



## ČO JE TO PERMAKULTÚRA?



Pojem permakultúra – v zmysle trvalé poľnohospodárstvo či udržateľná kultúra – vznikol v 70. rokoch 20. storočia v Austrálii. Výskumník Bill Mollison a dizajnér životného prostredia David Holmgren, „otcovia“ modernej permakultúry, dospievajú k pochmúrnemu zisteniu, že nad budúcnosťou ľudstva visí hrozba vyčerpania väčšiny prírodných zdrojov, a to najmä energie.

Reagujú tak na nadmerné využívanie všetkých zdrojov, ako aj na nebezpečenstvo a škodlivý vplyv „konvenčného“ priemyselného a chemického poľnohospodárstva, ktoré životnému prostrediu, biodiverzite, vodným zdrojom, pestovaným

plodinám a zdraviu spotrebiteľov spôsobuje nenapraviteľné škody, zatiaľ čo jeho úroda stále klesá.

Skrátka permakultúra znamená navrhovať, vytvárať a zachovávať udržateľné ľudské ekosystémy, inšpirované prírodou. Okrem poľnohospodárstva sa zaoberá životným prostredím, entomológiou, ľudskými a spoločenskými vzťahmi, odovzdávaním poznatkov, energetickou účinnosťou atď.



## INŠPIRÁCIA A SPOJENIE S PRÍRODOU

Z pestovateľského hľadiska sa permakultúra usiluje uplatňovať zdravé, ziskové a udržateľné postupy (nielen zo strany poľnohospodárov, ale aj amatérskych záhradkárov), a to s cieľom dosiahnuť trvalé poľnohospodárstvo. Slovo permakultúra napokon vzniklo z anglického výrazu „permanent culture“.

Príroda však nemá slúžiť len ako zdroj inšpirácie, permakultúra ju musí aj dopĺňať. Je preto dôležité uprednostňovať ekologicky udržateľné postupy, využívať také zdroje energie, ktoré sú alternatívne, čisté a obnoviteľné (na rozdiel od energie získanej z jadrových a tepelných elektrární), optimálne hospodáriť s vodou, podporovať prítomnosť živočíchov (vrátane vzácného pomocného hmyzu a opelovačov), obmedziť plytvanie či produkciu odpadu atď.



## KONCEPČNÉ PRINCÍPY A ETICKÉ ZÁSADY

David Holmgren stanovil dvanásť koncepčných princípov a tri etické zásady, ktorými sa permakultúra riadi.

### 12 základných princípov

- 1 Pozorovať a vzájomne na seba pôsobiť
- 2 Zachytávať a skladovať energiu
- 3 Dopestovať úrodu
- 4 Uplatňovať samoreguláciu a prijímať spätnú väzbu
- 5 Využívať a vážiť si obnoviteľné zdroje a služby
- 6 Neprodukovať žiaden odpad
- 7 Smerovať od ucelených štruktúr k detailom
- 8 Uprednostniť začlenenie pred rozdeľovaním
- 9 Vyberať si radšej menej rozsiahle, pomalé riešenia
- 10 Využívať a ceniť si rozmanitosť
- 11 Využívať a vážiť si vedľajšie, okrajové prvky
- 12 Využívať zmeny a tvorivo na ne reagovať

**3 etické zásady:** starať sa o Zem, starať sa o ľudí, spravodlivo rozdeľovať zdroje a pre-rozdeľovať prebytky.



## ZO ZÁHRADY NA BALKÓN

Pestovanie zeleniny a drobného ovocia v črepníkoch či žardiniére, pravdaže, nikdy neprinesie takú úrodu ako zeleninová záhrada „na voľnom priestranstve“. Netreba však zúfať! Premyslený návrh a rozumné využitie aj toho najmenšieho balkóna dokáže rodine uspokojiť veľkú časť potrieb ovocia, zeleniny a bylín. Rovnako dô-



ležitý je aj fakt, že ekologická záhradka na balkóne umožňuje členom rodiny získať plnú kontrolu nad kvalitou vypestovaných a spotrebovaných potravín. Rodina si takto navyše zabezpečuje relatívnu potravinovú sebestačnosť, no pravdepodobne jedna z najväčších výhod spočíva v nezanedbateľných finančných úsporách.





