

DOM ORAZ OGRÓD • domorazogrod.pl

Plan Ratowania Roślin

System dla początkujących — dzień po dniu

Wersja do czytania offline i druku

Jak korzystać z tego planu

Ten plan składa się z sześciu 7-dniowych ścieżek ratunkowych — po jednej dla każdego najczęstszego problemu z rośliną domową: żółtych liści, opadających liści, suchych końcówek, przelania, przesuszenia i braku wzrostu.

Wybierz ścieżkę, która najlepiej opisuje to, co widzisz na swojej roślinie, i wykonuj ją dzień po dniu — jeden dzień naraz. Nie przeskakuj do przodu i nie łącz kilku dni w jeden. Rośliny reagują powoli, a przypadkowe zmiany kilku rzeczy naraz utrudniają ustalenie, co naprawdę zadziałało.

Każdy dzień zawiera: krótką wskazówkę, listę „czego NIE robić”, listę „co sprawdzić”, konkretne zadania do odhaczenia oraz miejsce na własną obserwację. Zapisuj notatki na bieżąco — to pomoże ocenić postęp w Dniu 7.

Nowy przyrost pojawia się zwykle po 2–4 tygodniach od ustabilizowania warunków, nie po siedmiu dniach. Sygnałem poprawy jest zatrzymanie pogarszania, a nie regeneracja starych liści.

Jeśli sytuacja jest pilna (czarne liście, pleśń, gnijące korzenie, śmierdząca ziemia, roślina całkowicie opada lub podejrzewasz szkodniki) — przejdź od razu do rozdziału Moduły SOS, zamiast czekać na kolejny dzień planu.

Wersja interaktywna (aplikacja webowa) prowadzi Cię krok po kroku, odhacza zadania automatycznie i pamięta postęp. Ten dokument PDF to jej wersja do czytania offline i do druku — możesz go wypełniać długopisem, trzymać przy roślinach i wracać do niego bez internetu.



Spis treści

Jak korzystać z tego planu	str. 2
Plan: Żółte liście	str. 4
Plan: Opadające liście	str. 9
Plan: Suche końcówki	str. 15
Plan: Przelanie	str. 21
Plan: Przesuszenie	str. 28
Plan: Brak wzrostu	str. 33
Moduły SOS	str. 39
Dobór podłoża	str. 41
Najczęstsze błędy	str. 42
Po ratunku — dalszy plan	str. 43



Plan: Żółte liście

Liście żółkną i opadają — siedem dni, jeden dzień naraz.

Dzień 1: Diagnoza żółknięcia

💡 Żółknięcie dolnych, starych liści = naturalne. Żółknięcie nowych, górnych liści = sygnał problemu.

❌ CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie podlewaj — zanim nie wiesz jaka jest przyczyna
- Nie odrywaj żółtych liści ręką — użyj nożyczek

🔍 CO SPRAWDZIĆ:

- Czy żółkną nowe (górne) czy stare (dolne) liście?
- Czy podstawka ma wodę stojącą?
- Czy roślina była nawożona w tym sezonie? Żółknięcie młodych liści bywa też objawem niedoboru składników

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź ziemię palcem na 5 cm w głąb — mokra, sucha czy wilgotna?
- ☐ Policz żółte liście i zrób zdjęcie dokumentacyjne
- ☐ Oceń okno: południe/zachód = ryzyko za dużo słońca; północ = ryzyko za mało światła

📝 TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 2: Identyfikacja przyczyny

 Jedna zmiana naraz — dzięki temu wiesz co zadziałało.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie nawóz — nawożenie chorych roślin pogarsza stan
- Nie zmieniaj jednocześnie miejsca i podlewania — jedna zmiana naraz

CO SPRAWDZIĆ:

- Kiedy ostatnio podlewałeś/aś?
- Czy roślina niedawno zmieniła miejsce?

ZADANIA:

☐ Obejrzyj spód liści: drobne jasne nakrapianie liścia i delikatne pajęczynki = przędziorki;
lepka wydzielina i skupiska owadów na młodych pędach = mszyce; białe kłaczki w kątach liści = wełnowce

☐ Opróżnij podstawkę jeśli stoi w niej woda od ponad godziny

☐ Oceń podłoże — jeśli mokre i liście żółkną → przejdź na plan Przelanie

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 3: Korekta warunków

 Większość roślin domowych najlepiej rośnie przy oknie wschodnim lub zachodnim — jasno, bez palącego słońca.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie spryskuj liści jeśli jest pleśń lub mszyce
- Nie stawiaj bezpośrednio przy kaloryferze lub w przeciągu

CO SPRAWDZIĆ:

- Temperatura w pomieszczeniu (optimum 18–25°C)
- Czy inne rośliny obok mają te same objawy?

ZADANIA:

- ☐ Przesuń 30–50 cm od szyby jeśli stoi w bezpośrednim słońcu
- ☐ Sprawdź dziurki w doniczce — czy nie są zatkane
- ☐ Jeśli ziemia mokra — nie podlewaj; jeśli sucha na 5 cm — podlewaj powoli wodą o temperaturze pokojowej, aż woda zacznie wypływać przez otwory odpływowe

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 4: Obserwacja

 Roślina może nie reagować przez 3–5 dni — to normalne. Oceniaj trend, nie jeden dzień.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie podlewaj jeśli ziemia jest jeszcze wilgotna
- Nie przenoś rośliny ponownie — daj jej 48–72h na aklimatyzację

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy ziemia wysycha szybciej czy wolniej niż zwykle?
- Stan korzeni widoczny przez dziurkę doniczki

ZADANIA:

