

## Nachhaltig und ökologisch Gärtnern

Ein naturnaher und ökologisch angelegter Garten ist eine Wohltat für die Natur. Denn durch das Angebot vielfältiger Lebensräume wird die Biodiversität gefördert und auch das Klima wird positiv beeinflusst. Besonders in der Innenstadt sorgen Gärten für bessere Luft und angenehmere Temperaturen. Daher möchten wir hier ein paar Tipps zum nachhaltigen und ökologischen Gärtnern geben.

### 1. Wasser sparen

Der Wasserverbrauch sollte sich generell in Grenzen halten. Zur Bewässerung kann Regenwasser gesammelt werden, z.B. über Regenwasserkappen an Fallrohren. So wird das Regenwasser vom Dach direkt in die Regentonne geleitet. Um große Mengen Regenwasser speichern zu können eignen sich aber Zisternen besonders gut.

Am effektivsten ist übrigens eine Bewässerung übrigens zwischen 4 und 7 Uhr morgens, da hier am wenigsten Wasser verdunsten wird (10 - 30 %).

### 2. Kompost selbst herstellen

Das Problem mit Kunstdünger ist, dass er hauptsächlich Stickstoff, Phosphor und Kalium beinhaltet. Er versorgt die Pflanzen aber nur direkt, ohne dass der Boden profitiert. Auf lange Sicht kann Kunstdünger die Fruchtbarkeit des Bodens sogar negativ beeinträchtigen, da er sich negativ auf die Mikroorganismen im Boden auswirkt. Hinzu kommt, dass Kunstdünger im Boden das Treibhausgas Lachgas ausdünstet. Weiter bildet sich in mit Kunstdünger behandelten Böden kein Humus, der in der Lage wäre CO<sub>2</sub> zu binden und somit klimafreundlich zu wirken.

Heben Sie sich daher zum Beispiel Küchenabfälle auf und verwenden sie, um Ihren eigenen Kompost (Dünger) herzustellen. Dieser liefert den Pflanzen wertvolle Nährstoffe, die sie für ein gutes Wachstum benötigen. Hinzu kommt, dass weniger Gartenerde gekauft werden muss und somit der Verpackungsmüll reduziert wird. Wer dennoch Erde zukaufen möchte, sollte darauf achten, dass kein Torf enthalten ist, denn durch den Torfabbau werden Lebensräume zerstört und CO<sub>2</sub> freigesetzt.

Alternativ zum eigenen Kompost können auch einfach anfallende Zweige, Gras und Laub verwendet werden, um dem Boden Nährstoffe zu zuführen.

| Kompostierbar                                      | Nicht Kompostierbar                              |
|--|--|
| ✓ Unbeschichtete Pappe & Zeitung (nur zerkleinert) | ✗ Milchprodukte                                  |
| ✓ Kaffeesatz & -filter, Teebeutel                  | ✗ Fett, Schmalz & Öl                             |
| ✓ Eierschalen                                      | ✗ Eier   |
| ✓ Kaminasche (nur vom Holzofen)                    | ✗ Fleisch- und Fischreste                        |
| ✓ Sägemehl & Holzspähne                            | ✗ Tierkot & Streu                                |
| ✓ Gras, Gartenabfälle & Laub                       | ✗ Gartenabfälle mit Pestiziden & kranke Pflanzen |
| ✓ Haare & Tierhaare                                | ✗ Kohle & Kohleasche                             |
| ✓ Heu & Stroh                                      |  |
| ✓ Zimmerpflanzen                                   |  |
| ✓ Nussschalen                                      |  |

### 3. Auf Kunststoff verzichten

Anstelle von Blumentöpfen und –kästen aus Kunststoff sollten Töpfe aus Ton oder Weidengeflecht verwendet werden. Diese sind umweltfreundlicher in der Herstellung. Zusätzlich bieten manche Gärtnereien auch einen Pfandservice für Blumenkisten an.

#### 4. Abbaubare Netze und Folien verwenden

Gemüseschutznetze können sehr nützlich sein. Doch zu den Produkten aus Plastik gibt es umweltfreundliche Alternativen: Als Schädlingsabwehr und Frostschutz eignen sich Abdeckgaze aus Bio-Baumwolle besonders gut. Sie ist nicht nur mehrfach verwendbar, sondern zusätzlich noch kompostierbar. Alternativ zur Folie kann ebenso Garten-Mulchpapier verwendet werden. Doch auch Tunnel- oder Mulchfolie auf Basis von Getreidemehl ist biologisch abbaubar.

