

¹Katedra Architektury Krajobrazu, Uniwersytet Przyrodniczy w Lublinie,
ul. Głęboka 28, 20-612 Lublin

²absolwentka Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie, kierunek Zielarstwo i terapie roślinne

Margot Dudkiewicz¹, Anna Łuka²

**Projekt koncepcyjny zagospodarowywania
„Placu Niedźwiedziego” w Adamowie (woj. lubelskie)
jako przykład wykorzystania roślin zielowych
w przestrzeni publicznej**

Conceptual project of the development of the Bear Square in Adamów (Lubelskie voivodeship) as an example of the use of herbal plants in the public space

Streszczenie. Współczesny człowiek żyjący w zabieganym społeczeństwie, notorycznie borykający się z brakiem czasu i stresem zaczyna zadawać sobie pytania, jak ważną część swojego życia zatracił i gdzie podziła się wewnętrzna równowaga? Potrzeba odreagowania i zniwelowania stresu, na który obecnie wszyscy są narażeni, czyni ogrody publiczne niezbędnymi składnikami miasta. Niektóre rośliny zielarskie ze względu na efektywne kwiaty, np. jeżówka purpurowa, szaflwia lekarska, dziewanna wielkokwiatowa, lawenda wąskolistna, nagietek lekarski, ogórecznik lekarski, nasturcja ogrodowa, lub ozdobne liście, np. mięta pieprzowa, rozmaryn lekarski, bazylija pospolita, koper włoski, mogą być traktowane jako rośliny ozdobne. Artykuł przedstawia projekt zagospodarowania terenu przy Urzędzie Gminy i Gminnej Bibliotece Publicznej w Adamowie pow. łukowski z zastosowaniem roślin zielarskich. Jednocześnie jest to przykład nowoczesnej aranżacji współczesnej przestrzeni publicznej, która ma charakter ogrodu terapeutycznego i dydaktycznego. Badania prowadzono dwutorowo – wykonano prace kameralne i terenowe. Projekt został opracowany na podstawie analizy stanu istniejącego oraz dostosowany do potrzeb użytkowników, głównie dzieci z pobliskich szkół. Motywem przewodnim projektu był plaster miodu oraz nawiązanie do herbu miasta – niedźwiedzia.

Słowa kluczowe: przestrzeń miejska, ogród sensoryczny, rośliny zielne, Adamów

WSTĘP

Rozwój współczesnej cywilizacji przyczynił się niewątpliwie do polepszenia warunków życia i dobrobytu społeczeństwa. Jednak globalny kapitalizm ma także wiele wad i niedoskonałości. Stanowi niekiedy zagrożenie w wymiarze duchowym jednostki, ponieważ rozbija normy, wartości i wzory zachowań. Współczesny człowiek żyjący w zabieganym społeczeństwie, notorycznie boryka się z brakiem czasu i stresem.

Liczne badania potwierdzają korzystny wpływ roślin na samopoczucie oraz zdrowie psychiczne i fizyczne osób w każdym wieku. El-Barmelgy [2013] podaje, iż im bardziej środowisko, w którym przebywamy, jest zbliżone do naturalnego, tym samopoczucie ludzi jest

lepsze. Człowiek może nieświadomie lub świadomie poddawać się pozytywnemu wpływowi natury. Dlatego przyroda jest doskonałym miejscem czynnego i biernego wypoczynku. Roślinność sprawia, iż nawet zatłoczona przestrzeń może stać się terenem kojącym zmysły. Zieleń miejska zapewnia doznania estetyczne i w pewnym stopniu oddziałuje na nasze zdrowie poprzez pośredni wpływ na nastrój człowieka. Cechy materiału roślinnego sprawiają, iż jest on łatwo kształtowalnym, interesującym, bo zmiennym w czasie, elementem ulic, placów, a także parków i skwerów [Zawiślak 2015, Majkowska-Gadomska 2016].

Nowe tereny zieleni w miastach w krajach najwyżej rozwiniętych ukierunkowane są na bioróżnorodność, wielofunkcyjność i edukację. Ich projektanci i planiści szukają inspiracji w lokalnych uwarunkowaniach środowiska przyrodniczego [Dudek-Klimiuk 2012, Jakubowski 2013]. Warto przy tym zwrócić uwagę na rośliny naturalnie występujące na obszarze naszego kraju, przyrzeć się ich walorom ozdobnym, a także podjąć próby wprowadzenia ich do przestrzeni miejskiej. Przykładem roślin odznaczających się wysokimi walorami dekoracyjnymi mogą stać się rośliny zielarskie. Bogactwo gatunków i odmian, różniących się pokrojem, fakturą liści, terminem kwitnienia czy barwą kwiatów stwarza rozliczne możliwości kompozycyjne. Zioła mogą być zatem elementem rabat, kwietników, ogródków skalnych, mogą być uprawiane w pojemnikach oraz sadzone jako roślina zadarniająca, najlepiej w pobliżu miejsc odpoczynku ludzi ze względu na urzekający zapach. Określone zapachy wprowadzają w stan relaksu, przez co przyczyniają się np. do odtworzenia przyjemnych wspomnień [Czerniawska 2007, Kałużny i Koźmińska 2015]. Stąd duży potencjał wykazują rośliny o pachnących liściach, które po dołknięciu uwalniają olejki eteryczne, np. lawenda.

Obecnie rośliny zielarskie przeżywają swój renesans jako przyprawy w kuchni, są stosowane w medycynie i kosmetyce [Walasek i in. 2021], a także w ogrodach i przestrzeni publicznej. To zainteresowanie wynika co najmniej z kilku powodów. Jest to efekt poszukiwań oryginalnych środków wyrażania emocji i kreowania wrażeń często opartych na skojarzeniach z sielskim, spokojnym krajobrazem wsi i naturalnym pięknem – tereny zieleni mogą w ten sposób pełnić rolę terapeutyczną dla osób wrażliwych i zmęczonych intensywnością bodźców generowanych przez miasto. Rośliny zielarskie mogą być również środkiem w kreowaniu zindywidualizowanej przestrzeni publicznej lub prywatnej ogrodu lub budynku.

Co ważniejsze, w obliczu niedoborów wody obserwowanych w ostatnich latach – niektóre zioła mają dobrą tolerancję na zasolenie, zasadowość gleby i intensywne promieniowanie słoneczne oraz suszę m.in. szalwia lekarska, rozmaryn lekarski, lubczyk czy tymianek [Rabah i in. 2016, González-Ball i in. 2022].

