

PREHĽAD MOŽNOSTÍ ZATIENENIA (OD OKAMŽITÝCH PO TRVALÉ)

1. Rýchle a mobilné riešenia (Okamžitá pomoc v horúčavách)

- Pritieňovacie pritienenie (30 % – 50 % tienenie): Prepúšťajú vzduch aj časť svetla, ale odstrihnú extrémny slnečný žiar. Ideálne pre zeleninové záhony a skleníky.
- Staré záclony, plachty a jutovina: Recyklované, lacné a vysoko účinné riešenie na natiahnutie cez kolíky priamo nad ohrozené záhony.
- Trstinové a bambusové rohože: Estetické, prírodné tienenie na konštrukcie, pergoly alebo skleníky.

2. Živé a prirodzené tienenie (Permakultúrne & Dlhodobé)

- Vysoké sprievodné plodiny (Vertikálne členenie): Výsadba kukurice, slnečníc či topoľovky na južnú stranu citlivých záhonov (napr. pre šaláty, hlúboviny či uhorky).
- Jedlé a okrasné popínavky na konštrukciách: Akeia, vinič, mini kivi či fazuľa ozdobná vytvorí nad záhonom alebo sedením živý, chladivý strop.
- Agrolesníctvo & Ovocné stromy: Výsadba stromov s redšou korunou (napr. moruše, mladé jablone), ktoré vytvárajú tzv. „mramorový tieň“ (pohyblivý polotieň počas dňa).

Praktické tipy na zatienenie pre rôzne časti záhrady

Skleník a fóliovník v lete:

- Chyba: Nechať ho holý (zmení sa na saunu nad 50 °C).
- Riešenie: Natiahnutie prietiňovacej siete zvonku alebo nástrek vápenným mliekom/zatieňovacou farbou na sklo.

Zeleninové vyvýšené záhony:

- Zapichnutie jednoduchých oblúkov (z lešenárskych rúrok alebo dreva) a prehodenie tkaniny počas najhorších horúčav v júli a auguste.

Mladé stromčeky a kríky:

- Zatienenie kmeňa a koruny z južnej strany trstinovou rohožou alebo výsadbou vysokých trvaliek z južnej strany, kým strom dostatočne nezakorení.

Krásna jedlá záhrada

NAPLÁNUJ - VYBUDUJ - VYPESTUJ

Záhrada, ktorá dáva zmysel. Bez chaosu, bez driny, bez chémie.



KOMPLETNÝ SYSTÉM: NÁVRH, BUDOVANIE A PESTOVANIE BEZ DRINY

- 32 detailných videolekcií a 45 hodín hodnotného obsahu (vrátane 10 odborných webinárov, záznamov z výziev a ukazovateľov dizajnovania v praxi).
- 3 ucelené časti kurzu: Naplánuj (253 €), Vybuduj (217 €) a Vypestuj (253 €).
- 5 ročný prístup k celému obsahu – študujete vlastným tempom v pokoji domova. (Hodnota samostatného obsahu: 723 €)

EXKLUZÍVNY AZORSKÝ ŠPECIÁL (ROČNÍK 2026/2027)

- Budete mi pozerieť priamo cez rameno a svoj záhradný projekt tvoriť v reálnom čase paralelne so mnou. (Hodnota bonusu 168 eur.)

ŽIVÉ VEDENIE A GARANTOVANÝ VÝSLEDOK

- Individuálna konzultácia vášho návrhu 1 na 1 so mnou.
- Polročné živé sprevádzanie – 6x mesačná online skupinka, v ktorej pre veľký úspech väčšina pokračuje ďalej aj celé roky. (Hodnota bonusu: 123 €)

TROJKROKOVÝ SYSTÉM & ŽIVÁ KOMUNITNÁ PODPORA

Užitočná WhatsApp trieda (infokanál), mesačné živé stretnutia a AI LifeReseták vás povedú krok za krokom.

Vďaka tomuto systému náš program neskončí ako ďalší zabudnutý kurz, do ktorého ste sa mesiace neprihlásili. Stále tu budem ja a naša komunita študentov, aby sme vás inšpirovali a vy ste na tvorbu svojho jedlého raja neboli nikdy sami. Hodnota bonusu nevýčisliteľná!

BONUSY

- Moja osobná polročná podpora na online stretnutiach - 6 podporných stretnutí každý mesiac (stredy o 20:00), kde vás metodicky prevediem kurzom, odpoviem na otázky a pomôžem s vaším dizajnom.
- Záznamy zo stretnutí a prístupy do celého kurzu na 5 rokov.



LifeReseťák - váš AI záhradný asistent v mobile 24/7

- Predstavte si, že v nedeľu večer objavíte na rastlinách škodcu alebo chorobu. LifeReseťák vám okamžite v mobile navrhne domáce bio postreky a výluhy.
- Obsahuje celé moje 10-ročné permakultúrne know-how.
- Dostupný pre vás 24/7 na 3 mesiace ZDARMA. (Upozornenie: LifeReseťák je inteligentný AI asistent vytrénovaný na našich vlastných podkladoch a praxi).

VŠETKY INFORMÁCIE NÁJDETE NA [LIFERESET.SK](https://lifereset.sk)



ZUZKA MATÚŠOVÁ

Som vizionárka, ktorá vidí v každej záhrade dušu. Pre mňa neexistuje záhrada, ktorá by sa nemohla stať vysneným rajom. Mojim poslaním je naučiť vás to.