

4 časté mýty v péči o trávník

Chcete mít krásný a zdravý trávník? V péči o něj koluje řada mýtů, které to jsou?



Dokonalý trávník musí být posekaný

Velkým mýtem je názor, že upravený trávník je nutně posekaný „na ježka“. Nic proti krásně stříženému golfovému greenu, ale pokud budete improvizovat se stříhem trávníku, můžete získat ještě mnohem víc. „Odborníci uvádějí správnou výšku trávníku v rozmezí 3 až 4 cm, což dává v zásadě dobrý smysl. S výškou trávníku si však můžete pohrát. Nemusíte se omezovat na nekonečné plochy se stejnou délkou trávy. Mnohem zajímavějšího dojmu docílíte, pokud využijete možnosti moderních sekaček a nastavíte si k různým účelům různou výšku sečení a někde necháte trávu tak, jak je,“ doporučuje Jan Kovačka, majitel sítě prodejen HECHT – specialista na zahradu. V teplých měsících, obzvláště ve větším suchu, je dobré ponechat porost vyšší, aby lépe schraňoval vlhkost, jinak může hrozit jeho vysychání. Naopak v deštivých dnech je vhodné sekat častěji.

Čím častěji zaléváme, tím lépe

Není to pravda, častá záливka může škodit. Ale ať už jste zaseli trávník nový, nebo pečujete o ten stávající, závlaha je potřeba. Sucho trávě dobře nedělá a choulostivé klíčky by mohly brzo uschnout. Zavlažujeme však rovnoměrně, aby z našeho trávníku nevznikl rybník. Vyvarujte se také častému zalévání malým množstvím vody. Dosáhnete tak jen hlubokého růstu kořenů a v období sucha hrozí celkové uschnutí trávníku. Každopádně je vhodné trávník od jara do podzimu zalévat pravidelně, alespoň dvakrát týdně. Za nejvhodnější část dne je pokládán večer, kdy se voda tolik neodpařuje. Odborníci doporučují na každý metr čtvereční minimálně 5 litrů vody.

Vertikutace je zbytečná a může uškodit

„Vertikutací neboli prořezem trávníku docílíte rozrušení povrchu, zajistíte zvýšení přísunu vzduchu, vody, světla, podpoříte kořenový systém a omezíte tvorbu mechů a travní plsti. Tato péče tak zajistí zdravě vypadající trávník a pravidelný porost,“ říká Jan Kovačka a dodává: „Vertikutovat je vhodné ideálně 2x ročně, na jaře a pak na podzim. Samozřejmě vždy záleží na konkrétních podmínkách a počasí, teplota by neměla nikdy klesnout pod 8 stupňů. Špatně provedená vertikutace se projeví na delší době nutné k regeneraci trávníku. Půda nesmí být promáčená, aby nedocházelo k vytrhávání drnů a zalepování nožů půdou. Také by ale neměla být vyschlá a tvrdá, protože do takové půdy se nože nezařijí. Nejlepší období nastává přibližně 2 dny po dešti.“

Pár dnů před vertikutací můžete na stinných místech použít prostředek na hubení mechu, aby vertikutátor odstranil již odumřelý mech. Ostrými, vertikálně rotujícími noži na hřídeli vertikutátoru, prořežte trávník do hloubky nejvýše 2 až 3 mm. Před samotnou vertikutací pak z trávníku odstraňte nečistoty (listy, větve, klacíky).

Trávník si poradí sám

Je pravda, že zdravý trávník si dokáže poradit s ledasčím, ale zacelení míst, kde tráva neroste, pro něj může být z nejrůznějších důvodů těžké. Proto se nebojte mu pomoci.

pokračování na str. 111



Zdroj: [www: http://press.aspen.pr/](http://press.aspen.pr/)

Hloh list s květem obecný



Květy hlohu jsou léčebně nejúčinnější. Hlavní a nejvýznamnější použití hlohu je na srdeční nemoci. Posiluje a prokrvuje srdeční sval, uklidňuje i povzbuzuje činnost srdce, odstraňuje silné bušení a arytmií, rozšiřuje věnčitě cévy srdce. Čaj z hlohu pomáhá při celkové únavě, nedostatku energie, pocitech strachu a nervozity, při závratích, těžkém dýchání a při hučení v uších.

Květ hlohu obecného se používá k rozšiřování cév, zejména srdečních a mozkových. Posiluje průtok krve srdcem, reguluje krevní oběh, má uklidňující účinky, snižuje krevní tlak a zlepšuje zásobení mozku kyslíkem a živinami. Příznivé účinky hlohu byly zaznamenány zejména při jeho dlouhodobém užívání starými lidmi postizenými "srdeční slabostí". Hloh působí velmi pomalu. Jeho příznivé účinky se projevují až po několika týdnech, někdy až měsících, kdy je třeba ho užívat denně bez přerušení. Potom jsou však překvapivě dobré a trvalé. Hloh je třeba začít užívat preventivně, hned při prvních příznacích srdečních těžkostí, kdy ještě není nutné brát jiné, silnější léky. Hloh také prospívá žilám a tepnám, zabraňuje tvorbě křečových žil, varikoznímu ekzému a zánětu žil.

Účinné látky

Květy hlohu obsahují triterpenové kyseliny, aminopuriny (adenosin, adenin, guanin), flavonoidy, antokyany, kvercetin, pektiny, saponiny, třísloviny, v plodech jsou dále přítomny karoteny, cukry a vitaminy B a C.

Lidové názvy Hlohu

Tato bylina je známa také pod názvy hložek, hlohyně, hloží, hložinky, loh, loch, luhovec, pluháč, plucháč, srdeční chléb, strom štěstí, trn nebo trní.