

Spis treści

Wprowadzenie, czyli w furcie Ogrodu Ducha Gór	8
O efektach przesadzania drzew, czyli dzieje Ogrodu Ducha Gór	10
Ważniejsze daty z historii	14
Malinowy chruśniak, czyli spacerkiem po Ogrodzie Ducha Gór	
Bobrów	16
Borowice	18
Bukowiec	22
Dąbrowica	26
Głębock	28
Gruszków	30
Janowice Wielkie	32
Karpniki	36
Komarno	40
Kostrzyca	42
Krogulec	44
Łomnica	46
Marczyce	52
Miedzianka	54
Miłków	56
Mniszków	60
Mysłakowice	62
Podgórzyn	68
Przesieka	72
Radomierz	76
Sosnówka	78
Strużnica	82
Staniszów	84
Ściegny	88
Trzcінsko	90
Wojanów	94
Zachełmie	98

Klucze do ogrodu Ducha Gór, czyli propozycje tras tematycznych

Małe dziecko to nie kłopot	100
Dozwolone do lat (stu) osiemnastu	102
Per pedes, czyli spacerkiem po Ogrodzie Ducha Gór	104
Fortuna kołem się toczy, czyli Ogród Ducha Góra dla cyklistów	106
Przez auta szybę, ...	108
W siodle przez Ogród Ducha Gór	110
Sport to zdrowie	112
Małe góry dla wielkich wspinaczy	114
Jak ryba w wodzie	116
Grunto to minerały, czyli Skarbczyk Ducha Gór	118
Ogród Ducha Gór od kuchni, czyli kulinarne produkty regionalne	120
Nie święci garnki lepią, czyli rzecz o dawnym rzemiośle	128
Z kulturą za pan brat	132
Między ciszą a ciszą	134
Śląskie Elizjum	136
Karkonoski Tyrol	140
Historia nauczycielką życia, czyli Śladami historii	144
Zanim wyjedziesz, zobacz koniecznie	148
Wycieczki dalekie i bliskie	150

Zielnik Ducha Gór, czyli zestawienie obiektów w Jego Ogrodzie

Noclegi, czyli zioła usypiające	156
Gastronomia, czyli potrawy ziołowe	203
Regionalne Produkty Kulinarne, czyli przyprawy ziołowe	209
Wypoczynek aktywny i obiekty sportowe, czyli herbatka rozgrzewająca	213
Rzemiosło, twórcy, czyli rośliny ozdobne	218
Obiekty historyczne i architektoniczne, czyli ornamentyka roślinna	220
Kościół i związki wyznaniowe, czyli Mirra do kadzidła	224
Przychodnie, apteki, gabinety lekarskie, czyli Zioła lecznicze	226
Stacje benzynowe i warsztaty samochodowe	228
Informacja turystyczna, pamiątki, produkty lokalne	229
Imprezy cykliczne	231