- ☐ Policz nowe żółte liście — więcej czy mniej niż w Dniu 1?
- ☐ Porównaj ze zdjęciem z Dnia 1
- ☐ Jeśli znalazłeś/aś szkodniki — wytrzyj liście wilgotną ściereczką z obu stron

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 5: Podlewanie i stabilizacja

 Złota zasada: podlewaj według potrzeby rośliny (palec w ziemi), nie według kalendarza.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie podlewaj "na zapas" ani "na wszelki wypadek"
- Nie używaj zimnej wody prosto z kranu (szok termiczny)

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy pojawiają się nowe pąki liściowe?
- Kolor nowych liści — zielone czy od razu żółte?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź ziemię palcem na 5 cm — podlej TYLKO gdy sucha
- ☐ Użyj wody o temperaturze pokojowej — odstaw ją na kilka godzin przed podlaniem
- ☐ Po 30 min opróżnij podstawkę — roślina nigdy nie powinna stać w wodzie

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 6: Czyszczenie

 *Kurz na liściach zaciemnia je i utrudnia wymianę gazową. Przecieranie liści to prosty, darmowy sposób na poprawę kondycji.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie używaj chemicznych środków błyszczących do liści
- Nie odrywaj liści które jeszcze mają zielone fragmenty

CO SPRAWDZIĆ:

- Ponowna kontrola spodu liści na szkodniki
- Czy ziemia przy krawędzi doniczki odchodzi od ścianek (zbyt sucha)?

ZADANIA:

- ☐ Usun wszystkie żółte i martwe liście nożyczkami przy nasadzie
- ☐ Wytrzyj obie strony liści wilgotną ściereczką (poprawia fotosyntezę)
- ☐ Sprawdź ziemię — biały nalot = pleśń, usuń wierzchnią warstwę 2 cm i posyp cienką warstwą cynamonu — domowy sposób, który może ograniczyć rozwój pleśni

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 7: Ocena i plan na przyszłość

 *Brak poprawy po 7 dniach? Sprawdź moduł SOS — możliwy problem z korzeniami lub szkodnikami.*

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy pojawiły się nowe zdrowe zielone liście?
- Czy żółknięcie się zatrzymało?

ZADANIA:

- ☐ Porównaj zdjęcie z Dnia 1 i dzisiaj — oceń wizualnie postęp
- ☐ Policz żółte liście — mniej = dobry znak, tyle samo = zmień plan (sprawdź Moduły SOS)
- ☐ Zapisz w notatniku: przy jakim oknie stoi, jak często podlewasz, ile wody

TWOJA OBSERWACJA:



Plan: Opadające liście

Roślina wygląda na smutną — siedem dni, jeden dzień naraz.

Dzień 1: Diagnoza opadania

💡 Opadanie przy suchej ziemi = pragnienie. Opadanie przy mokrej ziemi = gnicie korzeni lub stress termiczny.

❌ CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie podlewaj jeśli ziemia mokra
- Nie przenoś rośliny zanim nie zdiagnozujesz przyczyny

🔍 CO SPRAWDZIĆ:

- Czy liście opadają i są miękkie czy tylko wiotkie?
- Kiedy ostatnio podlewałeś/aś?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź ziemię palcem na 5 cm — mokra czy sucha?
- ☐ Sprawdź temperaturę miejsca — czy stoi przy kaloryferze lub oknie z przeciągiem?
- ☐ Zrób zdjęcie dokumentacyjne stanu rośliny

📝 TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 2: Akcja ratunkowa

 Rośliny często wracają do formy od kilku godzin do doby po prawidłowym podlaniu. Brak poprawy po 24 h = sprawdź korzenie.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie podlewaj jeśli ziemia jest mokra — woda w niej jest problemem
- Nie nawóz — stres wodny najpierw, nawożenie potem

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy po podlaniu liście się wyprostowały (jeśli była sucha)?
- Czy korzenie widoczne przez dziurkę wyglądają zdrowo (jasne)?

ZADANIA:

- ☐ Jeśli ziemia SUCHA: podlej obficie, aż woda wypłynie przez otwory, i poczekaj 2 h — sprawdź czy liście wróciły
- ☐ Jeśli ziemia MOKRA: nie podlewaj, wyjmij z podstawki, postaw w przewiewnym miejscu
- ☐ Przesuń od kaloryfera (min 60 cm) i z dala od przeciągu lub klimatyzacji

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 3: Inspekcja korzeni

💡 Jeśli zostały zdrowe, jędrne korzenie — roślina ma szansę na powrót do formy. Im więcej ich zostało, tym szybciej.

❌ CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie uszkodzaj zdrowych korzeni przy wyjmowaniu
- Nie przesadzaj jeśli korzenie wyglądają zdrowo

🔍 CO SPRAWDZIĆ:

- Ile % korzeni jest zdrowych?
- Czy ziemia przy korzeniach pachnie kwaśno lub gnijąco?

ZADANIA:

- ☐ Delikatnie wyjmij roślinę z doniczki
- ☐ Oceń korzenie: zdrowe = białe/kremowe/jasnobrązowe, twarde; chore = ciemnobrązowe, miękkie, śmierdzące
- ☐ Jeśli korzenie są zdrowe — wróć do doniczki; jeśli chore — przejdź do modułu SOS Gnijące korzenie

📝 TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 4: Korekta środowiska

 *Stabilna temperatura jest ważniejsza od "idealnej" — wahania stresują rośliny bardziej niż niskie lub wysokie ale stałe temperatury.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie stawiaj przy klimatyzacji ani nawiewach
- Nie wystawiaj na bezpośrednie słońce gdy roślina jest w stresie

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy liście zaczynają się prostować?
- Czy pojawiają się nowe opadające liście?

