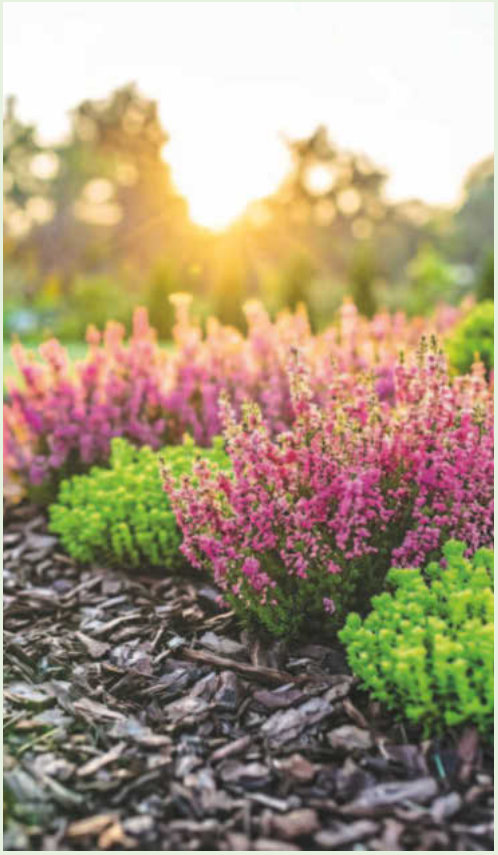
Całą paletą malowane

Odmiany różnią się kolorem, sposobem przebarwiania i wielkością pąków. Można z nich tworzyć monochromatyczne kompozycje lub bawić się kontrastami. Istnieją wrzosy zmieniające kolor liści (np. 'Zora') oraz trójodmianowe zestawy 'Trio-Girls'. **Unikaj kupowania zbyt jaskrawych okazów** – są sztucznie wybarwiane.



Jesienny akcent w blasku płomienia

Szklany świecznik obłożony gałązkami wrzosu wygląda lekko i naturalnie. Najlepiej ścinać je rano, gdy roślina jest dobrze nawodniona, wybierając młode pędy z kwiatami, a nie zdrewniałe fragmenty ze środka kępy. **Nie pozyskuj zbyt wielu pędów z jednego okazu** – dzięki temu wrzos zachowa ładny pokrój. Zamocuj je sznurkiem jutowym lub wstążką. Co 2-3 dni spryskaj wodą dolne części gałązek, omijając kwiaty.



Ze słońcem im po drodze

Krzewinki te uwielbiają słoneczne miejsca. Ze względu na płytki system korzeniowy trzeba zapewnić im stale (ale umiarkowanie) wilgotne podłoże – **źle znoszą zarówno przesuszenie, jak i zalanie**. Ziemia do ich uprawy powinna być pulchna, przepuszczalna, o kwaśnym odczynie, dlatego przed sadzeniem należy wymieszać ją z podłożem do roślin kwasolubnych lub torfem. **Wrzosy warto obsypać korą, która zatrzyma wilgoć i jednocześnie obniży pH ziemi.** Najlepiej sadzić je w rozstawie 20-30 cm (ok. 15 sztuk na m^2). Rośliny należy systematycznie nawozić i regularnie przycinać. Pomocne może być także stosowanie szczepionek mikoryzowych, które ułatwią wrzosom pobieranie składników odżywczych z podłoża.

Fot.: Adobe Stock; HBV KG; HBV Interior; Shutterstock (2)

Daj się uwieść *daliom*

Na rabatach przywołują wspomnienia z ogrodów naszych babć, a w bukietach zachwycają wyrafinowaną elegancją!



Hipnotyzujące pompony

- Kochają słoneczne, zacisz-ne miejsca i żyzne, próchnicze, przepuszczalne, umiarkowanie wilgotne podłoże.
- **W zbyt mokrej ziemi mogą gnić, ale bez podlewania szybko tracą wigor** (zwłaszcza podczas suszy).
- Do połowy sierpnia warto nawozić je odżywką w płynie lub preparatem dolistnym o dużej zawartości potasu, a jesienią lub wiosną wzbogacić podłoże dobrze rozłożonym kompostem.



Kwiaty na wysokości

- Okazy o wyjątkowo długich łodygach lub dużych kwiatach **mogą wymagać podpór**, które będą zapobiegać pokładaniu się i łamaniu roślin.
- Jeśli jednak dojdzie do zniszczeń, nic straconego! Główki dalii umieść w szklanych kloszach lub w misce z wodą.



Późnoletnie koło barw

- Dalie przyjmują rozmaite kolory i kształty. Istnieją kuliste i bardziej płaskie, o zaokrąglonych lub spiczastych płatkach.
- Można wykorzystać je do zrobienia wianka, **umieszczając kwiaty w gąbce florystycznej**, np. z jeżynami.



Nie są samolubne

- Zarówno na rabatach, jak i w donicach i w wazonach świetnie wyglądają samodzielnie, ale lubią także różnogatunkowe towarzystwo.
- **Gdy nadejdą pierwsze mrozy**, a rośliny zaczną usychać, wyciągnij je z ziemi, robiąc miejsce na inne. Pędy zetnij na ok. 20 cm. Po wyschnięciu bulw oczyść je i przechowuj w skrzynce z torfem.



Ciesz się nimi jak najdłużej

- Aby zachwycały aż do przymrozków, na bieżąco **usuwaj przekwitnięte kwiaty, zanim zdążą wytworzyć nasiona**, ponieważ proces ten kosztuje je sporo energii.
- Łodygi ścinaj tuż pod pierwszym węzłem liści, a wkrótce pojawi się nowy odrost.
- Bez obaw zbieraj też kwitnące kwiaty na bukiety, łącząc przyjemne z pożytecznym.
- Kolorowe dalie doskonale komponują się np. z kaliami.

Fot.: HBV KG; HBV Interior; iBulb (3)

TO PRAWDA czy MIT?

Uwaga, cięcie!

Jest niezbędne, by rośliny zachowały ładny pokrój i zdrowie. Ale wykonane nie w porę raczej zaszkodzi, niż pomoże. Czy wiesz, co ciąć pod koniec lata?

1 Przekwitło? Musi zniknąć

To nie do końca prawda. Późnoletnie cięcie rudbekii, jeżówek i rozplenic pozbawia ogród zimowych ozdób, a ptaki – spiżarni. Nasienniki jeżówki purpurowej i ostu kulistego karmią szczygły przez cały grudzień. Puste, sztywne łodygi bylin są zimowiskiem dla złotooków i pszczół samotnic. **Suche kwiatostany chronią też pąki odnawiające u nasady kępy przed przemarzaniem.** Wyjątek stanowią rośliny porażone mączniakiem – te należy wyciąć i wynieść poza ogród.

2 Idealny żywopłot

Żywotniki, cyprysiki i jałowce nie mają pąków w bezlistnej strefie wewnątrz korony. Cięcie sięgające głębiej niż zielona warstwa łusek zostawia trwałą, nigdy niezarastającą wyrwę. **W sierpniu można jedynie wyrównać tegoroczny przyrost**. Najlepiej w pochmurny dzień, by słońce nie poparzyło pędów. Zapuszczony żywopłot ratuje się inaczej: zwężając go po jednym boku rocznie, albo wymieniając poszczególne okazy o nieładnym pokroju.



Pierwszy tydzień września to ostatni moment na przycięcie żywopłotu z tuj, jałowców czy cyprysików. Później zaczynają przygotowywać się do zimy i cięcie je osłabi.





Letnie cięcie jabłoni ogranicza wzrost wilków (czyli rosnących pionowo pędów) i „przestawia" drzewo na owocowanie. Najlepszy termin – suchy, ciepły dzień na 3-4 tygodnie przed zbiorem danej odmiany.

3 Drzewka tnie się tylko wiosną

To zależy, o jakim gatunku mówimy. Dla czereśni, wiśni, śliwy i moreli reguła jest odwrotna: **najlepszy termin jest tuż po zbiorze owoców**. Tnij w pogodny, bezdeszczowy dzień, usuwając pędy rosnące do wnętrza korony i te sterczące pionowo. Letnie cięcie można przeprowadzać także na drzewach jabłoni, pod warunkiem, że korony są gęste i brakuje światła, by owoce się ładnie wybarwiły. Przycina się wtedy tylko najdłuższe wilki.

