

<b>Poděkování</b>	<b>v</b>
<b>Předmluva</b>	<b>vii</b>
<b>Úvod – pár slov o zdraví</b>	<b>ix</b>
<b>1. Hlavní rysy zdravé zahrady</b>	<b>1</b>
Spolupráce a tolerance místo boje	1
Omyl první: Půda je jen něco jako výrobní prostředek.	2
Omyl druhý: Plevel je nutno hubit, půda musí zůstat stále čistá.	3
Omyl třetí: Škůdce je třeba hned v začátku vyhubit, aby se nemohli rozmnožit.	6
Omyl čtvrtý: Všechno listí je potřeba na podzim shrabat a spálit.	11
<b>2. Uspořádání zdravé zahrady</b>	<b>12</b>
<b>3. Zdravá půda</b>	<b>18</b>
Předem bychom měli vědět, které naše zásahy mohou půdní organismy ohrozit	18
a) Hnojení anorganickými (syntetickými) hnojivy	18
b) Používání herbicidů a pesticidů	19
c) Vystavování půdy slunci	19
d) Vystavování půdy proudu vody	19
e) Obracení půdy „vzhůru nohama“	20
Jak půdě dodat organické látky	22
Hnojení kompostem	22
Zelené hnojení	24
Hnojení tekutými organickými hnojivy	26
Zapravení organických doplňků s pozvolným rozkladem	26

Nastýlání tenkou vrstvou organického materiálu neboli mulčování	27
<b>4. Odolnost rostlin</b>	<b>30</b>
<b>5. Plevelé jako užité rostliny</b>	<b>57</b>
<b>6. Zdravé sousedské vztahy</b>	<b>63</b>
<b>7. Hra světla, stínu a tvarů</b>	<b>70</b>
<b>8. Pomocníci z živočišné říše</b>	<b>78</b>
<b>9. Prevence</b>	<b>86</b>
Co dělat proti šíření houbových chorob	87
Co s nevídanými živočichy	90
<b>10. Kalendárium zdravé zahrady</b>	<b>97</b>
Březen	97
Duben	99
Květen	100
Červen	102
Červenec	103
Srpen	104
Září	106
Říjen	107
Listopad	108
Prosinec	109
Leden	110
Únor	110
<b>11. Zdravá zahrada – zdravý zahradník</b>	<b>112</b>
<b>12. Zahrada pro zdravé a šťastné děti</b>	<b>116</b>
<b>Použitá literatura</b>	<b>122</b>
Další užitečné kontakty a zdroje, ze kterých jsem čerpala náměty a poučení	124
<b>Závěrem</b>	<b>126</b>
<b>Slovo o autorce</b>	<b>127</b>
<b>Rejstřík</b>	<b>128</b>
<b>Barevná příloha</b>	<b>131</b>