ZADANIA:

- ☐ Ustaw roślinę 30–60 cm od okna wschodniego lub zachodniego
- ☐ Sprawdź temperaturę — optimum 18–25°C, bez wahań powyżej 5°C w ciągu dnia
- ☐ Upewnij się że doniczka ma działające dziurki odpływowe

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 5: Regularne podlewanie

💡 *Liście które już opadły i są miękkie mogą nie wrócić — ale nowe liście wyrosną prawidłowo jeśli warunki są dobre.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie podlewaj według harmonogramu — zawsze sprawdzaj palcem
- Nie spryskuj liści jeśli temperatura poniżej 18°C

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy nowe liście rosną w normalnej pozycji?
- Czy stare opadające liście odżywają czy nadal wiszą?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź ziemię palcem na 5 cm — podlej tylko gdy sucha
- ☐ Podlewać przy nasadzie rośliny, nie na liście
- ☐ Po 30 min opróżnij podstawkę

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 6: Wsparcie dla rośliny

 Nawóz to wsparcie dla zdrowej rośliny, nie lekarstwo dla chorej — aplikuj tylko gdy warunki są już ustabilizowane.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie nawóz jeśli roślina nadal opada — poczekaj na stabilizację
- Nie używaj nawozu w wyższym stężeniu niż wskazane 2×

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy pojawiają się nowe, wyprostowane liście?
- Stan ziemi — czy wysycha w normalnym tempie (3–7 dni, zależnie od pory roku i wielkości doniczki)?

ZADANIA:

- ☐ Usunąć liście które są zupełnie martwe lub miękkie (nożyczkami)
- ☐ Jeśli roślina się wyprostowała i ziemia była sucha — podlej z nawozem rozcieńczonym 2× (marzec–wrzesień)
- ☐ Wetrzyj liście wilgotną ściereczką

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 7: Ocena i rutyna

 Roślina która opadała z powodu błędów w pielęgnacji zazwyczaj w pełni odżywa w ciągu 2–4 tygodni.

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy żaden liść nie opada bez powodu?
- Temperatura i wilgotność — stabilne?

ZADANIA:

- ☐ Porównaj zdjęcie z Dnia 1 i dzisiaj
- ☐ Oceń: czy liście się wyprostowały? czy pojawiły się nowe?
- ☐ Zaplanuj: sprawdzanie ziemi co 2–3 dni palcem

TWOJA OBSERWACJA:



Plan: Suche końcówek

Brązowe, suche końcówki liści — siedem dni, jeden dzień naraz.

Dzień 1: Diagnoza suchych końcówek

💡 Suche końcówki to najczęściej: 1) za suche powietrze przy kaloryferze, 2) fluor/chlor w wodzie kranowej, 3) za mało wody.

❌ CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie przycinaj końcówek jeszcze dzisiaj
- Nie zmieniaj jednocześnie miejsca i podlewania

🔍 CO SPRAWDZIĆ:

- Czy suche końcówki pojawiają się na wielu liściach czy na jednym?
- Czy powietrze w pokoju jest suche (grzejnik, zima)?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź gdzie stoi roślina — czy jest przy kaloryferze lub grzejniku?
- ☐ Sprawdź źródło wody — podlewasz zwykłą wodą z kranu?
- ☐ Zrób zdjęcie końcówek liści i policz ile ich jest

📝 TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 2: Korekta środowiska

💡 *Idealna wilgotność powietrza dla większości roślin: 40–60%. Przy grzejnikach spada do 15–20%.*

❌ CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie spryskuj liści wieczorem (ryzyko pleśni) — tylko rano
- Zraszanie podnosi wilgotność tylko na kilkanaście minut — nie rozwiązuje problemu suchego powietrza. Jeśli zraszasz, rób to rano, żeby liście wyschły przed nocą.
- Nie stawiaj na parapecie nad kaloryferem

🔍 CO SPRAWDZIĆ:

- Czy w pomieszczeniu jest nawilżacz powietrza? Włącz jeśli masz.
- Czy suche końcówki są miękkie (gnicie) czy twarde i kruche (suszenie)?

ZADANIA:

- ☐ Przesuń roślinę min 60 cm od kaloryfera lub grzejnika
- ☐ Postaw naczynie z wodą obok rośliny — parowanie zwiększa wilgotność powietrza
- ☐ Zacznij używać wody filtrowanej, destylowanej lub deszczówki — samo odstanie wody usuwa chlor, ale nie fluor ani chloraminę, a to one powodują brązowienie końcówek

📝 TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 3: Pierwsze przycinanie

 *Przycinanie suchych końcówek to zabieg estetyczny — nie leczy przyczyny, ale poprawia wygląd i redukuje stres rośliny.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie przycinaj głęboko w zieloną tkankę — zostaw margines
- Nie odrywaj suchych końcówek ręką (niszczy tkankę)

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy po przytnięciu widać zieloną, zdrową tkankę wewnątrz?
- Czy nowe liście wyrastają ze zdrowymi końcówkami?

ZADANIA:

- ☐ Przytnij suche końcówki nożyczkami pod kątem 45° — zostaw 2–3 mm żywej tkanki
- ☐ Wytrzyj ostrza nożyczek przed i po (np. chusteczką alkoholową)
- ☐ Sprawdź wilgotność ziemi — podlej jeśli sucha na 5 cm

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 4: Nowy rytuał podlewania

💡 Jeśli używasz wody filtrowanej a końcówki nadal schną — główna przyczyna to suche powietrze, nie woda.

❌ CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie spryskuj roślin z gładkimi, woskowatymi liśćmi (np. fikus, sansewiera)
- Nie podlewaj chłodną wodą — minimum temperatura pokojowa

🔍 CO SPRAWDZIĆ:

- Czy nowe liście wyrastają z normalnymi, zdrowymi końcówkami?
- Czy istniejące suche końcówki dalej się powiększają?