4 Zawsze smaruj maścią

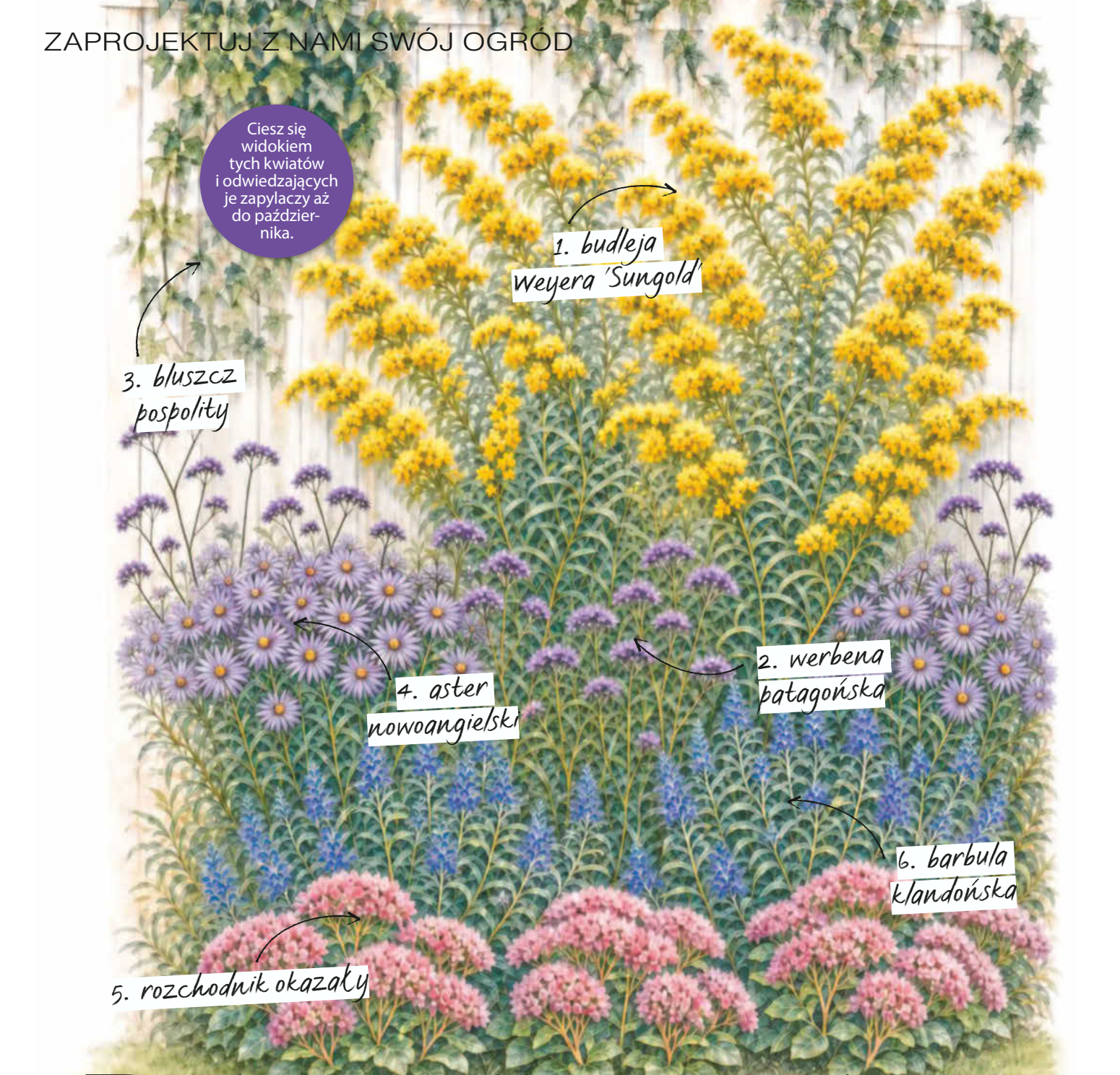
Zasmarowanie miejsc cięcia szczelną warstwą maści zamyka pod spodem wilgoć i zarodniki grzybów, tworząc idealne miejsce dla zgnilizny. Tymczasem **przy poprawnym cięciu tuż za obrączką u nasady gałęzi drzewo obroni się samo**: nowa tkanka zarasta ranę pierścieniem od zewnątrz. Stosowanie preparatów miedziowych czy maści z fungicydem mają sens tylko na ranach o średnicy powyżej trzech centymetrów. I wyłącznie na obwodzie, nigdy na środku.

5 Lawendę skróć do ziemi

Lawenda wąskolistna to półkrzew. Jej zdrewniała podstawa nie odbije, jeśli zostanie przycięta. **Sierpniowe cięcie więc ogranicz do usunięcia przekwitłych kłosów** wraz z kilkoma centymetrami zielonego pędu, formując zwartą półkulę. Wtedy roślina zdąży jeszcze zdrewnieć przed mrozami. Ostrzejsze skrócenie części ulistnionej (o mniej więcej jedną trzecią) zostaw na kwiecień. Ta sama zasada dotyczy także szałwii lekarskiej, macierzanki oraz lebiodki.

Hortensje ogrodowa i piłkowana zawiązują pąki kwiatowe na przyszły rok już w sierpniu. Cięcie po kwitnieniu usuwa więc dokładnie te kwiaty, na które będziesz czekać w lipcu. Zostaw kwiatostany do kwietnia i wtedy skróć pęd do pierwszej pary zdrowych pąków.

Fot.: Adobe Stock (3)



Rabata dla zapylaczy na koniec sezonu

Gdy urok większości roślin przemija, pożyteczne owady wciąż potrzebują nektarodajnych rabat.

Planując ogród, pamiętaj o pszczołach, trzmielach, motylach i muchówkach, które o tej porze roku wciąż szukają kwitnących roślin.

Jedna rabata – wiele zalet

Na myśl o zapylaczach w naszej głowie pojawiają się zwykle wiosenne i letnie krajobrazy. **Jesienią aktywność tych owadów spada – ale wciąż odwiedzają nasze działki!** Wiele roślin wytwarza atrakcyjne dla nich kwiaty jeszcze pod koniec lata, a nawet do pierwszych przymrozków. Zachęcamy, by znaleźć dla nich miejsce. Będą stanowić nie tylko estetyczną dekorację oraz przedłużenie sezonu kolorów w ogrodzie, ale wpłyną też pozytywnie na środowisko. Takie rośliny **wspierają bioróżnorodność i poprawiają kondycję lokalnych populacji owadów**, zapewniając pożywienie pszczołom, trzmielom, motylom oraz innym przygotowującym się do zimy zapylaczom.

Dlaczego to takie ważne?

Dla niektórych gatunków aktywnych jesienią nektar stanowi cenne źródło energii przed zimowaniem, dla innych – jest ważnym uzupełnieniem zapasów. **Dostęp do kwitnących roślin zwiększa ich szanse na przetrwanie** i wpływa na liczebność populacji w kolejnym roku. Nawet niewielka rabata może mieć znaczenie!



1 Budleja Weyera 'Sungold' lubi słońce i przepuszczalną, lekką lub średnio żyzną glebę. Lepiej znosi krótkotrwałą suszę niż ciężkie, mokre podłoże. Jest mrozoodporna.



2 Werbena patagońska dobrze rośnie na glebach piaszczysto-gliniastych, a nawet piaszczystych. Jest wytrzymała na suszę i dość odporna na choroby i szkodniki.



3 Bluszcz pospolity stanowi cenne tło rabaty. Woli półcień lub cień i umiarkowanie lub bardzo żyzne, wilgotne gleby. Kwitnie późnym latem i jesienią.



4 Aster nowoangielski dorasta do 2 m, ale ma też odmiany karłowe. Potrzebuje żyznej, zasobnej w wapń gleby. Jest bardziej odporny na mączniaka niż inne astry.



5 Rozchodnik okazały może rosnąć w słońcu lub półcieniu. Nie ma specjalnych wymagań względem gleby – dobrze znosi suszę i radzi sobie nawet na jałowym podłożu.



6 Barbula klandońska najlepiej rośnie na lekko piaszczystym, przepuszczalnym podłożu. Łatwo przemarza, zimą warto ją okrywać – ale kwitnie do przymrozków.

Stwórz dla nich prawdziwy raj!

Dla każdego coś dobrego. Zapylacze pobierają pyłek i nektar za pomocą wyspecjalizowanego aparatu gębowego oraz swojego ciała. Najlepiej więc łączyć na rabacie rośliny o różnych kształtach kwiatów, aby mogły korzystać z niej stworzenia o różnej budowie.

Więcej kwiatów i kolorów. Oprócz zaproponowanych przez nas gatunków pomocne są także wrzosy, dzielżany oraz kocimiętki i szałwie omszone. Te ostatnie mogą zakwitnąć ponownie jesienią, jeśli po pierwszym, letnim kwitnieniu odpowiednio je przytniesz.