Obecnie rośliny zielarskie znajdują coraz szersze zastosowanie w wielu dziedzinach życia. Uświadamianie coraz to młodszych pokoleń i przekazywanie im wiedzy jak wartościowe mogą być rośliny zielarskie daje dobre perspektywy na przyszłość. Ogród jest miejscem, w którym człowiek poprzez twórcze działanie dokonuje przemian w środowisku przyrodniczym oraz ubogaca i rozwija własną sferę duchową. Natura ma wiele cech służących zdrowiu człowieka, szczególnie dziecka. Ważne jest, by rodzice już od najmłodszych lat zachęcali swoje dzieci do korzystania z walorów natury oraz sami spędzali z nimi czas na świeżym powietrzu. Przy regularnych spacerach organizm dzieci już od pierwszych miesięcy nabiera odporności. Dodatkowo, dzieci spędzające na dworze więcej czasu mają lepszy apetyt, krążenie krwi, są lepiej dotlenione, dzięki czemu ich sen jest spokojny. Wczesne poznawanie natury i nabywanie doświadczeń spędzania czasu wolnego na świeżym powietrzu ma duże znaczenie w kształtowaniu osobowości dzieci. Im wcześniej młode osoby nauczą się korzystania z rekreacji na wolnym powietrzu, tym szybciej wyrobią w sobie nawyki spędzania czasu wolnego w sposób pożyteczny i zdrowy [Dudkiewicz i in. 2018a]. Ponadto każda grupa wiekowa społeczeństwa potrzebuje znalezienia sposobu na odreagowanie stresu dnia codziennego, a gdzie najlepiej to zrobić, jak nie w ogrodzie, obcując z roślinami pełnymi olejków eterycznych, barwy kolorów i wśród szumu liści.

Artykuł przedstawia aranżację współczesnej przestrzeni publicznej przy Urzędzie Gminy i Gminnej Bibliotece Publicznej w Adamowie (pow. łukowski) z zastosowaniem roślin zielarskich na cele ogrodu terapeutycznego i dydaktycznego. Motywem przewodnim projektu był plaster miodu jako nawiązanie do herbu miasta – niedźwiedzia. Ogród sensoryczny będzie pełnił funkcję ozdobną, dydaktyczną, rewalidacyjną oraz terapeutyczną, przy czym wykorzystanie roślin zielarskich wyjątkowo wzbogaciło walory estetyczne terenu. Zostanie stworzony kącik edukacyjny przy kawiarni biblioteki publicznej w celach nauki i poznania roślin zielarskich posadzonych w specjalnie do tego skonstruowanych donicach w kształcie plastrów miodu. Rośliny pogrupowano z zamiarem oddziaływania na określony zmysł – wzrok, węch, słuch, dotyk lub smak. Projekt został zrealizowany w 2020 r.

METODY

Prace badawcze prowadzono dwutorowo – prace kameralne polegały na kwerendzie, analizach i pracach projektowych, a badania terenowe na wizji lokalnej i inwentaryzacji dendrologicznej. Badania terenowe zostały przeprowadzone w 2019 r. W trakcie wizji lokalnej oceniono stan istniejący oraz walory przyrodnicze terenu. Inwentaryzacja dendrologiczna polegała na pomiarach drzew i krzewów w terenie oraz skartowaniu ich na podkład geodezyjny. Obwody pni drzew zmierzono na wysokości 130 cm od podstawy pnia. Projekt został opracowany na podstawie analizy stanu istniejącego oraz dostosowany do potrzeb użytkowników, głównie dzieci z pobliskich szkół.

ZARYS HISTORII ROŚLIN ZIELARSKICH W POLSCE

Na terenie Polski leczenie ziołami praktykowane było tu od najdawniejszych czasów. Przez tysiąclecia stosowano miejscowe, rodzime zioła. O tym jakie rośliny znane były w poszczególnych epokach, dowiadujemy się z badań archeologicznych i archeobotanicznych. W czasie wykopalisk znajdowane są pyłki, nasiona, pozostałości roślin, a także ich odciski. Stąd wiadomo na przykład, że z ziół w epoce brązu występujących na terenie ziem polskich znano już macierzankę, dziurawiec, pokrzywę, skrzyp, arcydzięgiel czy miętę polną. Dużo więcej wiadomości o rozwoju ziołolecznictwa można było uzyskać od momentu, kiedy na naszych terenach pojawiły się źródła pisane w średniowieczu. Do Polski przybywały wówczas i zakładały siedziby zakony benedyktynów, cystersów, dominikanów. Zakonnicy do ogrodów przyklasztornych sprowadzili wiele zagranicznych roślin leczniczych m.in. z terenu basenu Morza Śródziemnego. W średniowieczu ukazały się pierwsze księgi z zakresu ziołolecznictwa np. herbarze Stefana Falimirza, Marcina z Urzędowa, Szymona Syreniusza. Oprócz przepisów dotyczących leczenia ziołami, herbarze zawierały rady i wskazówki co do stosowania ziół w kosmetyce, farbiarstwie, garbarstwie i gospodarstwie domowym [Kuźnicka i Dziak 1992, Drozd 2012, Kim 2019].

Znajomość ziół i ich właściwości leczniczych wpisana była w kulturę i tradycję polskiej wsi. Dzikie rośliny i chwasty stanowiły źródło witamin i mikroelementów pozwalające na uzupełnienie ubogiej diety. Ponadto w gospodarstwach domowych zioła wykorzystywano do aromatyzowania i konserwowania jedzenia, przyrządzano z nich lekarstwa dla ludzi oraz zwierząt domowych, dodawano do strzechy pokrywającej dachy, posypywano nimi podłogi, odświeżano stęchłe pomieszczenia, czyszczono, polerowano i odkażano nimi naczynia. Liści i jagód używano do farbowania wełny. Zioła suszono i umieszczano w szafach do odświeżania tekstyliów lub dodawano do wosku przy wyrobie politurey do mebli. W szafach umieszczano zioła takie jak lawenda, rozmaryn, wrotycz pospolity, marzanka wonna [Nowak 2019]. Na przełomie XIX i XX w. na Lubelszczyźnie założono jedne z pierwszych plantacji przemysłowych, m.in. planta-

cję mięty w okolicach Krasnegostawu, gdzie powstała też destylarnia olejku miętowego i tatarakowego. Natomiast głównymi rejonami zbioru roślin dziko rosnących były: Lubelszczyzna, Polesie i Wileńszczyzna [Dyduch 2014].