ZADANIA:

- ☐ Podleć wodą filtrowaną, destylowaną lub deszczówką — powoli, aż woda zacznie wypływać przez otwory odpływowe, gdy górna warstwa sucha
- ☐ Ustaw nawilżacz albo zgrupuj rośliny blisko siebie — to realnie podnosi wilgotność wokół nich, w przeciwieństwie do zraszania
- ☐ Sprawdź czy podstawka jest opróżniona po 30 min

📝 TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 5: Obserwacja i nawilżanie

 Miska z keramzytem wypełniona wodą pod doniczką (doniczka nie stoi w wodzie!) lokalnie podnosi wilgotność powietrza wokół rośliny.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie nawóz jeśli roślina jest nadal w stresie
- Nie przesadzaj — zmiana miejsca teraz to dodatkowy stres

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy końcówki na nowych liściach wyglądają zdrowo?
- Temperatura i luz od kaloryfera?

ZADANIA:

- ☐ Oceń czy liczba nowych suchych końcówek zmniejsza się
- ☐ Jeśli masz możliwość — kup nawilżacz powietrza lub misę z keramzytem i wodą (tani nawilżacz)
- ☐ Sprawdź wilgotność ziemi i podlej jeśli potrzeba

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 6: Pielęgnacja liści

 Czyste liście lepiej "oddychają" i pobierają wilgoć z powietrza — regularne wycieranie ma realne znaczenie.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie używaj chemicznych błyszczaczy do liści
- Nie wystawiaj na bezpośrednie słońce po spryskaniu (poparzenia)

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy woda używana do podlewania jest filtrowana lub deszczowa?
- Czy powietrze jest nawilżone?

ZADANIA:

- ☐ Wytrzyj liście wilgotną ściereczką z obu stron
- ☐ Usuń wszystkie uschnięte fragmenty nożyczkami
- ☐ Jeśli roślina poprawiła się — podlej z nawozem rozcieńczonym 2× (tylko marzec–wrzesień)

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 7: Ocena postępu

 Suche końcówki które już istnieją nie znikną — ale przy poprawionych warunkach nowe liście wyrosną zdrowe.

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy suche końcówki przestały się pojawiać na nowych liściach?
- Czy środowisko zostało ustabilizowane?

ZADANIA:

- ☐ Porównaj zdjęcia z Dnia 1 i dziś
- ☐ Oceń: czy nowe liście mają zdrowe końcówki?
- ☐ Zapisz nowy rytuał: woda filtrowana lub deszczowa, odległość od kaloryfera, ewentualne nawilżanie

TWOJA OBSERWACJA:

Plan: Przelanie

Za dużo wody, mokra ziemia — siedem dni, jeden dzień naraz.

Dzień 1: Zatrzymanie i diagnoza

 *Przelanie to najczęstszy błąd. Korzenie giną bez tlenu — mokra ziemia = uduszenie korzeni.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Absolutnie nie podlewaj — to najważniejszy krok
- Nie nawóz — nawożenie przy przelaniu jest zabójcze dla korzeni

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy ziemia jest mokra na głębokości 5 cm i więcej?
- Czy z doniczki wydobywa się nieprzyjemny, kwaśny zapach?

ZADANIA:

- ☐ NATYCHMIAST zatrzymaj podlewanie — nie podlewaj przez minimum 7 dni
- ☐ Wyjmij doniczkę z podstawki i opróżnij podstawkę
- ☐ Sprawdź dziurki odpływowe — czy są drożne? Przekłuj wykałaczką jeśli zatkane

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 2: Osuszanie

 Ziemia przy przelaniu może schnąć 5–10 dni zanim będzie gotowa do podlewania. Nie skracaj tego czasu.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie stawiaj w ciemnym miejscu — światło przyspiesza parowanie
- Nie przykrywaj rośliny ani nie zamykaj w terrarium

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy kolor ziemi zmienia się (jaśniej) = wysycha?
- Czy liście nadal żółkną lub czy stan się zatrzymał?

ZADANIA:

- ☐ Postaw w najjaśniejszym miejscu w pokoju (ale nie bezpośrednio słońce)
- ☐ Rozluźnij górną warstwę ziemi na 2–3 cm wykałaczką lub patyczkiem (zwiększa przepływ powietrza)
- ☐ Sprawdź czy podstawka jest sucha — sprawdzaj co kilka godzin

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 3: Inspekcja korzeni

 *Tnij bez litości — pozostawienie jednego gnijącego korzenia może zainfekować zdrowe. Czyste nożyczki lub dezynfekowane alkoholem.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie uszkadzaj zdrowych korzeni
- Nie podlewaj po inspekcji jeśli ziemia mokra

CO SPRAWDZIĆ:

- Ile % korzeni wygląda zdrowo?
- Czy zapach z ziemi ustępuje?

ZADANIA:

- ☐ Delikatnie wyjmij roślinę z doniczki
- ☐ Oceń korzenie: zdrowe = białe/kremowe/twarde; chore = brązowe/czarne/miękkie/śmierdzące
- ☐ Jeśli widzisz chore korzenie — przetnij je czystymi nożyczkami, zostaw zdrowe

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 4: Leczenie lub przesadzenie

 *Mniejsza doniczka to lepsza wentylacja korzeni — nie bój się przesadzić do tej samej lub mniejszej doniczki.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie używaj starej ziemi jeśli pachnie gnijąco
- Nie przesadzaj do doniczki większej o ponad 2–3 cm

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy nowa ziemia jest sucha i dobrze przepuszcza wodę?
- Czy doniczka ma 2–3 wyraźne dziurki odpływowe?