Sposób uprawy ma znaczenie. Rośliny najlepiej sadzić w większych grupach po kilka egzemplarzy tego samego gatunku – dzięki temu owady łatwiej odnajdą źródło pokarmu. Ważne jest także, by ograniczyć stosowanie środków chemicznych.

Naturalny charakter ogrodu. W trosce o dzikie stworzenia jesienią nie należy zbyt wcześnie usuwać przekwitłych kwiatostanów i suchych pędów roślin. Warto też pozostawić w pobliżu rabaty miejsca z naturalną ściółką lub martwym drewnem, które mogą służyć jako kryjówki.

Fot.: materiały redakcyjne/AI; Shutterstock (6)

Fioletowo, śliwkowo, bakłażanowo!

Pyszny kolor jesieni… Raz ma smak soczystej śliwki, innym razem kryje się w aksamitnym bakłażanie, ale zawsze zapowiada wyjątkową ucztę.





Łódeczki z farszem wegetariańskim

Czas przygotowania: 45 minut
Porcje: 4 **Stopień trudności:** średni

SKŁADNIKI: • **150 g komosy ryżowej** • **2 średnie bakłażany** • **7 łyżek oleju** • **1 cebula** • **sól** • **2 ząbki czosnku** • **kmin rzymski** • **1 pęczek mięty** • **250 g jogurtu** • **4 łyżki ziaren granatu** • **pieprz** • **75 g orzechów włoskich**

PRZYGOTOWANIE:

1 Bakłażany umyj, wytrzyj, przekrój wzdłuż. Miąższ natnij w kratkę, a potem wyjmij i pokrój go w kostkę. Wydrążone bakłażany ułóż na blasze. Skrop 3 łyżkami oleju. Oprósz solą. Piecz przez 15 minut w 220°C.

2 Komosę ryżową ugotuj zgodnie z instrukcją na opakowaniu i osącz. Cebulę oraz 1 ząbek czosnku posiekaj, zeszklij na pozostałym oleju. Dodaj miąższ bakłażanów i smaż ok. 4 minut. Przypraw do smaku solą, pieprzem i kminem rzymskim.

3 Do warzyw dodaj komosę i całość wymieszaj. Miętę posiekaj. Jogurt połącz z pozostałym czosnkiem przeciśniętym przez praskę oraz 2/3 mięty. Sos przypraw solą i pieprzem. Orzechy posiekaj. Upieczone połówki bakłażanów napełnij farszem. Polej sosem. Posyp ziarnami granatu, orzechami oraz pozostałą miętą.

Śliwka zachwyca w słodkich wypiekach, ale świetnie odnajduje się też w wytrawnych duetach.

Pizza z orzechami i gorgonzolą

Czas przygotowania: 35 minut
Porcje: 12 **Stopień trudności:** łatwy

SKŁADNIKI: • **300 g mąki** • **7 g suchych drożdży** • **190 ml letniej wody** • **cukier** • **sól** • **pieprz** • **oliwa** • **1 ząbek czosnku** • **100 g kwaśnej śmietany 18%** • **8 śliwek** • **150 g gorgonzoli** • **1 cebula** • **50 g orzechów włoskich** • **tymianek** • **rukola**

PRZYGOTOWANIE:

1 Z mąki, drożdży, odrobiny cukru i soli oraz wody i 2 łyżek oliwy zagnieć ciasto. Przykryj je i odstaw na ok. 45 minut do wyrośnięcia.

2 Śmietanę wymieszaj z łyżką oliwy oraz czosnkiem przeciśniętym przez praskę. Przypraw do smaku solą i pieprzem. Orzechy grubo posiekaj, cebule potnij w piórka, a śliwki na cienkie cząstki. Gorgonzolę pokrusz. Piekarnik rozgrzej do 250°C.

3 Ciasto ponownie zagnieć. Rozwałkuj na dwa owalne placki. Ułóż je na blasze z pergaminem. Posmaruj je sosem śmietanowym. Obłóż śliwkami, cebulą, serem i orzechami. Posyp listkami tymianku. Piecz 8-12 minut. Przed podaniem obłóż rukolą.



Kołacz na mące pełnoziarnistej

Czas przygotowania: 65 minut
Porcje: 12 **Stopień trudności:** średni

SKŁADNIKI: • 75 g gorzkiej czekolady • 400 g śliwek • 175 g masła • 100 g brązowego cukru • 175 g pełnoziarnistej pszennej mąki • 3 jajka • 175 g mielonych migdałów • 2 łyżeczki proszku do pieczenia • tłuszcz do przygotowania formy • cukier puder do oprószenia ciasta

PRZYGOTOWANIE:

1 Śliwki umyj, przekrój wzdłuż na pół i usuń pestki. Około 1/3 owoców pokrojonych na połówki odłóż, a pozostałe potnij w kostkę. Czekoladę posiekaj albo zetrzyj na tarce o dużych otworkach.

2 Masło i cukier utrzyj na puszystą masę. Nie przerywając ucierania, dodaj po jednym jajku. Wsyp mąkę, migdały, proszek do pieczenia i czekoladę. Wymieszaj. Ciasto połącz z pokrojonymi w kostkę śliwkami.

3 Przełóż ciasto do natłuszczonej tortownicy. Na wierzchu rozłóż połówki śliwek – przecięciem do góry. Piecz ok. 35 minut w temp. 180°C. Przed podaniem posyp cukrem pudrem.

Bajgle z pieczonymi warzywami

Czas przygotowania: 20 minut
Porcje: 1 **Stopień trudności:** łatwy

• 75 g bakłażana • oliwa • 40 g suszonych pomidorów w oleju • 1 łyżeczka pesto • sól • 2 łyżki hummusu • 1 bajgiel • pieprz • 15 g rukoli • suszony tymianek

PRZYGOTOWANIE:

1 Bakłażan umyj, odetnij końcówki, resztę pokrój ukośnie na 4 plastry. Każdy posmaruj oliwą. Oprósz solą i pieprzem. Ułóż na blasze z pergaminem. Piecz 15 minut w 230°C. Oprósz suszonym tymiankiem.

2 Suszone pomidory osącz i pokrój na małe kawałki. Wymieszaj je z pesto. Bajgiel rozetnij, lekko zrumień w tosterze albo w piekarniku. Obie połówki bułki posmaruj hummusem. Przełóż plastrami bakłażana oraz pomidorami z pesto i rukolą.





Sznycle zapiekane w pomidorach

Czas przygotowania: 30 minut
Porcje: 4 **Stopień trudności:** łatwy

SKŁADNIKI: • 4 sznycle cielęce • 1 bakłażan • 4 łyżki oleju • sól • 2 ząbki czosnku • 1 pęczek bazylii • 150 g pomidorków koktajlowych • pieprz • 2 łyżki octu balsamicznego • 1 łyżeczka cukru • 100 ml bulionu • 125 g mozzarelli • 2 łyżki kaparów • 1 puszka pomidorów krojonych

PRZYGOTOWANIE:

1 Bakłażan pokrój wzdłuż na plastry. Oprósz solą oraz pieprzem i usmaż na 2 łyżkach oleju. Przełóż na talerz. Sznycle lekko rozbij, usmaż na reszcie oleju. Oprósz solą i pieprzem.

2 Czosnek i listki bazylii posiekaj. Pomidorki koktajlowe oraz czosnek podsmaż na tłuszczu ze smażenia mięsa. Wlej ocet, zagotuj. Dodaj pomidory z puszki oraz bulion. Przypraw cukrem, bazylią, solą oraz pieprzem. Zagotuj.

3 Na każdym sznyclu ułóż plaster bakłażana, przykryj plastrami mozzarelli i posyp kaparami. Mięso przełóż na patelnię z sosem i zapiekaj 5 minut, w piekarniku rozgrzanym do 200°C, aż ser się stopi i lekko zrumieni.

Omlet biszkoptowy na sposób cesarski

Czas przygotowania: 45 minut
Porcje: 4 **Stopień trudności:** łatwy

SKŁADNIKI: • 4 jajka • 1 łyżeczka soku z cytryny • 4 łyżki cukru pudru • 3 łyżki mąki • 8 śliwek • 2 łyżeczki + 2 łyżki masła • 4 łyżki cukru • cynamon

PRZYGOTOWANIE:

1 Jajka rozbij, oddziel żółtka od białek. Białka ubij, dosypując 2 łyżki cukru pudru. Pianę z białek połącz z sokiem cytrynowym, żółtkami i mąką. Na dwóch patelniach rozgrzej po łyżeczce masła. Na każdą wylej połowę masy jajecznej. Smaż omlety pod przykryciem 15 minut.