ROŚLINY ZIELARSKIE W PRZESTRZENIACH PUBLICZNYCH

Roślinność od najdawniejszych czasów jest istotną częścią środowiska życia człowieka, a szczególną rolę pełni ona we współczesnych miastach. Uznawana jest za ich integralną część, niezbędną do prawidłowego funkcjonowania, ważną na tyle, by w procesach kształtowania struktury miast traktować ją na równi z infrastrukturą techniczną [Kaliszuk i Cieszevska 2000]. Zieleń jest również jednym z elementów kształtujących fizjonomię miast – wypełnia sobą wolne przestrzenie, łagodzi ostrość betonowych brył, zaciera uformowane przez człowieka kanty, a poprzez to czyni miejski krajobraz przyjaznym [Renda i Woźniak 2012]. Odpoczynek od roślinnej jednostajności wielkich miast i poszukiwanie dzikich, rodzimych gatunków oraz możliwości czerpania z ich bogactwa popycha do zdobywania nowych doświadczeń i umiejętności w zastosowaniu roślin zielarskich.

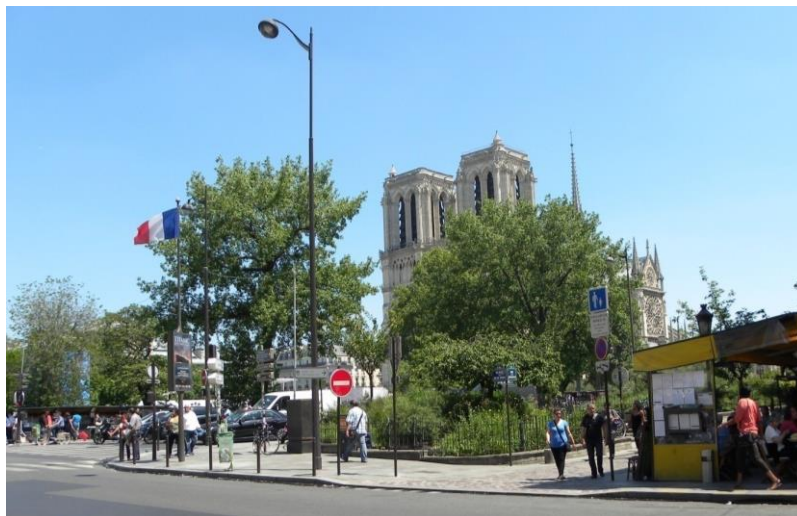
Niektóre rośliny zielarskie ze względu na efektowne kwiaty, np. jeżówka purpurowa, szaflwia lekarska, dziewanna wielkokwiatowa, lawenda wąskolistna, nagietek lekarski, ogórecznik lekarski, nasturcja ogrodowa, lub ozdobne liście, np. mięta pieprzowa, rozmaryn lekarski, bazylia pospolita, koper włoski, mogą być traktowane jako rośliny ozdobne. Można z nich tworzyć rozmaite kompozycje na rabatach w różnych kształtach. Mogą to być np. formy geometryczne (koła, prostokąty, kwadraty, romby), formy wirydarzowe lub rabaty o swobodnym charakterze naturalistycznym. Nasadzenia z ziół mogą być fragmentem większej rabaty bylinowej lub częścią położonego na skarpie ogródka skalnego. W miastach rośliny zielne grupowane są zwykle w układach większych rabat z bylinami i trawami ozdobnymi. Ogródek ziołowy może stanowić wysepkę na trawniku, wówczas wyższe rośliny należy posadzić w środku rabaty, stopniowo zmniejszając ich wysokość w miarę zbliżania się do jej obrzeży. Warto zakładać ogródek ziołowy pod oknami, w pobliżu tarasów, na balkonie czy też kuchennym parapecie ze względu na intensywny zapach ziół. Najłatwiejszą i najpraktyczniejszą formą ich uprawy jest sadzenie w pojemnikach. W ogrodach zaprojektowanych w stylu rustykalnym możemy wykorzystać w tym celu stare gliniane, ceramiczne, drewniane, wiklinowe lub metalowe naczynia oraz drewniane skrzynie.

Rośliny zielarskie ze względu na okres wegetacji dzieli się na rośliny jednoroczne, dwuletnie oraz wieloletnie. Ponadto do roślin zielarskich zalicza się także niektóre krzewy, drzewa, warzywa oraz niektóre grzyby. Występują one w naturze na dzikich stanowiskach lub są uprawiane polowo. Definicja dzieli rośliny zielarskie ze względu na obecność w nich substancji biologicznie czynnych na rośliny: lecznicze (np. kozłek lekarski, naparstnica purpurowa), przyprawowe (np. bazylia pospolita), takie, które, poza swoim smakiem i zapachem, są jeszcze aktywne fizjologicznie (np. rumianek pospolity, bazylia pospolita), a także rośliny trujące (np. wawrzynek wilczelyko) [Edbom-Kolarz i Marcinkowski 2010]. Z roślin zielarskich wykorzystuje się różne ich części: owoce, nasiona, liście, pędy, łodygi, kłącza, korę, korzenie. Rośliny zielarskie dzięki obecności substancji biologicznie czynnych oddziałują na organizm człowieka, wpływając np. na poprawę wyglądu skóry, trawienie, działając uspokajająco, pobudzając układ nerwowy, regulując pracę nerek, wątroby i innych organów.

W tabeli 1 zestawiono rośliny zielarskie z wyszczególnieniem: koloru kwiatów, walorów ulistnienia, oddziaływania na zmysły, sposobu zastosowania. Znalazły się w niej przykładowe rośliny powszechnie używane i łatwe w uprawie, polecane w zielonej przestrzeni publicznej i ogrodach przydomowych.