ZADANIA:

- ☐ Jeśli zdecydowana większość korzeni jest zdrowa — wróć do tej samej doniczki, zostaw ziemię
- ☐ Jeśli dużo chorych korzeni — przesadź do świeżej mieszanki (ziemia + perlit 40%) w doniczce z dziurkami
- ☐ Po przesadzeniu — nie podlewaj przez 3–4 dni

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 5: Pierwsze podlewanie po przelaniu

 Po przelaniu roślina potrzebuje 2–4 tygodni na pełną regenerację. Nie spiesz się z podlewaniem.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie podlewaj jeśli jest choć trochę wilgotno na 5 cm
- Nie wracaj do starego rytmu podlewania

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy korzenie (widoczne przez dziurkę) wyglądają stabilnie?
- Czy nowe liście wyglądają na zdrowsze niż w Dniu 1?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź ziemię palcem na 5 cm — podlej TYLKO gdy ZUPEŁNIE sucha
- ☐ Podleń oszczędnie — tyle, żeby zwilżyć ziemię, ale bez zalewania. Woda nie może stać w podstawce
- ☐ Obserwuj przez 30 min czy woda wypływa z dziurek, opróżnij podstawkę

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 6: Usuwanie szkód

 *Usunięcie chorych liści to nie tylko estetyka — roślina przestaje marnować energię na utrzymanie martwych części.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie nawóz — jeszcze za wcześnie
- Nie podlewaj jeśli ziemia jeszcze trochę wilgotna

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy żółknięcie nowych liści zatrzymało się?
- Czy roślina stoi w najjaśniejszym możliwym miejscu (bez bezpośredniego słońca)?

ZADANIA:

- ☐ Usunąć wszystkie żółte, miękkie lub martwe liście nożyczkami
- ☐ Wytrzeć zdrowe liście wilgotną ściereczką
- ☐ Sprawdzić czy na ziemi nie ma pleśni — biały nalot usunąć i posyp cienką warstwą cynamonu — domowy sposób, który może ograniczyć rozwój pleśni

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 7: Nowy start i zasady

 *Przelanie prawie zawsze wynika z podlewania według harmonogramu. Odejście od kalendarza = koniec problemów.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie wracaj do podlewania według kalendarza
- Nie nawóz jeszcze przez kolejne 2 tygodnie

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy pojawił się nowy zdrowy wzrost?
- Czy ziemia wysycha w normalnym tempie (3–7 dni, zależnie od pory roku i wielkości doniczki)?

ZADANIA:

- ☐ Porównaj zdjęcie z Dnia 1 i dziś
- ☐ Oceń stan — czy żółknięcie ustąpiło? Czy korzenie są stabilne?
- ☐ Zapisz nową zasadę: ZAWSZE sprawdzaj palcem na 5 cm zanim podlejesz

TWOJA OBSERWACJA:

Plan: Przesuszenie

Sucha, popękana ziemia — siedem dni, jeden dzień naraz.

Dzień 1: Natychmiastowe nawodnienie

 Jeśli woda spływa bokiem brzegami doniczki — ziemia jest hydrofobowa. Moczenie w misce przez 30 min to jedyny skuteczny sposób.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie podlewaj lodowatą wodą z kranu — minimum temperatura pokojowa
- Nie nawóz — najpierw nawodnienie, potem wsparcie

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy woda wchodzi do ziemi czy spływa bokiem (ziemia hydrofobowa)?
- Czy liście częściowo się wyprostowały po 2 godzinach?

ZADANIA:

- ☐ Podleć obficie aż woda zacznie wypływać z dziurek odpływowych
- ☐ Wstaw doniczkę do miski z 3–4 cm wody na 20–30 minut (dolne podlewanie)
- ☐ Zrób zdjęcie dokumentacyjne i sprawdź czy liście zaczęły się prostować po 2h

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 2: Sprawdzenie rehydratacji

💡 Rośliny dobrze nawodnione wracają do pionu w ciągu 2–12 godzin. Brak poprawy po 12h = sprawdź korzenie.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie zalewaj dwa razy pod rząd z wierzchu — użyj metody moczenia
- Nie wystawiaj na silne słońce gdy roślina jest osłabiona

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy korzenie widoczne przez dziurkę są białe i zdrowe?
- Czy liście mają wytrzymałość czy nadal zwisają?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź ziemię palcem na 5 cm — powinna być wilgotna
- ☐ Oceń liście — czy wyprostowały się? Jeśli tak — dobry znak
- ☐ Jeśli ziemia znów sucha — powtórz moczenie w misce 20 min

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 3: Stabilizacja wilgotności

💡 *Stara, zbita ziemia może być hydrofobowa na stałe. Jeśli woda nie wchodzi — czas na świeże podłoże.*

❌ CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie przesadzaj teraz — zmiana w stresie to ryzyko
- Nie nawóz jeszcze — poczekaj do Dnia 5–6

🔍 CO SPRAWDZIĆ:

- Czy ziemia trzyma wodę przez min 2–3 dni?
- Czy stara ziemia jest zbita i odpycha wodę?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź wilgotność palcem — czy utrzymuje się przez dobę?
- ☐ Podleń jeśli ziemia zaczyna wysychać (5 cm suche)
- ☐ Oceń czy liście w pełni wróciły do normalnej pozycji

📝 TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 4: Nowy rytm podlewania

💡 *Lepiej za rzadko niż za często — rośliny lepiej tolerują krótkie susze niż chroniczne przelanie.*

❌ CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie wracaj do podlewania "kiedy pamiętam"
- Nie podlewaj "na wszelki wypadek" gdy ziemia wygląda na prawie suchą

🔍 CO SPRAWDZIĆ:

- Czy roślina stoi w odpowiednim świetle (jasne ale nie palące słońce)?
- Czy temperatura w pokoju jest stabilna (18–25°C)?