2 Śliwki rozetnij, wyjmij pestki. Cukier stop na jasny karmel. Dodaj pozostałe masło i cynamon (do smaku). Włóż śliwki. Smaż je w karmelu kilka minut. Omlety porwij na kawałki. Posyp resztą cukru pudru. Podawaj z karmelizowanymi śliwkami.



Fot.: House of Food (6); materiały redakcyjne/AI

Superoferta!

ZAPRENUMERUJ Mam Ogród



DARMOWA DOSTAWA DO DOMU*

12 wydań MAM OGRÓD

ZA JEDYNE 95,88 zł

(7,99 zł za egz.)

ZŁÓŻ ZAMÓWIENIE JUŻ TERAZ!

telefonicznie
67 210 86 05
67 354 16 05

na stronie internetowej
czytelnia.pl

mailowo
prenumerata@bauer.pl

* Dotyczy wysyłki listem ekonomicznym na terenie kraju. Regulamin sklepu znajduje się na stronie czytelnia.pl

Na przeziębienie, trawienie czy spokojny sen. Domowe mikstury z naturalnych składników mają wyjątkowy smak i mogą być też pięknym, własnoręcznie przygotowanym prezentem.

Nalewki wspierające zdrowie

Ważny jest umiar!

Większość nalewek stosujemy doraźnie lub w krótkich kuracjach. **Zamiast całego kieliszka bezpieczniejszą porcją jest 2–5 ml (około pół do jednej łyżeczki) 1–3 razy dziennie.** Nalewkę warto rozcieńczyć w 50–100 ml wody. Kurację najlepiej prowadzić przez 2–4 tygodnie, a następnie zrobić przerwę. Przy stosowaniu przez miesiąc warto zachować co najmniej miesięczną przerwę przed kolejną serią.

Na etykiecie zapisz składniki, moc alkoholu i datę zlania nalewki. Warto też napisać, jakie ma działanie i jak ją stosować.

Przepis: wystarczą 3 składniki

- Przyrządzając nalewkę owocową, **zasyp 1 kg owoców 0,5–1 kg cukru** i odstaw w ciemne miejsce na ok. 7–14 dni (codziennie potrząsaj). **Następnie zalej je 0,7–1 l alkoholu** – wódką (40–50%) lub spirytusem rozcieńczonym do 60–65%. Odstaw na 3–4 tygodnie, przecedź i rozlej do butelek.
- **Nalewki ziołowe przygotowuje się bez cukru.** Zioła zalej alkoholem tak, aby były przykryte (ok. 1 część surowca na 5 części alkoholu). W przypadku delikatnych ziół wystarczy wódka 40–50%, twardsze (korzenie, kora) wymagają mocniejszego alkoholu – 60–70%. Odstaw w ciemne miejsce na 2–4 tygodnie, codziennie potrząsając. Przecedź i przelej do butelek.
- Jak rozcieńczyć spirytus? Aby otrzymać roztwór 65%, **zmieszaj 100 ml spirytusu 95% z 46 ml wody** lub 120 ml wódki 40%.
- Wskazówki: najważniejsza jest jakość surowca. Nalewki dojrzewają i zachowują trwałość przez wiele miesięcy, a nawet lat.



Mikstury owocowe

● **Z dzikiej róży**
Dostarcza witaminę C w przyswajalnej formie. **Wzmacnia odporność całego organizmu.** Działa również moczopędnie, **wspomaga drogi moczowe.** Zimą stosuj ją profilaktycznie.

● **Głogowa**
Świetnie działa na serce i naczynia krwionośne. Proantocyjanidyny poprawiają ukrwienie mięśnia sercowego. Pij przy nadciśnieniu i wysokim cholesterolu. **Kurację skonsultuj jednak z lekarzem** – nalewka może bowiem wchodzić w reakcje z lekami.

● **Aroniowa**
To bomba naturalnych antyoksydantów – **uszczelnia naczynia krwionośne, chroni wzrok, obniża ciśnienie krwi.** Kuracja: pij kieliszek nalewki rano, przez dwa tygodnie.

● **Pigwowa**
Poprawia odporność, jest polecana na przeziębienia. Pij kieliszek wieczorem przez miesiąc w sezonie infekcji. **Łagodzi także zgagę i refluks** – stosuj ją 2 razy dziennie.







Skuteczne kuracje ziołowe

● **Nalewka ze skrzypu wzmacnia włosy i paznokcie** dzięki krzemionce (uczestniczy w syntezie kolagenu). Kurację stosuj wiosną i jesienią: przez 3 tygodnie pij 20– 25 ml dziennie. Można też używać jako wcierki do skóry głowy (1 część nalewki na 2 części wody).

● **Nalewka lawendowa uspokaja i ułatwia zasypianie.** Kieliszek mikstury wypity pół godziny przed snem sprzyja wyciszeniu. Wspiera też trawienie, pobudzając wydzielanie soków żołądkowych. Zewnętrznie można wcierać w skronie i kark przy napięciowych bólach głowy.

● **Przeciwbólową nalewkę żywokostową stosuj tylko zewnętrznie!** Do picia się nie nadaje. Wcieraj w stawy lub rób okłady (50 ml nalewki na wodę i obwiąż staw na noc).

Fot.: Adobe Stock (3); HBV KG

Te szybkie i niedrogie rozwiązania wyniosą twój ogród na wyższy poziom!

LIFEHACKI sprytnego OGRODNIKA

Mało pracy, świetny efekt



Zacznij uprawę pod koniec lata

- Wysiane na przełomie sierpnia i września rukola, roszponka, szpinak i sałata dębolistna nie mają goryczki i nie tworzą tak szybko kwiatostanów.
- Wystarczy grządka, skrzynka na balkonie czy tarasie albo po prostu dwie donice na parapecie.
- Rośliny wysiane w ostatnich tygodniach lata można zbierać od połowy września aż do listopada, a roszponka przezimuje pod agrowłókniną i da świeże liście w marcu.

Zbierz nasiona z tego, co ładnie wyrosło

- Doskonale nadają się do tego stare, znane z ogrodów naszych babć nagietki, kosmosy, maki, nasturcje czy groszki pachnące.
- Gdy nasiona są dojrzałe i grzechoczą w nasienniku, zbierz je, po czym umieść w papierowych kopertach, podpisz i przechowuj w chłodzie.
- Rośliny oznaczone symbolem „F1" nie powtarzają wiernie cech rośliny matecznej, a więc nie będą wyglądać tak jak ona.



Gruszki zbieraj twarde – dojrzeją w domu

- Owoce te doskonale dojrzewają po zbiorze. Zostawione na drzewie robią się mączyste, a ich gniazdo nasienne prędzej zbrązowieje, nim skórka zmieni kolor.
- Odmiany letnie i jesienne dochodzą w papierowej torbie w temp. 18–20°C w 3–7 dni. Zimowe potrzebują najpierw kilku tygodni chłodu (0–5°C).
- Miękkość sprawdzaj przy szyjce, bo gruszka dojrzewa nie od „brzuszka", lecz od nasady ogonka.
- Jeśli razem z gruszkami włożysz do torby dojrzałe jabłko, przyspieszy ono dojrzewanie owoców o kilka dni.





Zadbaj o rośliny tarasowe

- Jukki, mirty, drzewka oliwne i oleandry mogą stać na zewnątrz aż do przymrozków, ale cytrusy, monstery i rośliny tropikalne potrzebują schronienia już we wrześniu, zanim temperatura spadnie poniżej 10°C.
- Przed wniesieniem roślin dokładnie je obejrzyj pod kątem szkodników.
- Przez pierwsze dwa tygodnie na wszelki wypadek trzymaj przeniesione okazy z dala od reszty kwiatów domowych.

Fot.: Adobe Stock (6)



Zioła na zapas

- Po raz ostatni zbierz bazylię, miętę, melisę i oregano, nim nadejdą chłodne noce i pierwsze przymrozki.
- Zioła susz w małych pęczkach zawieszonych w suchym, przewiewnym miejscu (nie w słońcu). Dzięki temu zachowają więcej aromatu.
- Szczypiorek i pietruszkę naciową wykop i posadź w doniczce ustawionej na parapecie.

Wrzesień wciąż jeszcze jest miesiącem kalendarzowego lata, dlatego warto korzystać z ciepła i słońca – ale nasze myśli powoli biegną już w stronę jesieni... To czas, by się na nią przygotować!

Ogrodzenie pełne kwiatów

Masz nieduży ogródek?