# PERMAKULTÚRA NA BALKÓNE: SVEDOMITÁ A UDRŽATEĽNÁ ZELENINOVÁ ZÁHRADA NAD ZEMOU



Dopěstovať si vlastné organické ovocie a zeleninu podľa zásad permakultúry je možné aj bez vlastníctva pôdy. Permakultúra si na rozdiel od konvenčnejších foriem pestovania vyžaduje menej práce, menej starostlivosti a menej údržby, takže ak človek rešpektuje priestorové obmedzenia a prispôsobí im svoje rozhodnutia a postupy, na pestovanie mu potom stačí aj obyčajný balkón.

## PRIJATIE CHÝB ČI NEÚSPECHU

Neskúseným záhradkárom sa môže zdať snaha založiť si vlastnú záhradu na netra-

dičnom mieste nad zemou ako neľahká výzva, no určite to nie je nemožné. Dokonca ide o veľmi obohacujúcu a vzrušujúcu skúsenosť. Hlavné je dodržiavať určité pravidlá a postupovať obozretne, ale tiež sa netreba báť robiť chyby alebo čeliť aj neúspechom, ktorým sa na začiatku takmer nedá vyhnúť.

Hoci napríklad jahoda tento rok vôbec nezarodila, neznamená to, že sa stala katastrofa. Dôležité je nenechať sa odradiť, nevešať hlavu, poučiť sa z vlastných chýb, nedostatky napraviť a predovšetkým sa tešiť z rúk ušpinených od zeme, zo zbierania zdravej, chutnej a čerstvej zeleniny.





## PÄŤ ZÁKLADNÝCH RÁD

Na čo najväčšiu šancu na úspech:



- 1 Zvážte orientáciu balkóna:** rastliny rozmiestnite podľa dopadu slnka na priestor pestovania. Niektoré druhy zeleniny, ako sú papriky alebo paradajky, možno pestovať na priamom slnku, zatiaľ čo iným rastlinám, ako napríklad šalátom, sa lepšie darí v polotieni.
- 2 Zohľadnite horizontálne aj vertikálne možnosti priestoru:** každý balkón má obmedzenú plochu, priestoru na pestovanie tam veľa nie je. Môžeme ho však „nafúknuť“ vertikálnym pestovaním niektorých rastlín, čím sa uvoľní miesto na podlahe. Napríklad popínavú fazuľu či vinič nechajte rásť po mriežke, ťahavým paradajkám zasa pomôžu drôty či kuželovitá podporná konštrukcia.
- 3 Začnite kompostovať:** permakultúra je ekologickejšia vízia pestovania a života, preto sa tvorba vlastného domáceho kompostu považuje za samozrejmosť. Dobrou správou je, že vďaka vermikompostovaniu si kvalitný kompost bez nepríjemného zápachu dokážete vytvoriť aj na balkóne či priamo v domácnosti (napríklad v nevyužitom kúte kuchyne). Môžete sa však obrátiť aj na susedské združenia, ktoré zbierajú bioodpad
- na spoločné kompostovanie: bližšie informácie vám poskytne miestna samospráva.
- 4 Uprednostňujte recyklované materiály:** aj tu zaväzú ekologické hľadisko, a preto dávajte prednosť predmetom získaným z druhej ruky alebo tým recyklovaným. Črepníky a žardiniéry skúste vysnožiť v starinárstve, nádoby pozbierajte od priateľov, vytvorte si vlastnú žardiniéru z palety, čo sa vám len tak považuje pod nohami...
- 5 Vytvorte priestor pre biodiverzitu:** všetok hmyz, vtáky či slimáky sú v prírode užitočné. Ukázkovým príkladom je lienka, ktorá si pochutnáva na voškách, alebo včela, čo opeľuje rastliny. Zeleninová organická záhrada na balkóne, ktorá sa riadi zásadami permakultúry, má v prvom rade podporovať život na balkóne tým, že slúži aj ako krmidlo pre hmyz a vtáky. Je iba na vás, aby ste zistili, ktoré nenásilné riešenia zafungujú: rozloženie sietí, každodenná kontrola záhonov, zalamovanie nežiaducich rastlín, ochrana pred vetrom alebo slnkom atď. Postupne prídete na to, čo na záhradke „škrípe“ a nájdete si vlastný systém.