ZADANIA:

- ☐ Ustal zasadę: sprawdzaj ziemię palcem co 2–3 dni
- ☐ Podleń obficie, aż woda wypłynie przez otwory, gdy górna warstwa (5 cm) jest sucha
- ☐ Zapisz w telefonie jako przypomnienie: "Sprawdź ziemię rośliny"

📝 TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 5: Ocena podłoża

 Zbita ziemia = mniej tlenu dla korzeni = wolniejszy wzrost i częstsze problemy. Dobra mieszanka to 60% ziemia + 20% perlit + 20% kora.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie przesadzaj jeśli roślina jest jeszcze słaba
- Nie używaj ciężkiej gliny bez domieszki perlitu

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy ziemia wchłania wodę normalnie czy spływa bokiem?
- Czy korzenie są widoczne w dziurkach doniczki (za małą doniczką)?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź czy ziemia jest zbita i nie przepuszcza wody — jeśli tak, rozważ przesadzenie
- ☐ Jeśli ziemia jest OK — spulchnij delikatnie wierzchnią warstwę 2–3 cm wyłaczką
- ☐ Podleć według zasady palca jeśli potrzeba

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 6: Nawożenie i wsparcie

 Nawóz po przesuszeniu to dodatkowe wsparcie — ale dopiero gdy roślina jest stabilna i nawodniona.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie nawóz jeśli roślina nadal wygląda na osłabioną
- Nie przesadzaj dawki nawozu — 2× mniejsza niż na opakowaniu

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy pojawiają się nowe liście?
- Czy stare liście wróciły do pełnej turgoru?

ZADANIA:

- ☐ Jeśli roślina wróciła do formy — podlej z nawozem rozcieńczonym 2× (marzec–wrzesień)
- ☐ Wytrzyj liście wilgotną ściereczką
- ☐ Usuń martwe liście nożyczkami

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 7: Ocena i plan

 Przesuszenie raz naprawione rzadko zostawia trwałe ślady — rośliny są odporne i regenerują się szybko przy dobrych warunkach.

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy ziemia trzyma wilgoć przez min 2–3 dni?
- Czy roślina produkuje nowe liście?

ZADANIA:

- ☐ Porównaj zdjęcia z Dnia 1 i dziś
- ☐ Oceń: czy liście wróciły? Czy pojawiły się nowe?
- ☐ Zaplanuj: sprawdzanie ziemi co 2–3 dni palcem, zdjęcie co tydzień

TWOJA OBSERWACJA:

Plan: Brak wzrostu

Roślina stoi w miejscu — siedem dni, jeden dzień naraz.

Dzień 1: Diagnoza braku wzrostu

 Brak wzrostu w październiku–lutym to normalny spoczynek zimowy u większości roślin domowych. Nie wymaga interwencji.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie nawóz jeśli nie wiesz dlaczego nie rośnie
- Nie przesadzaj zanim nie sprawdzisz wszystkich warunków

CO SPRAWDZIĆ:

- Kiedy ostatnio rosła? Czy to normalna przerwa zimowa?
- Ile godzin jasnego światła dziennie dostaje?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź porę roku — wzrost naturalnie zatrzymuje się w październiku–lutym
- ☐ Oceń doniczkę — czy korzenie wyrastają z dziurek? To sygnał za małej doniczki
- ☐ Zrób zdjęcie dokumentacyjne rośliny

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 2: Ocena światła

 Większość roślin domowych potrzebuje kilku godzin jasnego, rozproszonego światła dziennie. Gatunki takie jak sansewieria czy zamiokulkas tolerują znacznie mniej, ale rosną wtedy wolniej.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie wystawiaj na bezpośrednie słońce jeśli gatunek tego nie lubi
- Nie stawiaj w ciemnym kącie i oczekuj wzrostu

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy liście "wyciągają się" ku oknu? = za mało światła
- Czy liście bledną lub żółkną? = za mało lub za dużo słońca

ZADANIA:

- ☐ Policz godziny bezpośredniego lub jasnego światła dziennie
- ☐ Przesuń roślinę bliżej okna wschodniego lub zachodniego
- ☐ Usuń zasłony i firany które zmniejszają dostęp światła

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 3: Sprawdzenie korzeni i doniczki

 *Przeludniona doniczka (korzenie na zewnątrz) to sygnał że roślina chce rosnąć — przesadzenie często odblokowuje wzrost w ciągu 2–4 tygodni.*

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie przesadzaj do znacznie większej doniczki
- Nie przesadzaj w sezonie spoczynku (październik–luty)

CO SPRAWDZIĆ:

- Jak wyglądają korzenie — białe i zdrowe?
- Czy doniczka jest odpowiedniej wielkości?

ZADANIA:

- ☐ Wyjmij roślinę z doniczki — czy korzenie są mocno skręcone lub wypełniają całą bryłę?
- ☐ Jeśli korzenie są zbite — roślina potrzebuje przesadzenia do doniczki 2–3 cm większej
- ☐ Jeśli doniczka jest za duża (dużo luźnej ziemi) — woda stoi za długo, spowalnia wzrost

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 4: Nawożenie

 Nawóz z azotem (N) stymuluje wzrost liści i pędów. Nawóz z fosforem (P) i potasem (K) wspiera korzenie i kwiaty.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie nawóz na suche podłoże — ryzyko poparzenia korzeni
- Nie stosuj w wyższym stężeniu niż zalecane 2×

CO SPRAWDZIĆ:

- Data ostatniego nawożenia
- Typ nawozu — czy zawiera azot (N) dla wzrostu liści?