- W takiej sytuacji każda wolna przestrzeń staje się idealnym miejscem na uprawę dodatkowych roślin.
- Jeżeli tylko płot nie jest przysłonięty drzewami i wysokimi krzewami, możesz powiesić na nim blaszane osłonki z gotowymi uchwytami (na zdj.) i umieścić w nich sezonowe kwiaty.
- Jeśli nie chcesz wydawać pieniędzy, zamiast kupować tego typu doniczki, wykorzystaj puszki po konserwach czy karmie dla zwierząt. Wystarczy zedrzeć z nich papierowe etykiety, dokładnie wyszorować, by usunąć klej, i pomalować kolorowymi farbami do metalu.



REKLAMA

Komarom powiedz STOP!

Letnie popołudnia w ogrodzie, kawa na tarasie, rodzinny grill przy altanie – brzmi idealnie... dopóki nie pojawią się komary. Na szczęście można skutecznie chronić swoją przestrzeń bez sięgania po agresywną chemię.
Marka Freezanz oferuje rozwiązania z linii Zhalt Connect, które pozwalają dopasować ochronę do wielkości i charakteru ogrodu. To systemy, które można samodzielnie zamontować i uruchomić – bez specjalistycznej wiedzy czy kosztownej instalacji. Wystarczy ustawić urządzenie w wybranym miejscu i uzupełnić je w pełni naturalnym preparatem odstraszającym komary, stanowiącym bezpieczniejszą alternatywę dla tradycyjnych środków chemicznych. Dzięki temu możesz cieszyć się ogrodem w zgodzie z naturą.
Zhalt Portable Connect to idealna opcja dla osób ceniących mobilność i wygodę. Urządzenie jest lekkie, łatwe do przenoszenia i nie wymaga specjalistycznego montażu. Wystarczy ustawić je w wybranym miejscu – przy tarasie, leżakach czy stole ogrodowym – i uruchomić.
Zhalt Evolution Connect to rozwiązanie dla większych przestrzeni. Dzięki zestawom rozszerzającym może chronić teren nawet do 1500 m². System działa automatycznie i równomiernie zabezpiecza całą przestrzeń.
Dla użytkowników oczekujących jeszcze większej funkcjonalności dostępny jest **Zhalt Revolution Connect,** wyposażony w drugi zbiornik, który umożliwia jednoczesne rozszerzenie działania urządzenia, np. o ochronę ogrodu przed muchami.
Rozwiązania z linii Zhalt Connect to prosty sposób, by stworzyć w ogrodzie przestrzeń przyjazną rodzinie, naturze i letniemu relaksowi.



Zielone pogotowie

Znalezione w lesie jadalne grzyby dają dużo radości, ale te rozwijające się na naszych roślinach wcale nie są mile widziane! Jak się ich pozbyć, by w następnym sezonie cieszyć się zdrowymi uprawami?



Wielkie sprzątanie w ogrodzie

- Sezon powoli dobiega końca, ale pracy nie brakuje. Przycinając i grabiąc, warto przyjrzeć się ogrodowym resztkom, by ocenić, które z nich mogą się przydać, np. na kompost czy ściółkę.
- To także dobry moment, by pomyśleć o nadchodzącej zimie i przygotowaniach ogrodu do chłodów.

Zarodniki grzybów warto teraz zwalczać!

Wrzesień to miesiąc, w którym łatwo uznać, że prace w ogrodzie dobiegły końca. Tymczasem przed nami cztery tygodnie, podczas których pracuje się już nie na ten sezon, lecz na zdrowie roślin w następnym.

Dlaczego we wrześniu?

Wydawać by się mogło, że mokry lipiec i ciepły sierpień będą dla rozwoju niechcianych grzybów czasem idealnym. Tymczasem to właśnie wrzesień jest dla nich najlepszym miesiącem w roku. Rosa sprawia, że rośliny są mokre przez dziesięć, dwanaście godzin – od zmierzchu do późnego ranka. **Grzybowi wystarczy jakieś dziewięć godzin ciągłej wilgoci i kilkanaście stopni ciepła, żeby zarodnik dostał się do wnętrza liścia.** W lipcu takie warunki zdarzały się po burzy, kilka razy w miesiącu. Teraz utrzymują się niemal nieustannie – przy czystym niebie, bez jednej kropli deszczu. Choć wiele zależy od stanowiska. Rosa na rabacie przy północnej ścianie domu schnie dopiero koło jedenastej. Na tej od południa – o dziewiątej. To tłumaczy, dlaczego jedna róża jest cała pokryta czarnymi plamami, a druga, tej samej odmiany, kilkanaście metrów dalej, wygląda przyzwoicie. To samo dotyczy innych krzewów.

Gdzie grzyby zimują?

Zarodniki chowają się m.in. w opadłych liściach. W nieuporządkowanych resztkach roślin mogą przetrwać nawet kilka lat! Właśnie dlatego tak ważne są jesienne porządki. Ale grzyby bytują także w zaschniętych mumiach owoców, które wiszą na gałęziach albo leżą w trawie, oraz w pędach i pod korą. **Niezbędne jest więc usuwanie resztek owoców z drzew i porażonych gałęzi.** Na grzybnie zimujące w glebie najlepsze jest przekopywanie i zostawianie jej w ostrej skibie (czyli w wysokich, nierozkruszonych bruzdach).



Zadanie na jesień: zgrabiaj!



- Porażonych liści ani innych części roślin nie wolno pozostawiać na zimę. **Nie nadają się też do ściółkowania rabat ani przestrzeni pod krzewami.**
- Nie należy również wrzucać ich do kompostownika, bo w wilgotnym środowisku zarodniki mają się znakomicie, w związku z czym zainfekowane części roślin mogą skazić cała pryzmę.
- W większości gmin obowiązuje zakaz spalania resztek ogrodowych – najlepiej umieścić je w pojemnikach na bio-odpady lub w workach na odpady zielone.



Zdejmij filcową „kołderkę" z trawnika

Wilgotny, ciepły, osłonięty od słońca filc ze zbitej trawy zapewnia idealne warunki dla grzybni. **Wyczesanie murawy jesienią jest więc zabiegiem leczniczym, a nie tylko kosmetycznym.** Warto to zrobić już po ostatnim koszeniu, właśnie we wrześniu.

Zanim liście opadną

- Możesz przyspieszyć ich rozkład, co odbierze zarodnikom grzybów wygodne zimowisko – wystarczy opryskać drzewa mocznikiem. Najlepiej tuż po pierwszych przymrozkach, gdy niemal wszystkie liście wciąż wiszą na gałęziach lub dopiero zaczynają opadać.
- Na przeprowadzenie zabiegu wybierz dzień bez opadów, gdy temperatura wynosi od kilku do kilkunastu stopni.



Przygotuj roztwór, mieszając ½ kg mocznika z 10 l wody. **Opryskaj dokładnie całą koronę, koniecznie z obu stron liści, oraz glebę pod drzewem.**

Kompostownik oszczędzi problemów

Jesienią jest mnóstwo ogrodowych odpadków. Z większości można zrobić dobrej jakości kompost!

Jak dobrze zacząć?

- Wystarczy skrzynia z surowych desek lub cylinder z metalowej siatki.
- Najlepszy będzie półcień pod drzewem albo przy żywopłocie. **W pełnym słońcu pryzma prędko wysycha, zaś w głębokim cieniu szybko stygnie (i nie tworzy się kompost).**
- Spód wyłóż 20-centymetrową warstwą chrustu, połamanych gałęzi, łodyg słonecznika. Taki drenaż zapewni dopływ powietrza.
- Potem układaj na przemian zielone części roślin (skoszoną trawę, obierki, chwasty bez nasion) i brązowe (suche liście, słomę, podartą tekturę, trociny, rozdrobnione gałązki). **Nie wrzucaj kości, mięsa, jajek. odchodów zwierząt!**
- Najlepsza proporcja to jedna część zielonych resztek na dwie części brązowych. Każdą warstwę przesyp garścią ziemi albo dojrzałego, gotowego kompostu.

Przepis na kompost

- Pryzma ma być wilgotna jak wyciśnięta gąbka. Gdy jest za sucha, polej ją, gdy za mokra – dosyp suchy materiał.
- **Po 4–6 tygodniach przerzuć wierzchnie warstwy do środka, a spodnie na wierzch.**
- Na gotowy kompost czeka się od pół roku do roku.



Zakwaterowanie dla małych sojuszników

- Zostawienie na rabatach zaschniętych bylin, takich jak jeżówki, rudbekie, astry, oraz pustych w środku łodyg roślin (malw, słoneczników) może pomóc wielu cennym owadom.
- Jeśli jednak uporządkujesz ogród, usuwając rośliny, których urok minął, **zadbaj o schronienie dla pożytecznych stworzeń.** Możesz kupić bądź samodzielnie zrobić domki. Najlepiej sprawdzają się zawieszone ok. 1,5 m nad ziemią, w osłoniętym od wiatru miejscu. Dobrze, jeśli nawet zimą będą docierać tam promienie słoneczne. Wiosną nie należy ich ruszać aż do pierwszych ciepłych dni.



