

# OBSAH

<b>1. PŘEDMLUVA: ZAHRADNÍ TERAPIE</b>	<b>6</b>
<b>2. ZÁKLADY ZAHRADNÍ TERAPIE</b>	<b>9</b>
<b>2.1. Co je zahradní terapie?</b>	<b>10</b>
2.1.1. Oblasti použití	11
2.1.2. Odborníci	12
2.1.3. Účastníci	13
2.1.4. Místa realizace	13
2.1.5. Cíle	14
2.1.6. Účinky	16
2.1.7. Programy	17
2.1.8. Kritéria pro vyloučení	18
2.1.9. Definice a modelový popis zahradní terapie	18
2.1.10. Vymezení	20
<b>2.2. Historie zahradní terapie</b>	<b>21</b>
2.2.1. Od neolitu do 19. století	21
2.2.2. Další vývoj v USA	22
2.2.3. Historie zahradní terapie v Evropě	25
2.2.4. Moderní vývoj mimo USA a Evropu	29
<b>2.3. Zahradní terapie a Green Care - komplexní pohled</b>	<b>30</b>
2.3.1. Green Care v Rakousku	30
2.3.2. Příklady opatření Green Care z praxe	33
2.3.3. Vypracování modelu Green Care	54
<b>2.4. Zahradní terapie a Green Care ve vědě a v praxi</b>	<b>59</b>
2.4.1. Aktuální situace v praxi v Rakousku a Evropě	59
2.4.2. Aktuální stav ve vědě v Rakousku a Evropě	63
<b>3. ZAHRADNÍ TERAPIE - K ČEMU JE DOBRÁ A JAK PŮSOBÍ?</b>	<b>71</b>
<b>3.1. Vztah mezi člověkem a přírodou</b>	<b>72</b>
3.1.1. Vědecko-teoretické pozadí	73
3.1.2. Vztah mezi přírodou a zdravím člověka	75
<b>3.2. Vztah mezi člověkem a krajinou</b>	<b>80</b>
3.2.1. Lidský prožitek z krajiny	81
3.2.2. Lidské vnímání krajiny	83

<b>3.3. Vztah mezi člověkem a zahradou</b>	<b>85</b>
3.3.1. Role zahrad a zahradničení v lidském životě	85
3.3.2. Účinky zahradničení ve všedním životě	87
3.3.3. Účinky zahrad v zařízeních	89
<b>3.4. Vztah mezi člověkem a rostlinou</b>	<b>91</b>
3.4.1. Úvodní poznámky	91
3.4.2. Šíře působení rostlinných faktorů a oblasti využití	92
3.4.3. Vědecko-teoretické pozadí	93
3.4.4. Vztah mezi člověkem a rostlinou jako střídání akce a reakce	94
3.4.5. Signály rostlin a jejich smyslové vnímání člověkem	97
<b>3.5. Závěry a účinky zahradní terapie</b>	<b>101</b>
3.5.1. Starší lidé a geriatrickí pacienti	102
3.5.2. Děti a mládež	104
3.5.3. Lidé s psychickými obtížemi	106
3.5.4. Lidé v rehabilitaci a s fyzickými obtížemi	109
3.5.5. Několik závěrečných poznámek	110
<b>4. PŘEDMLUVA K PRAKTICKÝM PŘÍKLADŮM</b>	<b>113</b>
<b>4.1. Jaro – Výsev rostlin</b>	<b>115</b>
<b>4.2. Jaro – Čtvercový záhon</b>	<b>119</b>
<b>4.3. Jaro – Květináč pro sladké plody</b>	<b>123</b>
<b>4.4. Jaro – Velikonoční stavba hnízd</b>	<b>126</b>
<b>4.5. Jaro – Jarně osázený podnos s kelímky</b>	<b>128</b>
<b>4.6. Jaro/podzim – Od louky k pěstování zeleniny</b>	<b>130</b>
<b>4.7. Od jara do léta – Pěstování rostlin z řízků</b>	<b>133</b>
<b>4.8. Léto – Kytice</b>	<b>137</b>
<b>4.9. Léto – Osázení balkónového truhlíku v létě</b>	<b>140</b>
<b>4.10. Léto – Vázání věnců z bylin</b>	<b>143</b>
<b>4.11. Léto – Podnos na sklenice s předměty různých tvarů a povrchů</b>	<b>146</b>
<b>4.12. Léto – Péče o rostliny – podceňovaná činnost</b>	<b>149</b>
<b>4.13. Léto – Drátěná váza s rostlinami kvetoucími v létě</b>	<b>151</b>
<b>4.14. Od jara do podzimu – Sběr bylin (varianta 1: květy a listy)</b>	<b>153</b>
<b>4.15. Od jara do podzimu – Sběr bylin (varianta 2: sušení bylin ve svazcích)</b>	<b>157</b>
<b>4.16. Od jara do podzimu – Lahodná kuchyně pro začátečníky</b>	<b>160</b>
<b>4.17. Od jara do podzimu – Zástěna ze silných rostlin</b>	<b>163</b>
<b>4.18. Od jara do podzimu – Tvořivé lisování rostlin</b>	<b>167</b>

4.19. Od jara do podzimu - Všelíjaká pesta z divoké bylinkové kuchyně	170
4.20. Podzim - Aranžmá z větviček a předmětů nalezených na zahradě	173
4.21. Podzim až jaro - Výsadba pro pestré jaro	175
4.22. Zima - Zimní vitalita s výhonky ze sklenice	178
4.23. Zima - Zimní světlo svíček	181
4.24. Zima - Vypichovaný adventní věnec	183
4.25. Zima - Proutěný obelisk pro popínavé rostliny	186
4.26. Zima - Trvanlivý zimní věnec	189
4.27. V každém ročním období - Malování rostlinnými barvami	191
4.28. V každém ročním období - Výroba bylinkové soli	196
4.29. V každém ročním období - Bylinky pro krásu	199
4.30. V každém ročním období - Péče o řezané květiny v Unverblümt	202
<b>5. PŘEDSTAVUJEME AUTORSKÝ KOLEKTIV</b>	<b>205</b>
<b>6. SEZNAM LITERATURY</b>	<b>209</b>
<b>7. REJSTŘÍK</b>	<b>223</b>
<b>8. PŘEDSTAVUJEME PARTNERY PROJEKTU</b>	<b>238</b>
<b>9. IMPRESUM</b>	<b>247</b>