ZADANIA:

- ☐ Upewnij się że roślina jest dobrze nawodniona (podlej jeśli ziemia sucha)
- ☐ Po godzinie od podlania — podlej z nawozem wieloskładnikowym rozcieńczonym 2× (marzec–wrzesień)
- ☐ Zaplanuj nawożenie co 2 tygodnie w sezonie

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 5: Przesadzenie (jeśli potrzeba)

 Pierwsze oznaki wzrostu po przesadzeniu pojawiają się zazwyczaj po 2–4 tygodniach — korzenie muszą się najpierw zadomowić.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie przesadzaj jeśli doniczka była odpowiedniej wielkości
- Nie używaj doniczki bez dziurek

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy nowa doniczka ma dobry odpływ?
- Czy ziemia jest odpowiednia dla tego gatunku?

ZADANIA:

- ☐ Jeśli w Dniu 3 stwierdzono za małą doniczkę — przesadź do nowej 2–3 cm większej
- ☐ Użyj świeżego podłoża: 60% ziemia + 20% perlit + 20% kora
- ☐ Po przesadzeniu podlej delikatnie i nie nawóz przez 3–4 tygodnie

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 6: Obserwacja nowych pąków

 Pąki liściowe to pierwszy znak powrotu wzrostu. Są zazwyczaj małe, jasne i pojawiają się przy nasadzie liści lub na szczycie rośliny.

CZEGO NIE ROBIĆ:

- Nie zmieniaj miejsca rośliny — daj jej się zadomowić
- Nie nawóz jeśli właśnie przesadziłeś/aś

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy pąki liściowe są widoczne?
- Czy roślina stoi w optymalnym świetle?

ZADANIA:

- ☐ Sprawdź dokładnie roślinę — czy widzisz małe, jasne pąki liściowe przy łodydze?
- ☐ Wytrzymaj liście wilgotną ściereczką (lepszą fotosynteza)
- ☐ Sprawdź wilgotność i podlej jeśli potrzeba

TWOJA OBSERWACJA:

Dzień 7: Ocena i plan pielęgnacji

 Brak wzrostu po 7 dniach w sezonie — sprawdź intensywność światła. To najczęstszy ukryty problem gdy wszystko inne wygląda OK.

CO SPRAWDZIĆ:

- Czy pojawił się jakikolwiek wzrost?
- Czy sezon aktywnego wzrostu (marzec–wrzesień)?

ZADANIA:

- ☐ Porównaj zdjęcie z Dnia 1 i dziś — czy widzisz pąki lub nowe liście?
- ☐ Oceń wszystkie warunki: światło, podlewanie, nawożenie, rozmiar doniczki
- ☐ Zapisz plan nawożenia na cały sezon (marzec–wrzesień, co 2 tygodnie)

TWOJA OBSERWACJA:

Moduły SOS

Sekcje na sytuacje wymagające natychmiastowej reakcji — niezależnie od tego, w którym dniu planu jesteś.

Czarne liście – SOS

1. Zatrzymaj podlewanie natychmiast. Nie nawóz.
2. Sprawdź korzenie — wyjmij roślinę z doniczki. Zdrowe = białe/twarde, chore = czarne/miękkie.
3. Usuń czarne, miękkie korzenie czystymi nożyczkami. Tnij do żywej tkanki.
4. Po usunięciu chorych korzeni przesadź roślinę do świeżego, przepuszczalnego podłoża — nie odkładaj tego na później.
5. Przesadź do świeżej suchej ziemi z perlitem (40%). Nie podlewaj przez 3–4 dni.



Pleśń na ziemi – SOS

1. Usuń wierzchnią warstwę ziemi z pleśnią (2–3 cm) — wyrzuć do śmietnika.
2. Posyp nową warstwę cynamonem lub węglem aktywnym — domowe sposoby, które mogą ograniczyć rozwój pleśni.
3. Popraw wentylację — przesuń w przewiewne miejsce, z dala od ścian.
4. Ogranicz podlewanie — pleśń lubi wilgoć. Sprawdzaj palcem przed każdym podlaniem.
5. Sprawdź czy doniczka ma drożne dziurki odpływowe.



Gnijące korzenie – SOS

1. Wyjmij roślinę z doniczki. Oceń korzenie — zdrowe = kremowe/twarde, chore = brązowe/czarne/miękkie/śmierdzące.
2. Odetnij WSZYSTKIE chore korzenie. Zostaw tylko zdrowe białe fragmenty.
3. Po usunięciu chorych korzeni przesadź roślinę do świeżego, przepuszczalnego podłoża — nie odkładaj tego na później.
4. Przesadź do świeżej ziemi z 40% perlitem w doniczce z dziurkami. Doniczka nie większa niż poprzednia.
5. Podlewaj bardzo ostrożnie przez 2 tygodnie — tylko gdy zupełnie suche.



Śmierdząca ziemia – SOS

1. Zatrzymaj podlewanie. Kwaśny lub gnijący zapach = za dużo wody przez za długo.

2. Wyjmij roślinę i obejrzyj korzenie — zapach często pochodzi od gnijących korzeni.
3. Wymień CAŁE podłoże na świeże. Stara śmierdząca ziemia nie nadaje się do ponownego użycia.
4. Umyj doniczkę przed ponownym użyciem — gorąca woda lub delikatny płyn.
5. Upewnij się że nowa doniczka ma wyraźne dziurki odpływowe.