# CUKETA

**VEDECKÝ NÁZOV:** *Cucurbita pepo*  
**BOTANICKÁ ČEĽÁD:** *Cucurbitaceae*  
**VHODNÉ UMIESTNENIE:** na slnku  
**ZALIEVANIE:** hojné, v lete každodenné



Pochádza zo Strednej Ameriky a ide o zaujímavú plodinu na pestovanie. Keď si v raste nájde svoj rytmus, nepretržite prináša stále nové plody. Jedna rastlina tak pokryje potreby troj- až štvorčlennej rodiny. Na malé balkóny sa lepšie hodia neplazivé odrody. Očarí aj tým, že vďaka veľkým žltým kvetom pôsobí na pohľad veľmi esteticky.

## PESTOVANIE

1 V apríli až máji cuketu zasadte v interiéri (20 °C), pričom na jeden črepník potrebujete 3 – 4 semená. Po vyklíčení si nechajte tú najmocnejšiu rastlinu a črepník umiestnite na dobre osvetlené miesto.

2 V polovici mája presadte rastlinu na balkón do črepníka s výškou 40 cm a šírkou 35 cm a umiestnite ho na slnečné miesto chránené pred vetrom.

3 Ak chcete obmedziť jej rast a podporiť vetvenie, počkajte, kým rastline narastie 4 alebo 5 listov a potom odštipnite vrchol hlavnej stonky nad druhým listom. Následne odštipnite konce stoniek, tak aby za každým plodom zostali 2 listy.

⇒ **Cuketu hojne zalievajte**, v lete každý deň (v závislosti od horúčav), dávajte však pozor, aby v podmiske voda nezostala stáť. Každé dva týždne do vody na polievanie pridávajte tekuté organické hnojivo.

⇒ **Plody zbierajte**, skôr než príliš narastú (čím sú väčšie, tým viac chuti strácajú).



## OBLÚBENÉ ODRODY

- 'Gold Rush F1' (neplazivá odroda, dlhé žlté plody)
- 'Ronde de Nice' (neplazivá, okrúhle svetlozelené plody)
- 'Coucourzelle' (neplazivá odroda, dlhé tmavozelené plody so svetlozelenými pruhmi)







# ŠALÁT

**VEDECKÝ NÁZOV:** *Lactuca sativa*  
**BOTANICKÁ ČEĽAD:** Asteraceae  
**VHODNÉ UMIESTNENIE:** na slnku, v polotieni  
**ZALIEVANIE:** mierne, pravidelné

Pre záhradkára, a to aj pre začiatočníka, ktorý sa chce venovať malej záhradke na balkóne, má šalát dve veľké výhody. Po prvé, veľmi ľahko sa pestuje. A po druhé, má veľmi plytké korene, čo z neho robí potravinu dokonale prispôsobenú na pestovanie v kvetináčoch. K úrode sa dostanete rýchlejšie, ak nebudete siať semená, ale zasadíte si maličkú priesady či väčšie sadenice.

## PESTOVANIE

1 Najlepšia teplota na klíčenie semien je 15 až 20 °C. Listový šalát do kvetináča zasejte v polovici apríla. Semená pokryte tenkou vrstvou zeminou a pôdu udržiavajte vlhkú až do vyklíčenia. Mladé rastliny preriedte.

2 Hlávkový šalát môžete v interiéri zasieť aj skôr. Keď majú mladé rastliny 4 alebo 5 listov, presadte ich do samostatných kvetináčov s priemerom 15 – 20 cm alebo do väčších nádob, tak aby boli od seba vzdialené aspoň 20 cm.

3 Zalievajte pravidelne, aby pôda okolo koreňov zostala vlhká, no v podmiske voda nezostala stáť. Každé dva týždne sa odporúča prihnojiť tekutým organickým hnojivom.

➤ **Vonkajšie listy listového šalátu** možno zbierať pravidelne, keďže mu dorastajú nové. Hlávkový šalát sa zbiera, keď je hlávka pevná.



## OBLÚBENÉ ODRODY

- 'Lollo Rossa' (listový šalát, jemné mladé listy)
- 'Kendo' a 'Blonde du Cazard' (hlávkový šalát s dobrou odolnosťou voči chorobám)
- 'Blonde de Paris' (šalát batavia, má svetlú hlávku a chrumkavé listy)
- 'Reine des Glaces' (letný šalát batavia, rastie rýchlo, má pevnú hlávku a chrumkavé listy)