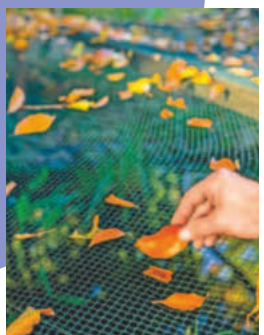
O czym może powiedzieć ogrodowa ziemia?

- Najdroższy nawóz nie pomoże, jeśli gleba ma odczyn nieodpowiedni dla uprawianych roślin ogrodowych.
- Wrzesień to dobry moment na wykonanie pomiaru, bo jeśli okaże się, że gleba jest zbyt kwaśna, rozsypane teraz wapno węglanowe do wiosny podniesie pH gruntu.
- **Badanie kosztuje mniej niż worek nawozu.** Okręgowa stacja chemiczno-rolnicza oceni odczyn i zasobność podłoża w fosfor, potas i magnez za ok. 50 zł za próbkę. **Trzeba zrobić kilkanaście dołków i pobrać glebę z głębokości ok. 20 cm.**
- Test paskowy za ok. 15 zł pokaże samo pH gleby – ale i to jest lepsze niż zgadywanie, jaką mamy ziemię.

Fot.: Adobe Stock (9)

Zdrowe oczko: zanim woda zaśnie

- Przy temp. poniżej 10°C karasie ozdobne czy karpie koi przestają trawić, więc dalsze karmienie kończy się gnijącym pokarmem na dnie stawu.
- Wrzesień to ostatni moment na wyłowienie obumierających liści grzybieni i pałki, zanim opadną na dno i obniżą poziom tlenu w wodzie.
- Roślinom pływającym pozwól zejść głębiej, a **pompę zostaw włączoną, by utrzymać napowietrzenie wody.**
- Nad lustrem wody warto rozpiąć siatkę, które uchronią ją przed liśćmi.



Jesienne nawożenie, czyli czas na zmiany

Zasada jest jedna i łatwa do zapamiętania: **od połowy sierpnia nie daje się już odżywek z dużą dawką azotu**, który każe roślinie rosnąć. Młode, pełne soków pędy nie zdążą zdrewnieć do mrozów i przemarzną.

Potasowe zapasy

- **Teraz ważny jest potas**. Zagęszcza soki, dzięki czemu rośliny lepiej znoszą niskie temperatury i nie pękają, bo działa trochę jak płyn niezamarzający.
- Pod drzewa owocowe, krzewy, byliny i iglaki użyj siarczanu potasu (20–30 g na metr). Rozsyp szeroko w obrębie korony, nie przy pniu, i wymieszaj płytko z wierzchnią warstwą ziemi.
- Popiół drzewny zawiera sporo potasu w formie łatwo przyswajalnego węglanu. Ma jednak także odkwaszający wapń, więc nie nadaje się pod borówki, różaneczniki i hortensje. Stosuj garść popiołu na metr kwadratowy, nie więcej.

Gotowe mieszanki

- Jeśli nie chcesz zastanawiać się, czy dana substancja zadziała na rośliny wzmacniająco, czy je osłabi, użyj gotowych nawozów opisanych jako jesienne.
- Kupując taki nawóz, sprawdź koniecznie jego skład: ilość azotu ma być jednocyfrowa, a potasu – dwucyfrowa. Zastosuj go do połowy października.



Gatunki zimozielone potrzebują wody

- Rośliny te przez cały czas odparowują wodę, a zmarznięta zimą gleba nie pozwala jej uzupełnić. Stąd właśnie rude żywotniki i brązowe brzegi liści bukszpanu w marcu, mylnie uznawane za przemarznięcie.
- **Wrzesień i październik to pora podlewania – rzadkiego, ale obfitego:** po kilkanaście litrów pod krzew, raz w tygodniu, aż do pierwszych mrozów lub śniegów. Zwłaszcza tam, gdzie deszcz nie dociera, np. pod okapem dachu.
- Co ważne – rośliny trzeba podlewać także zimą, gdy nie ma mrozu.
- Świeżo posadzonym drzewom warto przy okazji podać szczepionkę mikoryzową.

REKLAMA



Dokąd tupta nocą jeż?



Choć jest spokrewniony z ryjówką i kretem, nie niszczy ogrodu. Wręcz przeciwnie, to cenny pomocnik w walce ze szkodnikami!

Przytulna noclegownia

- Zapewnij im bezpieczne miejsce w mało uczęszczanej, spokojnej części ogrodu, gdzie będą mogły zapaść w sen zimowy.
- Domek dla jeża powinien mieć **minimum 35 cm wysokości oraz 40-50 cm długości i szerokości**.
- Możesz postawić gotową drewnianą konstrukcję albo ułożyć szkielet z gałęzi i okryć go mchem lub przecięty na pół wiklinowy wazon przysypać liśćmi.
- Wejście warto usytuować blisko murku czy ściany i **utrudnić do niego dostęp drapieżnikom oraz psom i kotom**.
- Schronienie ułóż pod niewielkim nachyleniem, by wejście do domku znajdowało się nieco niżej niż dno (utrudni to wlewanie się wody w czasie deszczu).
- Aby do środka nie docierały zimne podmuchy wiatru, nie ustawiaj konstrukcji wejściem w kierunku północnym ani północno-wschodnim.

Nocny patrol nadchodzi!

- Na terenie Polski żyją dwa gatunki jeży: wschodni i zachodni (nazywany też europejskim). Są do siebie bardzo podobne, lecz z badań wynika, że **jeże wschodnie zamieszkują głównie centra miast, a zachodnie – ich obrzeża**.
- Niezależnie od gatunku, charakterystycznym zachowaniem jeży jest nocny tryb życia, zwijanie się w kulkę w obliczu zagrożenia oraz... głośne tupanie. Wynika ono z ich sposobu poruszania się – **podobnie jak ludzie stawiają na podłożu całe stopy, a nie, jak większość zwierząt, tylko palce**.



Bezbronne maleństwa

- Kiedy w ogrodzie spotkasz młode jeże bez opieki, najprawdopodobniej straciły mamę.
- Same nie przeżyją, dlatego najlepiej od razu **skontaktować się z Ośrodkiem Rehabilitacji Zwierząt lub Ekostrażą**.
- Jeżeli widzisz w pobliżu swojego domu dorosłego jeża wieczorem lub nocą, nie ma powodów do obaw. Jeśli jednak **zwierzę pojawia się za dnia, a do tego ma problemy z poruszaniem się lub leży na słońcu, to oznaka, że jest z nim coś nie tak** i również wymaga pomocy w ośrodku.
- Na czas ewentualnej podróży umieść stworzenie w pudle lub transporterze dla kotów.
- W celu przeniesienia zwierzęcia, **załóż rękawice robocze, chwyć jeża delikatnie za boki i podnieś do góry**.

Gdzie szukają kryjówek?

- **Kochają „zaniedbane", pozostawione samym sobie część ogrodu.** Możesz na nie trafić w pobliżu kompostownika, pod rozłożystymi krzewami i w stertach opadłych liści.
- W okresie letniej aktywności budują prowizoryczne schronienia, bo **mają tendencję do wracania w to samo miejsce**.
- Chętnie korzystają z czekających na nie domków. Zaglądają nawet do pozostawionych w ogrodzie pustych doniczek!



Pogromcy szkodników

Wbrew tradycyjnym wyobrażeniom jeże nie żywią się jabłuszkami ani innymi owocami. Potrzebują białka, więc żerują na mięczakach, owadach oraz ich larwach, skutecznie wypleniając z ogrodu m.in. ślimaki i mszyce. W ich menu znajdują się także dżdżownice i małe płazy.

Czy należy je dokarmiać?

- Zwykle radzą sobie same, lecz czasem warto je wspierać – zwłaszcza **po zimie, gdy rozpaczliwie szukają jedzenia**.
- Przygotuj im miseczki z **karmą dla kotów** (chroniąc je przed innymi zwierzętami). Zjedzą też gotowany bez soli drób, surową, zmieloną wołowinę i surowe, pokrojone serca drobiowe.
- **Nie podawaj im mleka!** Chętnie je piją, ale im szkodzi.