Tabela 1. Zestawienie roślin zielarskich jednorocznych i wieloletnich [oprac. własne]
 Table 1. List of annual and perennial herbal plants [author's compilation]

Gatunek Plant species	Rodzaj Plant type	Kolor kwiatów Flower color	Faktura liści Leaf texture	Oddziaływanie na zmysły Sensing senses	Zastosowanie Application
Bazylija pospolita <i>Ocimum basilicum</i>	jednoroczne	białe, bladoróżowe	miękkie, błyszczące	węch, dotyk, smak	w aromaterapii, w lecznictwie, jako przyprawa
Nagietek lekarski <i>Calendula officinalis</i>	jednoroczne	pomarańczowy	miękkie	węch, dotyk	w lecznictwie, w kosmetyce, jako ozdoba
Koper ogrodowy <i>Anethum graveolens</i>	jednoroczne	żółty	delikatne, pierzaste	węch, dotyk	w lecznictwie, jako przyprawa
Pietruszka zwyczajna <i>Petroselinum crispum</i>	jednoroczne	żółtozielone	delikatne, pierzasto-dzielne	węch, dotyk	w lecznictwie, jako przyprawa
Rumianek pospolity <i>Matricaria chamomilla</i>	jednoroczne	biały	delikatne, pierzaste	węch, dotyk, wzrok, smak	w aromaterapii, w lecznictwie, w kosmetyce
Aronia czarnoowocowa <i>Aronia melanocarpa</i>	krzew	biały	gładkie, błyszczące, twarde	dotyk, smak	produkt spożywczy, w lecznictwie
Berberys pospolity <i>Berberis vulgaris</i>	krzew	żółty	drobne, delikatne	wzrok, dotyk	produkt spożywczy, w lecznictwie
Jałowiec pospolity <i>Juniperus communis</i>	krzew	–	klujące igły	dotyk, węch	w lecznictwie
Jeżówka purpurowa <i>Echinacea purpurea</i>	bylina	różowy, czerwony, żółty, biały	szorstkie	dotyk	w lecznictwie, jako ozdoba
Krwawnik wiązówkowaty <i>Achillea filipendulina</i>	bylina	0.001	miękkie, pierzaste	dotyk, wzrok	w lecznictwie, jako ozdoba
Lubczyk ogrodowy <i>Levisticum officinale</i>	bylina	112.1	miękkie	dotyk, węch, smak	produkt spożywczy, w lecznictwie
Lawenda wąskolistna <i>Lavandula angustifolia</i>	wieloletnia	0.0033	szorstkie	węch, dotyk, wzrok	w aromaterapii, w lecznictwie, jako przyprawa, w kosmetyce
Melisa lekarska <i>Melisa officinalis</i>	bylina	białe, różowe	miękkie, owłosione	dotyk, węch, smak	w aromaterapii, w lecznictwie
Mięta pieprzowa <i>Mentha piperita</i>	bylina	różowe, fioletowe	miękkie	dotyk, węch, smak	w aromaterapii, w lecznictwie
Milek wiosenny <i>Adonis vernalis</i>	bylina	żółty	delikatne, pierzaste	dotyk, wzrok	w lecznictwie, jako ozdoba
Miodunka plamista <i>Pulmonaria officinalis</i>	wieloletnia	niebieski, fioletowy	miękkie, szorstkie, z plamkami	dotyk, wzrok	w lecznictwie, jako ozdoba
Róża dzika <i>Rosa canina</i>	krzew	różowe	szorstkie, twarde	węch, wzrok, dotyk	w aromaterapii, w lecznictwie, jako ozdoba, produkt spożywczy
Szałwia lekarska <i>Salvia officinalis</i>	wieloletnia	fioletowe	szorstkie, owłosione, miękkie	węch, dotyk, smak	w aromaterapii, w lecznictwie, jako przyprawa, w kosmetyce
Wiesiołek dwuletni <i>Oenothera biennis</i>	bylina	żółty	szorstkie, miękkie	węch, dotyk, wzrok	w lecznictwie, jako ozdoba



Fot. 1. Ulica Quai de Montebello w Paryżu – naturalistyczny kwietnik nieopodal Katedry Notre-Dame [fot. M. Dudkiewicz 2018]
Phot. 1. Quai de Montebello Street in Paris – a naturalistic flowerbed near the Notre-Dame Cathedral [phot. by M. Dudkiewicz 2018]



Fot. 2. Naturalistyczne rabaty na Elisabeth-Schwarzhaupt-Platz w Berlinie [fot. M. Dudkiewicz 2019]
Phot. 2. Naturalistic flower beds at Elisabeth-Schwarzhaupt-Platz in Berlin [phot. by M. Dudkiewicz 2019]

Współcześnie przykłady zastosowania roślinności zielonej w skali miasta można spotkać w różnych częściach świata. Niektóre rośliny, uznawane dotąd jedynie za zielarskie, stają się pełnoprawnym tworzywem w nowoczesnych kreacjach projektowych. Wyjątkowo korzystne wydaje się być ich zastosowanie na skwerach, gdzie stanowią kontrast dla nowoczesnej architektury. W realizacjach paryskich i berlińskich architektura i struktury urbanistyczne z beto-

nu, szkła i metalu sąsiadują z roślinnością lasów i łąk. Współistniejąc obok siebie – mają szansę na pobudzenie zjawiska synergii, wzmacniania wzajemnego efektu.

Przykładem tego jest Ulica Quai de Montebello w Paryżu, na lewym brzegu Sekwany. Stąd rozpościera się widok na Katedrę Notre-Dame (fot. 1). Wzdłuż nabrzeża znajduje się kwietnik utrzymany w stylu naturalistycznym, porośnięty m.in. perowską, gaurą, barszczem, przegorzanem. Od 2015 r. Rada Paryska przyjęła uchwałę, że wszystkie nowe inwestycje w parkach i ogrodach publicznych, uwzględniają kwestię odporności i bioróżnorodności. Instalowane są systemy zbierania wody deszczowej, w parkach tworzone są stawy, a ogrodnicy miejsca sadzą gatunki sprzyjające bioróżnorodności i zapylaczom.

W podobny sposób zastosowano materiał roślinny na Elisabeth-Schwarzhaupt-Platz w Berlinie (fot. 2). Plac ma wielkość 1 ha i został otworzony w 2006 r. Inspiracją dla projektu był wydmy pejzaż bałtyckich plaż. Kwietniki są porośnięte roślinami odpornymi na suszę, m.in. kosodrzewiną i perowską. Te skupiska roślinności są siedliskiem życia m.in. coraz rzadziej spotykanego w miastach wróbla, który występuje tutaj w szczególnie dużej liczbie. Skwer ten jest niezwykle kontrastowy w stosunku do sąsiadującej z nim nowoczesnej architektury i szklanych wieżowców. Struktury pionowe budynków odróżniają się od organicznych kształtów kwietników. Przy czym naturalistyczna zieleń humanizuje surowe budynki. A one ze względu na brak detali architektonicznych stanowią zaskakujące i ciekawe tło dla dzikiej przyrody.