Roślina całkowicie opada – SOS

1. Sprawdź ziemię palcem: mokra czy sucha? To klucz do diagnozy.
2. Jeśli SUCHA: podlej obficie, wstaw do miski z wodą na 20 min. Sprawdź po 2h czy liście wróciły.
3. Jeśli MOKRA: nie podlewaj. Sprawdź korzenie na gnicie (zapach + miękkie = problem).
4. Sprawdź temperaturę — czy stoi przy kaloryferze, w przeciągu lub przy oknie z zimnym podmuchem?
5. Daj 12–24h i obserwuj. Rośliny przy przesuszeniu często wracają po jednym podlaniu.



Szkodniki na roślinie – SOS

1. Odizoluj roślinę od pozostałych — szkodniki przechodzą z doniczki na doniczkę.
2. Rozpoznaj po objawach, nie po kolorze: jasne nakrapianie liścia i pajęczynki = przędziorki; białe kłaczki w kątach liści = wełnowce; lepka wydzielina i skupiska na pędach = mszyce; małe czarne muszki nad ziemią = ziemiórki.
3. Przetrzyj wszystkie liście z obu stron wilgotną ściereczką — usuwa mechanicznie większość osobników.
4. Przy przędziorkach zwiększ wilgotność powietrza — rozwijają się w suchym, ogrzewanym powietrzu, dlatego najczęściej atakują zimą.
5. Przy ziemiórkach ogranicz podlewanie i pozwól wierzchniej warstwie przeschnąć — ich larwy wymagają wilgoci.
6. Powtarzaj kontrolę i przecieranie co 3 dni przez 2 tygodnie — jeden zabieg nie wystarczy, bo z jaj wylęgają się kolejne pokolenia.
7. Jeśli po 2 tygodniach szkodniki nadal się utrzymują — sięgnij po preparat ochrony roślin przeznaczony do roślin doniczkowych i stosuj ściśle według instrukcji.

Proporcje składników mieszanki dla 12 popularnych roślin domowych.

Roślina	Ziemia	Perlit	Trzeci składnik	Czego unikać
Popularne rośliny domowe				
Monstera	60%	20%	20% Kora	Unikaj: ciężkiej gliniastej ziemi bez perlitu
Fikus	70%	20%	10% Kora	Unikaj: zbyt piaszczystej ziemi — słabo trzyma wilgoć
Skrzydłokwiat	60%	30%	10% Kora	Unikaj: zbitej ziemi bez perlitu — korzenie potrzebują powietrza
Epipremnum (Potos)	60%	20%	20% Kora	Unikaj: ziemi trzymającej wodę — korzenie potrzebują powietrza między podlaniami
Zamiokulkas	50%	30%	20% Kora	Unikaj: zbitej ziemi uniwersalnej bez domieszek — bulwy gniją, zanim zauważysz problem
Dracena	70%	10%	20% Kora	Unikaj: dużej ilości perlitu — dracena jest wrażliwa na fluor, a perlit jest jednym z jego źródeł. Jeśli używasz perlitu, przepłucz go wodą
Zielistka (Aspidistra)	70%	10%	20% Kora	Unikaj: dużej ilości perlitu — zielistka jest bardzo wrażliwa na fluor. Brązowe końcówki to u niej najczęściej fluor z wody lub podłoża
Paprotka	65%	20%	15% Kora	Unikaj: przepuszczalnych mieszanek typu kaktusowego — paproć potrzebuje stałej wilgoci
Sukulenty i rośliny sucholubne				
Sukulent / Kaktus	25%	45%	30% Gruby piasek	Unikaj: ziemi uniwersalnej bez domieszki mineralnej — korzenie gniją w kilka dni
Aloes	25%	45%	30% Gruby piasek	Unikaj: ziemi uniwersalnej bez domieszki mineralnej — aloes gnije od podstawy liści
Sansewieria	35%	40%	25% Gruby piasek	Unikaj: ziemi trzymającej wilgoć — sansewieria gnije bardzo szybko
Epifity				
Storczyk	0%	10%	90% Kora sosnowa	Unikaj: ziemi doniczkowej w każdej postaci — storczyk to epifit, w ziemi korzenie duszą się i gniją w ciągu kilku miesięcy

* Storczyk: 0% ziemi to nie błąd. Storczyk to epifit — w typowej ziemi doniczkowej korzenie duszą się i gniją.

⚠ Najczęstsze błędy

Błąd	Objawy	Rozwiązanie
Zbyt częste podlewanie	Żółte liście, mokra ziemia od tygodnia, muszki	✅ Podlewaj dopiero gdy 5 cm w głąb jest suche — sprawdzaj palcem
Brak odpływu wody	Gnijące korzenie, zły zapach z doniczki	✅ Zawsze doniczka z dziurkami + opróżniaj podstawkę po 30 min
Złe podłoże	Zbita ziemia, wolny wzrost, woda stoi na powierzchni	✅ Dobierz mieszankę do gatunku — patrz moduł Dobór podłoża
Za mało lub za dużo światła	Bładnięcie, wyciąganie, brak wzrostu (za mało) lub przypalone liście (za dużo)	✅ Okno wschodnie/zachodnie = idealne dla większości roślin domowych
Zbyt duża doniczka	Ziemia nie wysycha, korzenie gniją w mokrym podłożu	✅ Doniczka max 2–3 cm większa od bryły korzeniowej

Po ratunku – dalszy plan

Gdy roślina wróciła do zdrowia, utrzymaj te trzy nawyki, aby problem nie wrócił:

- ☐ Kontroluj wilgotność ziemi co 2–3 dni — zawsze palcem, nie wzrokiem.
- ☐ Rób zdjęcie rośliny co tydzień i porównuj z poprzednim.
- ☐ Nawóz regularnie w sezonie (marzec–wrzesień) co 2 tygodnie, dawka 2× mniejsza niż na opakowaniu.