Fot.: Shutterstock (5)



Ireneusz Sosna
ekspert z zakresu sadownictwa



Diana Szczęsna
ekspertka z zakresu uprawy roślin ozdobnych



Piotr Chohura
ekspert z zakresu warzywnictwa



Katarzyna Gawęda-Białostocka
ekspertka z zakresu architektury krajobrazu

Zapytaj eksperta o poradę

Nasi specjaliści dołożą wszelkich starań, by znaleźć rozwiązanie Waszych problemów ogrodniczych.

Jestem bardzo zdziwiona, bo moje czarnuszki zakwitły na biało

Do tej pory byłam przekonana, że wszystkie czarnuszki damasceńskie są niebieskie. Jakie więc było moje zdziwienie, gdy okazało się, że niektóre z moich sadzonek wytworzyły białe kwiaty. Dlaczego tak się stało?

Katarzyna Jowińska, Bolesławiec



Natura potrafi zaskoczyć, lecz ogrodowa niespodzianka czasem wynika z ludzkiego błędu.

- W przypadku czarnuszki biel kwiatów jest tzw. genetyczną cechą recesywną.
- Jeśli posadzimy sadzonki dzikiej niebieskiej czarnuszki pobrane prosto z rośliny matecznej, większość z nich zakwitnie na niebiesko, lecz niewielki procent uprawianych roślin może być biały. Prawdopodobnie to właśnie miało miejsce w pani przypadku.
- Co ważne – nasiona pobrane z tych białych kwiatów po wysianiu kiełkują, lecz kwitną raczej na niebiesko, ponieważ jest to gen dominujący.
- Warto jednak wiedzieć, że w sprzedaży czasem można znaleźć także typowo białe czarnuszki.
- Otóż hodowcy – po wyizolowaniu roślin kwitnących na biało oraz skrzyżowaniu ich z innymi białymi czarnuszkami – są w stanie otrzymać odmiany, z których nasion powstają głównie sadzonki kwitnące na biało.
- Poprzez krzyżowanie okazów o białych kwiatach z innymi białymi odmianami przez kilka pokoleń otrzymuje się w końcu nasiona, z których wyrastają wyłącznie białe rośliny.
- Mogła więc też pani po prostu kupić źle opisane nasiona białej odmiany.

Adres redakcji:
Mam Ogród
ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
e-mail: ogrody@bauer.pl

Redaktor Naczelna: Marta Lubartowska
Redaktor Zarządzająca: Elżbieta Bożek
Sekretariat: Agnieszka Niewiadomska

HUB PORADNIKI
Redaktor Zarządzająca: Monika Bobowska
Zastępca Redaktor Zarządzającej: Ilona Zawistowska
Zdrowie i psychologia: Małgorzata Germak (planer), Anna Szatan (koordynator), Marzena Bartoszuk, Magdalena Bauman, Agnieszka Czechowska, Patrycja Gruman, Barbara Komorowska, Magdalena Kozińska, Agnieszka Laszczka, Anna Penconek, Anna Skoczeń
Kuchnia: Dorota Sychowiec (planer), Maria Korczyńska (koordynator), Agnieszka Bałszan, Magdalena Lipka-Kozanka, Kinga Różycka-Kościuk, Barbara Tuleja

Trendy: Ilona Zawistowska (planer), Katarzyna Bokuniewicz, Ewa Hawrylik, Iwona Jakubowska-Hertz, Monika Kondela (koordynatorzy), Ewa Adamiak, Katarzyna Gawęda-Białostocka, Małgorzata Krośnicka, Magdalena Lipka-Kozanka, Anna Mietelska, Hanna Wojciechowska-Schwarz
Prawo: Elżbieta Wichrowska (planer), Aleksandra Adamiak, Anita Czerska
Podróże: Paweł Zapała (planer), Agnieszka Bartnikowska
HUB FOTOEDYCJA
Lider: Agata Zasada
Koordynatorzy: Emil Przygodzki, Magdalena Wojno
HUB GRAFICZNY
Dyrektor: Robert Latek
Liderzy: Agnieszka Andrzejewska, Michał Leuszniewicz, Wojciech Makowski
Koordynatorzy: Małgorzata Kaptur, Bartłomiej Raźny
Graficy: Leszek Chyliński, Jacek Czekała, Anna Fortuna, Robert Kowalczyk, Monika Grunt-Maj, Grażyna Szulkowska, Robert Zalewski

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j., ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa

Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie Zarządu:
Andrzej Choynowski, Marek Lasota

Director, Publishing Management / Dyrektor Pionu Wydawniczego Marek Lasota
Publisher/Wydawca: Magdalena Kotowska
Dyrektor Produkcji: Piotr Orełko

Dyrektor Biura Reklamy: Izabela Sarnecka
Biuro Reklamy: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa
www.reklama.bauer.pl
katarzyna.kilanowska@bauer.pl

Dyrektor Public Relations: Maciej Brzozowski

Dyrektor ds. Dystrybucji i Obsługi Klienta:
Piotr Ludwicki; e-mail: piotr.ludwicki@bauer.pl
Prenumerata redakcyjna krajowa i zagraniczna:
67 210 86 05, e-mail: prenumerata@bauer.pl

Zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać bezpośrednio na stronie: **www.czytelnia.pl**

Okładka: Shutterstock
Druk: Walstead Kraków Sp. z o.o.

Copyright:
Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j., Warszawa
Wydawnictwo jest członkiem Izby Wydawców Prasy. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**

Fot.: BAUER; Shutterstock (2)

Ostatnia prosta w uprawie warzyw dyniowatych

W tym roku pierwszy raz posadziłem patisony. Zastanawiam się, czy mogę jakoś przyspieszyć dojrzewanie owoców, które powoli już się wybarwiają na moich grządkach.

Tomasz, e-mail

- Dobrze mieć teraz dojrzewające patisony pod kontrolą.
- Warzywa dyniowate szybciej będą gotowe do zbioru, jeśli otrzymają większą dawkę światła.
- Najprostszym sposobem na dostarczenie dojrzewającym owocom maksymalnej ilości światła słonecznego jest usunięcie kilku liści, które mogłyby je zasłaniać.
- Dzięki temu szybciej dojrzeją, będą lepiej wybarwione, a przy okazji także smaczniejsze.
- W trakcie formowania się owoców nie można dopuścić do przesychania roślin. Proszę też unikać moczenia ich podczas podlewania.



Czekałam na piękne kwiaty, lecz się nie rozwinęły

Na mojej niedawno nabytej działce rosły krokosmie. Liczyłam na to, że latem ozdobią ją kolorowymi kwiatami. Niestety do dziś nie zakwitły. Jaka może być tego przyczyna?

Martyna Nawrot, e-mail



- Prawdopodobnie rośliny mają za mało miejsca, więc nie otrzymują wystarczającej ilości światła. Ciasno rosnące okazy trzeba co kilka lat rozsadzać jesienią.
- Przed ponownym wsadzeniem kęp proszę wymieszać podłoże z porcją kompostu, bo w zbyt suchym środowisku również mogą słabiej się rozwijać i kwitnąć.

Chcesz zapytać o poradę? Napisz do nas!
Potrzebujesz wskazówek? Jesteśmy tu dla Was! ogrody@bauer.pl

WYDANIE SPECJALNE MAGAZYNU „KOBIETA I ŻYCIE”

Z przepiśników naszych mam i babć

NOWOŚĆ!



AŻ 90 PRZEPISÓW NA:

- DOMOWE ZUPY, MIĘSA, CIASTA NASZYCH CZYTELNICZEK
- KULINARNE HITY Z „KOBIETY I ŻYCIA” SPRZED LAT

Dostępne w dobrych punktach sprzedaży prasy i na czytelnia.pl

REKLAMA

Dzięki nim podjazdy, tarasy i ścieżki lepiej zniosą słotną jesień i mroźną zimę. Warto je stosować, gdy dni są jeszcze ciepłe i suche.

Impregnaty do kostki

Zabezpieczą nawierzchnie



powłokotwórczy

Impregnat do kostki Aquastop Dragon, ok. 21 zł/l
- baza: silikonowa, rozpuszczalnikowa (wysoce łatwopalna – zarówno ciecz, jak i opary)

Kiedy się sprawdzi?

- gdy chcesz **wzmocnić kolor**
- **zabezpiecza przed mchem** i utratą koloru
- nadaje **efekt mokrej nawierzchni**

Do czego się nie nadaje?

- do świeżych, **niesezonowanych nawierzchni**
- do nakładania na **mech lub starą powłokę** (najpierw trzeba je usunąć)

Zalety warte uwagi

- **nakłada się tylko dwie warstwy** metodą mokre na mokre (drugą warstwę trzeba aplikować, zanim wyschnie pierwsza)
- **szybko wysycha**, po nałożeniu drugiej warstwy wystarczą dwie godziny przy temperaturze ok. 20°C

Jakie ma wady?