OGRÓD SENSORYCZNY JAKO PRZESTRZEŃ PUBLICZNA

Ogród sensoryczny jest to przestrzeń ukierunkowana na pobudzenie zmysłów człowieka. Mianem ogrodu sensorycznego określa się kompozycję tak zaprojektowaną, aby bodźce pozawzrokowe były użyte celowo i to w większym natężeniu niż zwykle. Elementy ogrodu sensorycznego znajdziemy w wielu innych ogrodach, parkach czy skwerach. Sam kolor zielony ulistnienia czy trawnika działa kojąco i relaksująco. Sensoryczne oddziaływanie ogrodu na człowieka w przemyślany sposób skupia uwagę nie tylko wzroku, ale i innych zmysłów, celowo potęgując oddziaływanie na słuch, węch bądź dotyk. Zieleń, poprzez ujemną jonizację powietrza, wpływa pozytywnie na pracę układów: krążenia, oddechowego, nerwowego, trawiennego. Rośliny wydzielają fitoncydy, wykazując silne działanie bakterio- i grzybobójcze. Badania wykazały, że ludzie żyjący blisko otwartych zielonych przestrzeni są bardziej aktywni, mniej zestresowani, zdrowsi i mniej podatni na choroby cywilizacyjne. Przebywanie w otoczeniu przyrody wpływa więc pozytywnie zarówno na kondycję zdrowotną człowieka: na ciało i umysł [Di Nardo i in. 2010, Dąbski i Dudkiewicz 2010, Dudkiewicz i in. 2014].

Dobrze zaprojektowany ogród sensoryczny wykorzystuje kolory, teksturę, uwydatnia mocne cechy elementów bądź urządzeń, aby potęgować doznania ich odbioru. Ogrody te choć projektowane są z myślą o terapii osób z zaburzeniami psychicznymi, niepełnosprawnością narządów, wadami wzroku, to służą również zdrowym użytkownikom. Szczególnie ważne jest właściwe ukierunkowanie odbioru ogrodu na dzieci w wieku rozwojowym. Dzieci w wieku przedszkolno-szkolnym uczą się odczytywać wrażenia zmysłowe, poznają świat roślin chociażby przez zasady ich pielęgnacji i uprawy. Ogród sensoryczny świetnie sprawdza się w roli ogrodu dydaktycznego, pokazuje lecznicze właściwości roślin, uczy korelacji z przyrodą i postrzegania dobroczynnych właściwości przebywania z bodźcami sensorycznymi.

W ogrodach terapeutycznych wykorzystuje się dwa rodzaje terapii: bierną i czynną. Równie dobrze takie terapie można zastosować w ogrodzie sensorycznym. W terapii czynnej wykorzystuje się różne formy prac ogrodowych, np. wysiew nasion, pikowanie, sadzenie czy pielęgnację roślin. Trudność wykonywanych prac powinna być dostosowana do możliwości osoby je wykonującej. Uczestnictwo w terapii daje również szansę na integrację społeczną.

Istotną rolę w ogrodzie sensorycznym pełni dobór roślin. Właściwości gatunkowe roślin: budowa i kształt liści, kolor kwiatów, pokrój, okres kwitnienia wpływają na bodźce wzrokowe. Ponadto walory zapachowe roślin i ich właściwości aromaterapeutyczne czynią rośliny naturoterapeutami. Istotne są również wrażenia odbierane dotykiem i smakiem. Można w odpowiednio dobrany zestaw roślin stworzyć tematyczne wnętrza bądź oddzielne ogrody w celu stymulacji konkretnego bodźca. Rośliny pełnią również ważną rolę osłaniającą od wiatru, dając cień w upalne dni. Wiele gatunków roślin można użyć w suchych kompozycjach bukietów lub wykorzystać w celach użytkowych, konsumpcyjnych czy też kosmetycznych. Rośliny stanowią także pokarm dla zwierząt i dają możliwość ich obserwacji [Dudkiewicz i in. 2018b].

Rośliny zielarskie pozytywnie wpływają na nasze samopoczucie, mikroklimat oraz różnorodność biologiczną. Można je sadzić niemal w każdym miejscu, takim jak park, pobocze, rondo, a także na podniesionych grządkach i wokół drzew – wszędzie tam, gdzie potrzebne są nie tylko piękne, ale i długowieczne rośliny. Wykorzystując wiedzę botaniczną, można w ukierunkowany sposób zastosować walory roślin na określony bodziec zmysłowy. W ogrodzie sensorycznym użyte rośliny grupuje się w przemyślany sposób, dzieląc go na strefy oddziałujące na węch, słuch, dotyk, wzrok i smak. Dodatkowo rośliny wraz z elementami małej architektury i drogami spacerowymi powinny być tak skomponowane, aby zapewnić bezpieczeństwo wszystkim użytkownikom, bez względu na stopień sprawności fizycznej i potęgować stymulację zamierzonego zmysłu.

Wykorzystując odpowiednie rośliny, ogród sensoryczny lub rabatę można podzielić na strefy: zapachu, dotyku, smaku, słuchu, wzroku. Zapachy wzbudzają emocje, przywołują wspomnienia, mogą tworzyć uczucie komfortu i stanowić źródło przyjemnych przeżyć [Rapiejko 2006, Czerniowska i Czerniowska-Far 2007]. Rośliny strefy zapachu cechują się intensywnym, silnym zapachem oraz wytwarzaniem olejków eterycznych. Dzięki obecności olejków strefa działa terapeutycznie, relaksująco, odprężająco, szczególnie oddziałująca np. melisa lekarska. Istnieją rośliny, które wydzielają przyjemne zapachy na duże odległości, a przebywanie w ich towarzystwie działa aromaterapeutycznie, np. lilaki, jaśminowce, robinia akacjowa, lawenda wąskolistna, kalina Borkwooda, magnolia. W strefie smaku mogą znaleźć się rośliny, których części w postaci kwiatów, pąków, liści bądź owoców można wykorzystać do celów spożywczych. Świetnie sprawdzają się w strefie warsztatowej, gdzie dzieci z nauczycielem uczą się poznawać i wykorzystywać bogactwo smaków takich roślin jak: lawenda wąskolistna, mięta zielona, pysznogłówka szkarłatna, fiołek wonny. W ogrodzie warto posadzić drzewa i krzewy owocowe np. jabłonie, porzeczeki, czereśnie. Odpowiednio zlokalizowane z dala od ulic mogą służyć całej społeczności.

W strefie słuchu doznania zmysłowe tworzy szum traw ozdobnych, np. miskanta chińskiego. Charakterystyczny jest klekot suchych strąków gładkiej i katalpy bignoniowej. Szum liści drzew na wietrze ma działanie relaksujące, szczególnie gdy zlokalizuje się ławki pod brzozą brodawkowatą, klonem pospolitym czy lipą szerokolistną. W strefie słuchu lokalizują się elementy wodne: oczka wodne, kaskady, fontanny, wodotryski dość mocno popularne w ostatnich czasach ze względu na wysokie temperatury w okresie letnim [Pudelska i in. 2015].

Strefę wzroku tworzą rośliny o barwnym zabarwieniu kwiatów, liści, pędów. Dzięki zróżnicowaniu pory kwitnienia można stworzyć nieprzerwaną kompozycję barw, dającą co raz to inne wrażenia odbioru. W strefie wzroku stosuje się zróżnicowanie pokrojów i kolorów. Dużą rolę odgrywają drzewa, które stanowią zielone tło dla kompozycji, wzbogacając ogród ciekawym pokrojem sylwetki, np. płaczący pokrój brzozy brodawkowatej 'Youngii', buka pospolitego 'Purpurea Pendula', kulisty pokrój klona pospolitego 'Globosum', robinii akacjowej 'Umbraculifera' czy stożkowy pokrój dębu szypułkowego 'Fastigiata'. Drzewa i krzewy uatrakcyjniają ogród jesienią, zmieniając kolor liści. W strefie wzroku kolor odgrywa istotne znaczenie. Każdy kolor ma inne oddziaływanie na ludzi. Kolory: pomarańczowy,

czerwony, żółty działają pobudzająco, podniecająco, dają wrażenie większej objętości i ciepła. Kolor biały daje wrażenia wyobcowania, osamotnienia, komponuje się z każdym rodzajem zieleni i jest doskonałym wypełnieniem każdego koloru, dodając lekkości. Barwa niebieska działa relaksująco, daje wrażenie oddalenia i przestrzeni. Fioletowa barwa daje wrażenie chłodu, zmniejszenia objętości, obniża nastrój. Drzewa i krzewy o barwnych liściach urozmaicają otoczenie, dobrze komponują się na tle zieleni innych roślin, pięknie przebarwiają się na słońcu [Kasińska i Sieniawska-Kuras 2009, Hortyńska i Dudkiewicz 2010].

CHARAKTERYSTYKA OBIEKTU

Gmina Adamów położona jest w północno-zachodniej części województwa lubelskiego w powiecie łukowskim w dorzeczu Wieprza nad dwoma niewielkimi rzekami: Motwicą (zwaną Grabówką) i Czarną. Krajobraz gminy to przede wszystkim łąki, pola, sady owocowe oraz czyste lasy i zagajniki. Wzdłuż rzeki Mątwy i Czarnej nie brakuje stawów i bagnisk.

W 2018 r. teren stanowiła niezagospodarowana i nieużytkowana, otwarta, trawiasta przestrzeń o powierzchni około 6000 m² (fot. 3 i 4). Na posesji nie było oświetlenia, w wielu miejscach stała woda opadowa. Działkę porastały wieloletnie egzemplarze klonów pospolitych, jaworów i lip drobnolistnych. Drzewa mają 50–60 lat i są w zadowalającej kondycji zdrowotnej, choć niektóre lipy wykazują oznaki spróchnienia z uwagi na złe warunki siedliskowe takie jak podłoże obłożone płytami betonowymi, wpływające na brak składników pokarmowych w glebie, bliskie sąsiedztwo ruchliwych ulic oraz budynków.



Fot. 3. Widok na teren po stronie północnej [fot. A. Łuka 2018]
Phot. 3. View of the area on the north side [phot. by A. Łuka 2018]

Teren objęty opracowaniem nazwany Placem Niedźwiedzim pełni ważną funkcję reprezentacyjno-użytkową dla miasta Adamów. Usytuowanie w centrum miasta czyni plac ogólnodostępnym dla wszystkich mieszkańców sołectwa i gminy. Zwrócono uwagę na położenie obszaru w bliskim sąsiedztwie szkół podstawowych i ponadpodstawowych. W tym kierunku przewidziano dostosowanie ogrodu do potrzeb dzieci i młodzieży. Ideą ogrodu była jego funkcja edukacyjna skierowana do dzieci, które, ucząc się pod kierunkiem nauczyciela, poznają świat roślin, gatunki, zapachy i smaki.



Fot. 4. Widok na teren po stronie północno-zachodniej [fot. A. Łuka 2018]

Phot. 4. View of the area on the north-west side [phot. by A. Łuka 2018]



Ryc. 1. Projekt Placu Niedźwiedziego w miejscowości Adamów – podział ogrodu na strefy sensoryczne [A. Łuka 2018]

Fig. 1. The project of 'Bear Squer' in Adamów – division of the garden into sensory zones [A. Łuka 2018]

Zaprojektowano duże przestrzenie trawiaste, scenę z zadaszeniem, aleje drzew liściastych podkreślające granice funkcjonalne obszarów, pasy krzewów jako bariery wzrokowe, stworzono wielogatunkowe powtarzalne kompozycje z krzewów i bylin (ryc. 1). Rośliny można dotykać, wąchać, rozcierać liście. Teren został w pełni dostosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych oraz rodziców wiozących swoje pociechy w wózkach. Pomysły na elementy małej architektury nawiązują do niedźwiedzia z herbu miasta. Zastosowano także motyw plastra miodu w konstrukcji siedzisk, donic, kształcie nawierzchni bruku, elementów ścieżek sensorycznych (fot. 5).

Na niewielkim obszarze blisko ogródka kawiarnianego skupiono rośliny atrakcyjne pod względem zapachu i olejków eterycznych. Posadzono tutaj m.in. szalwię lekarską, koci-miętkę Fassena, sosnę górską kosodrzewinę, jałowiec pospolity odm. Suecica, kalinę wonną,

jaśminowiec wonny oraz wiosenne rośliny cebulowe – hiacynty i tulipany. W pobliżu rozmieszczono liczne siedziska w kształcie plastrów miodu.