- **nie można odłożyć malowania** drugiej warstwy na następny dzień
- **powłoka może się ścierać**



koloryzujący

Silbruk kolor, Lakma, ok. 60 zł/l
- baza: rozpuszczalnikowa, z dodatkiem pigmentu, do chłonnych podłoży mineralnych

Kiedy się sprawdzi?

- gdy **kolor betonowych elementów wyblakł lub się nie podoba**, dostępne odcienie: antracytu, grafitu, brązu, czerwieni, szarości lub żółci

Do czego się nie nadaje?

- do **nawierzchni z klinkieru i kamienia naturalnego**
- także do zastosowań **wewnątrz budynków**

Zalety warte uwagi

- **nadaje się do renowacji kostki**, która nie wygląda już najlepiej – działa jak farba do betonu
- **nie zmienia właściwości antypoślizgowych** betonowych nawierzchni
- **chroni beton przed korozją** pod wpływem warunków atmosferycznych

Jakie ma wady?

- wymaga nakładania **2-3 warstw**
- **schnie 12 godzin**, w tym czasie nawierzchnia jest wyłączona z użytku



penetrujący

Dynasil Wet, Consil, ok. 87 zł/l
- baza: rozpuszczalnikowa, z efektem wzmocnienia koloru, nie zawiera żywic akrylowych, przeznaczony do zastosowań profesjonalnych

Kiedy się sprawdzi?

- do **kamieni naturalnych, betonu i ceramiki wewnątrz i na zewnątrz**
- dobrze radzi sobie z **ochroną nawierzchni przed tłuszczami**

Do czego się nie nadaje?

- gdy chcesz, **by kolor pozostał niezmieniony**
- **w miejscach zawilgoconych** i ze świeżymi spoinami

Zalety warte uwagi

- **wzmacnia powierzchnie**, zwiększając wytrzymałość mechaniczną nawierzchni
- **nie tworzy powłoki, więc nie łuszczy się z czasem i nie zatyka porów** materiału, jego paroprzepuszczalność się nie zmienia

Jakie ma wady?

- po utwardzeniu **nie można go usunąć z powierzchni niechłonnych** (jak tworzywo)

Fot.: Adobe Stock; materiały prasowe/CONSIL, DRAGON, LAKMA

Znalezione w sklepie



PROMOCJA

Cholesterol pod kontrolą

Suplement diety z ekstraktem z bergamoty, czosnku i witaminą C dla dorosłych. Bez glutenu i laktozy, odpowiedni dla wegan i wegetarian. Czosnek pomaga utrzymać prawidłowy poziom cholesterolu i wspiera mikrokrążenie, a witamina C wspiera funkcjonowanie naczyń krwionośnych. Bergamil Forte, ok. 27 zł/30 kapsułek

I nic cię nie ugryzie!



Płyn na komary i kleszcze 50% DEET dzięki wyjątkowo wysokiemu stężeniu substancji odstraszającej, chroni do 12 h przed komarami, do 10 h przed tropikalnymi i meszkami oraz do 9 h przed kleszczami. Niezastąpiony podczas podróży, biwaków i aktywności na świeżym powietrzu. Dostępny w wersji turystycznej, umożliwiającej zawieszenie na szyi lub przypięcie do plecaka. Więcej na bros.pl

Pilarka do gałęzi

Składana pilarka Fiskars do gałęzi ma trzy pozycje ostrza, które zapewniają gładkie cięcie i szybko gojące się rany drzew. Ostrze można wymienić.
Jula, ok. 109 zł



Słodki przerywnik

Cukierki Aroniowe z ekstraktem aronii i witaminy C firmy Reutter. Dzięki owocowemu aromatowi stanowią atrakcyjną formę słodkiej przekąski.
Do kupienia w aptekach i zielarniach, ok. 15 zł/50 g





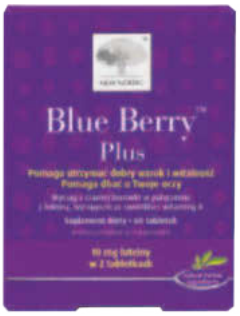
Rumianek i peonia

Oto duet doskonały dla włosów. Odżywka regenerująca nadaje sprężystość i miękkość przesuszonym, puszącym się włosom. Lekka formuła nie obciąża pasm, poprawia kondycję kosmyków. Herbapol, 12 zł/200 ml

Naturalna apteka

„Wielki zielnik roślin leczniczych" – prezentuje 100 roślin i ich dobroczynne właściwości potwierdzane naukowo. Album wyróżnia się realistycznymi zdjęciami, zawiera praktyczne porady i receptury.
Wyd. Jedność





Zadbaj o wzrok

Suplement diety Blue Berry Plus z wysoką dawką luteiny, wyciągami z czarnej borówki i świetlika oraz witaminą A poprawia jakość widzenia o zmroku. Dostępny w aptekach i na newnordic.pl (ok. 65 zł/60 szt.).

Dla miłośniczek modnych koronek

Szukasz wygodnych butów do sportowych i eleganckich stylizacji? Lee Cooper proponuje platformy z koronką w kwiaty i sznurówkami ze złotą nitką. Mały detal, wielki efekt.
Lee Cooper, 129,99 zł



Trampolina ogrodowa

Sierpień to ostatnie dni zabawy na dworze. Trampolina Costway z siatką ochronną zapewnia bezpieczne skakanie dzięki stabilnej, stalowej ramie. Po wakacjach łatwo ją złożysz i schowasz.
Costway, 359 zł



Fot.: Adobe Stock (2); mat. prasowe

Kwiatowa panorama

kucharz okrętowy / strój opata
podnośnik
relacja kaprala / dewizowe w banku
gromadzony w kotłowni
symbol władzy monarchy
tama / trzepot
ogórkowy albo grzewczy
wschodnia sztuka walki
odmierzany przez zegar
utracjusz
1
wygarniana z komina
stawiany najeźdźcy
3
hazardowa gra w karty
wyrobiona opinia
zatarg, kłótnia
alkohol do sushi
trunek gronowy / cioteczny brat
szaniec
z niego rękawiczki
fotel króla / strzępwaty
potoczne praca
5
drogocenny naszyjnik
łyszczyk
jubilerski kamień we wstęgi
parzysty narząd
4
odgłos kół na bruku
źródło metalu
zaplecze wyprawy
szyfr
kołysze łajbą
oddycha skrzelami
wytrąca się z roztworu
do przesiewania mąki
dawka
zuch, śmiałek
jadalny skorupiak
mgła nad bagnem
ktoś ważny, wpływowy
grozi w upalny dzień
składnik czekolady
ludność wiejska
kaflowy lub martenowski
płynie z kranu
ma kiepski refleks
nacięcie, rowek
niższy od sopranu
puszcza, ostęp
przyprawa korzenna
gatunek wierzby
żołnierz ciężkiej jazdy
zgiełk, gwar / kokosowe drzewo
sztuczne złoto
cisza między słowami
osłona chłodnicy w samochodzie / cenne rzeczy
okres dziejowy
turnia nad Morskim Okiem
miara papieru
ośla cecha / kłoda
przełożony klasztoru
dzierży go kapitan
chłodna pora roku
6
12 miesięcy
wymarły przodek bydła
czerwony w zbożu
wypadek drogowy
ubierana zabawka
reprymenda
cząstka z jądrem
2
wejście do czołgu
imitacja włosów
burza w skali Beauforta
ozdobny kielich
grzywny albo więzienia
niedobór, deficyt



Fot.: Shutterstock

1	2	3	4	5	6



KOLAGENCITO

- wsparcie dla Twojego organizmu[1]!

Wzbogać swój codzienny jadłospis w kolagen i witaminę C razem z KolagenCito

Poznaj KolagenCito – produkt wzbogacony w postaci pastylek do ssania. To prosty sposób na wzbogacenie codziennego jadłospisu o kolagen i witaminę C.

[1]Witamina C pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania kości, chrząstki, dziąseł, skóry oraz naczyń krwionośnych. Dodatkowo witamina C pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.

Wystarczy ssać do 3 pastylek dziennie! KolagenCito to opatentowany produkt niemieckiej marki Reutter, która od ponad 110 lat rozwija swoje doświadczenie w tworzeniu wysokiej jakości produktów.

DOBRY WYBÓR



Szukaj KolagenCito w aptekach i sklepach zielarskich.

Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL ul. Dąbrowskiego 5 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl


CHODZIEŻ
1852
POLSKA GRUPA PORCELANOWA
wistil
2004–2024
LAUR KONSUMENTA
LIDER XX-LECIA
LAUR KONSUMENTA
2025
CITY
SPOKÓJ OCEANU