Fot. 5. Widok na nasadzenia z roślin zielarskich i zbiornik wodny [fot. A. Łuka 2020]
Phot. 5. View of plantings with herbal plants and a water reservoir [phot. by A. Łuka 2020]

Na placu zaplanowano także strefę sportu jako miejsce spotkań miejscowej młodzieży, dlatego została zaopatrzona w liczne ławki. Zaproponowano obszar w formie szachownicy do aktywnej gry w duże szachy lub warcaby. Zaprojektowano również plac zabaw dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym przylegający do obszaru ogródka kawiarnianego. Elementy małej architektury jak huśtawki, zjeżdżalnie, drabinki do wspinaczki zachęcają dzieci do aktywności ruchowej. Pojawił się labirynt z krzewów owocowych pełniący funkcję rekreacyjną oraz dydaktyczną. W trakcie sezonu owocowania można smakować owoce porzeczek i agrestu. Wydzielono obszar przy placu trawiastym na tyrolkę – miejsce szczególnie atrakcyjne dla młodzieży i dzieci. Teren został podzielony na strefy funkcjonalne ze względu na oddziaływanie na zmysły. Strefa dotyku i smaku objęła ogródek kawiarniany, który przylega do biblioteki publicznej od strony południowej. Powstał tu drewniany taras z drewnianymi siedziskami i donicami w kształcie plastrów miodu. Będzie to miejsce przeznaczone do edukacji i odpoczynku. W donicach zaprojektowano kompozycje z roślin zielarskich takich jak mięta zielona, mięta pieprzowa, tymianek pospolity, melisa lekarska, sezonowe: rumianek pospolity, pietruszka zwyczajna, koper włoski, nasturcja ogrodowa, czarnuszka damasceńska. W pobliżu posadzono jabłonie. Obok zaprojektowano ścieżkę sensoryczną „boso przez świat”, gdzie użyto różnych materiałów roślinnych oraz mineralnych do wysypania przestrzeni w kształcie plastrów miodu. Dzieci, chodząc po szyszkach sosnowych, żołądźkach, orzechach włoskich, żwirze drobnym, żwirze grubym, piasku, korze sosnowej oraz po kłodach, poznają różne faktury, uczą się równowagi i poznania przez dotyk. Ścieżka została otoczona obszarem obsadzonym krzewami jadalnymi takimi jak agrest, porzeczka czarna, porzeczka czerwona, malina, aronia. Po środku obszaru ustawiono zabytkowe i współczesne ule. Krzewy owocowe posłużyły również do obsadzenia ścian labiryntu usytuowanego blisko placu zabaw. Strefa ukierunkowana została na doznania dotykowe oraz smakowe. Przez naukę w formie lekcji na powietrzu dzieci uczą się rozpoznawać rośliny zielarskie, uczą się odróżniać zapachy, dotykają i smakują rośliny. Uczą się rozpoznawać różne faktury, grubości, twardości. Strefa jest również miejscem do nauki o świecie pszczół i powstawania miodu.

Głównym elementem strefy słuchu jest podłużna wkomponowana w kształt plastra miodu fontanna z kaskadą. W strefie tej zaproponowano nasadzenia drzew liściastych atrakcyjnych pod względem kształtu korony, przebarwiających się jesienią, a przede wszystkim umożliwiające odpoczynek na ławce w cieniu korony. Drzewa dają schronienie ptakom, które umilą swoim świergotem odpoczynek, także dzięki budkom lęgowym zamontowanym w koronach drzew. W pobliżu dróg spacerowych oraz toalety publicznej zaproponowano nasadzenia traw ozdobnych (miskant chiński, miskant cukrowy, wydmuchrzyca piaszkowa, rozplenica japońska), które na wietrze przyjemnie szumią.

Strefa wzroku zajmuje największą część obszaru. Tworzy ją otwarta przestrzeń trawiasta okalana drzewami liściastymi oraz kompozycjami z bylin i krzewów w dwóch wariantach – kompozycja nr 1: lawenda wąskolistna, czosnek olbrzymi, berberys Thunberga ‘Kobold’, dąbrówka rozłogowa oraz kompozycja nr 2: bukszpan wieczniezielony, krwawnik wełnisty, lawenda wąskolistna, jeżówka purpurowa, rogownica kutnerowata. Dzięki otwartości przestrzeni daje duże możliwości wykorzystania. Zielona polana, którą tworzy przestrzeń trawiasta posłużyła do organizacji lokalnych imprez. W części południowej terenu zaprojektowano amfiteatr w kształcie koła na spotkania kulturalnookolicznościowe. Na trawniku można rozłożyć koc, aby odpocząć, zrelaksować się, patrząc na bujną zieleń. Można uprawiać lekkoatletykę.

Część obszaru została przeznaczona jako łąka kwietna. Dzięki zastosowaniu specjalnej mieszanki roślin łąkowych do centrum miasta został zaproszona natura łąkowa, która zachwyca barwą kolorów, zmiennością kwitnienia różnych roślin, zachęca owady do bytowania i zapylania kwiatów.

PODSUMOWANIE

Założeniem projektu było wprowadzenie roślin zielarskich w koncepcję ogrodu sensorycznego. Przestrzeń miała być łatwo dostępna, otwarta i przestronna, bogata w rośliny o dużych walorach kolorystycznych, zapachowych i dekoracyjnych. Motywem przewodnim był plaster miodu, który pojawił się w elementach małej architektury takich jak donice i siedziska. Zastosowano nasadzenia roślin zielarskich w pojemnikach i w gruncie w celach edukacyjnych i terapeutycznych. Stosowanie tych roślin w projektach ogrodów każdego rodzaju mogłoby stać się standardem. Szczególnie w założeniach zieleni publicznej, gdzie grupą odbiorców są mieszkańcy w każdym wieku. Potrzeba odreagowania i zniwelowania stresu, na który obecnie wszyscy są narażeni, sprawia, że publiczne tereny zieleni obsadzone atrakcyjną roślinnością stają się niezwykle użyteczne.

Podsumowując, rośliny zielarskie mają duży potencjał wykorzystania w przestrzeni miejskiej. Rośliny z tej grupy często dobrze znoszą trudne warunki miejskie, takie jak m.in. ograniczony dostęp do wody i składników pokarmowych czy zanieczyszczenia. Ponadto wiele z nich reprezentuje rodzimą florę, a zatem wykorzystywanie ich w aranżacjach sprzyja zachowaniu lokalnej bioróżnorodności.

PIŚMIENNICTWO

- Czerniawska E., Czerniawska-Far M., 2007. Psychologia węchu i pamięci węchowej. WAiP, Warszawa.
- Dąbski M., Dudkiewicz M., 2010. Przystosowanie ogrodu dla niewidomego użytkownika na przykładzie ogrodów sensorycznych w Bolestraszcach, Bucharzewie i Powsinie. Teka Kom. Archit. Urban. Studiów Krajobrazowych (Pol. Akad. Nauk, Oddz. Lub.) 6, 7–17.
- Di Nardo F., Saullé R., La Torre G., 2010. Green areas and health outcomes: a systematic review of the scientific literature. *Ital. J. Public Health* 7(4), 402–413.

- Drozd J., 2012. Wczoraj i dziś ziołolecznictwa. *Prz. Med. Uniw. Rzesz. Nar. Inst. Leków Warsz.* 2, 245–251
- Dudkiewicz M., Kowalczyk M., Krupiński P., 2018a. Ogród jako miejsce spotkania dziecka z przyrodą – projekt zagospodarowania skweru przy ul. Radomskiej w Lublinie. *Teka Kom. Urban. Archit. (Pol. Akad. Nauk, Oddz. Krak.)* 46, 293–302.
- Dudkiewicz M., Marcinek B., Tkaczyk A., 2014. Idea ogrodu sensorycznego w koncepcji zagospodarowania atrium przy Samodzielnym Publicznym Szpitalu Klinicznym nr 4 w Lublinie. *Acta Sci. Pol., Architectura* 13(3), 71–77.
- Dudkiewicz M., Pudelska K., Parzymies M., Durlak W., 2018b. Rola hortiterapii i bukieciarstwa w leczeniu dzieci i dorosłych. *Kosmos* 4, 813–821. https://doi.org/10.36921/kos.2018_2418
- Dyduch J., 2014. Historia zielarstwa w Polsce. *Nauki Przyr.* 4(6), 5–10.
- Edbom-Kolarz A., Marcinkowski J.T., 2010. Idea rozpropagowania w Polsce szwedzkich ogrodów Ziołowych. *Hygeia Public Health* 45(1), 40–43.
- El-Barmelgy H., 2013. Healing Gardens Design. *Intern. J. Educ. Res.* 1(6), 4.
- González-Ball R., Bermúdez-Rojas T., Romero-Vargas M., Ceuterick M., 2022. Medicinal plants cultivated in urban home gardens in Heredia, Costa Rica. *J. Ethnobiol. Ethnomed.* 12, 18(1), 7. <https://doi.org/10.1186/s13002-022-00505-z>
- Hłobi A., Piecuch I., 2010. Aromaterapia jako wspomaganie w psychopedagogice. *Rocz. Ochr. Środ.* 12, 607–647.
- Hortyńska P., Dudkiewicz M., 2010. Barwa i faktura – środki plastyczne w architekturze krajobrazu. *Teka Kom. Archit. Urban. Studiów Krajobrazowych (Pol. Akad. Nauk, Oddz. Lub.)* 6, 27–38.
- Jakubowski K., 2013. Niekonwencjonalne formy współpracy międzysektorowej w kształtowaniu zieleni miejskiej na przykładzie Londynu. *Zrównoważony Rozwój – Zastosowania* 4, 87–97.
- Kaliszuk E., Cieszevska A., 2000. Środowisko przyrodnicze miasta – cele i metody badań. *Przyroda i miasto*, t. 3. Wyd. SGGW, Warszawa, 17–28.
- Kasińska L., Sieniawska-Kuras A., 2009. Architektura krajobrazu dla każdego. KaBe, Krosno.
- Kim H., 2019. Ukryta historia ziół. Sekretne właściwości 150 roślin, tłum. J.J. Malinowski. Wyd. Alma Press, Warszawa.
- Kuźnicka B., Dziak M., 1992. Zioła i ich stosowanie. PZWL, Warszawa.
- Majkowska-Gadomska J., Mikulewicz E., Dobrowolski A., 2016. Wpływ kwietników i rabat miejskich na życie człowieka niepełnosprawnego. *Annales Hortie.* 26(4), 95–106.
- Pudelska K., Dudkiewicz M., Durlak W., Parzymies M., 2015. Dobór roślin do ogrodu sensorycznego. W: A. Wdowiak, A. Tucki (red.), *Aspekty środowiskowo-rekreacyjne i prawne zdrowia człowieka*. Wyd. MTWiRTM, Lublin, 61–73.
- Rabah B., Khellaf R., Mouloud G., Mustapha D., Djamel M.M., 2016. Flora and medicinal plants in the Green spaces of Bousaada (Algeria). *Glob. J. Res. Med. Plants Indigen. Med.* 6(1), 01–14.
- Rapiejko P., 2006. Zmysł węchu. *Alergoprofil* 4(7), 4–10.
- Renda J., Woźniak M., 2012. Właściwości roślin wykorzystywane w kształtowaniu przestrzeni miasta Lublin, *Teka Kom. Archit. Urban. Studiów Krajobrazowych (Pol. Akad. Nauk, Oddz. Lub.)* 8(1), 124–132.
- Kałużny K., Koźmińska A., 2015. Rodzaj macierzanka w przestrzeni miejskiej. *Zagadnienia aktualnie poruszane przez młodych naukowców*, Kraków, 94–97.
- Zawiślak G., 2015. Hortiterapia jako narzędzie wpływające na poprawę zdrowia psychicznego i fizycznego człowieka. *Annales UMCS, sec. EEE, Horticultura* 25(1), 21–31.
- Walasek M., Zalewska E., Zawiślak G., Gruszecki R., 2021. Zastosowanie olejków eterycznych w kosmetyce. W: M. Chwil, B. Denisow (red.), *Wybrane aspekty biokosmetyki*. WUP, Lublin, 58–65.

Źródło finansowania badań: Subwencja MNiSW na utrzymanie i rozwój potencjału badawczego Katedry Architektury Krajobrazu Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie.

Summary. A modern man living in a busy society, notoriously struggling with the lack of time and stress, asks himself how important part of his life has he lost, and where is the inner balance? The need to relieve and reduce the stress to which everyone is exposed makes public gardens essential compo-

nents of a city. Due to their effective flowers, some herbal plants, e.g., Echinacea, common sage, large-leaved mullein, narrow-leaved lavender, marigold, borage, garden nasturtium, or decorative leaves, e.g., peppermint, rosemary, common basil, fennel can be treated as ornamental plants. The article presents the land development project at the Commune Office and the Commune Public Library in Adamów, powiat Łuków, with herbal plants. At the same time, it is an example of a modern arrangement of contemporary public space, which has the character of a therapeutic and didactic garden. The research was carried out in two ways – chamber and field works were performed. The project was developed based on the analysis of the existing state and adapted to users' needs, mainly children from nearby schools. The leitmotif of the project was a honeycomb and a reference to the city's coat of arms – a bear.

Key words: city space, sensory garden, herbaceous plants, Adamów

Otrzymano/Received: 07.06.2022
Zaakceptowano/Accepted: 13.10.2022