#### 5. Gartenmöbel aus heimischem Holz

Beim Kauf oder Selbstbau von Gartenmöbel sollte darauf geachtet werden, keine tropischen Hölzer, sondern lieber heimische Hölzer zu verwenden wie Lärche, Edelkastanie, Eiche oder Douglasie.

#### 6. Aussaattöpfe selbst herstellen

Anstelle von vielen kleinen Kunststofftöpfen, die bei der Pflanzenzucht oder –aussaat teilweise verwendet werden, lassen sich auch zahlreiche umweltfreundliche Alternativen finden. Zum Beispiel kann man Zeitungspapier zu kleinen Anzuchttöpfen falten oder Toilettenpapierrollen verwenden. Vollständig abbaubare Aussaattöpfe gibt es aber auch zu kaufen.

#### 7. Nützlinge fördern

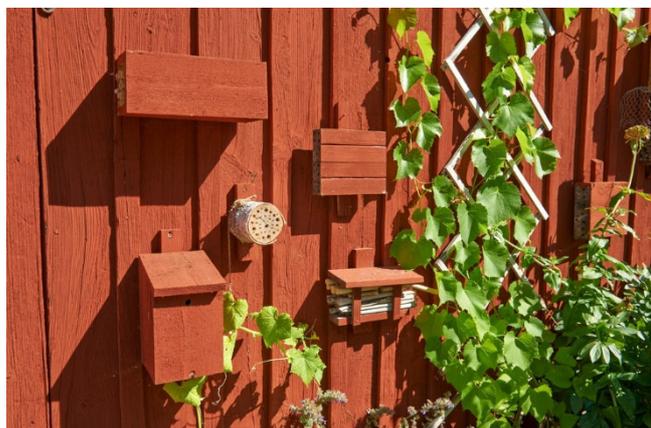
Besonders auf die Wildbienen sollte geachtet werden, da sie zu unseren wichtigsten Bestäubern gehören. Um unter anderem ihnen einen Unterschlupf zu bieten, wo sie ihre Eier ablegen können, können sie einfach ein 5-10 cm tiefes Loch in die Längsseite von Holzklötzen bohren. Dabei kann aber auch ein Laubhaufen oder Strauchschnitt in einer entlegenen Ecke bereits ausreichen, um Insekten Unterschlupf zu bieten. Als dekorative Alternative funktionieren natürlich auch Insektenhotels oder wer auch Säugetieren ein Quartier bieten will eignen sich bspw. Igelhäuser.



© Ola Jennersten / WWF-Sweden

Weiterhin können Sie Nistkästen für Singvögel aufbauen. Diese werden sich dann bspw. um den Blattlausbefall kümmern. So benötigen Sie keine Pestizide mehr. Außerdem können auch die richtigen Pflanzennachbarn für einen geringeren Schädlingsbefall sorgen. Lassen Sie sich dazu in Ihrer Gärtnerei beraten.

Außerdem kann man Wildbienen, Hummeln und Schmetterlingen Gutes tun, indem im Beet vorwiegend Nahrung bringende Stauden stehen, wie bspw. Sonnenbraut oder auch



© Ola Jennersten / WWF-Sweden

Fetthenne. Auch Wildblumenwiesen stellen eine wichtige Nahrungsquelle für Insekten dar. Hier jedoch darauf achten, dass es sich beim Saatgut um heimische Pflanzen handelt. Gefüllte Blüten hingegen sind für die Insekten wertlos. Stattdessen sollte ebenfalls auf eine große Vielfalt geachtet werden.

#### **8. Heimische Pflanzen bevorzugen**

Heimische Pflanzen zu bevorzugen heißt nicht, dass exotische Arten direkt verboten werden müssen. Allerdings tragen diese kaum zur Nachhaltigkeit bei. Stattdessen sollte die Priorität auf die heimischen Pflanzen gelegt werden. Denn sie bieten einheimischen Tieren Schutz und Nahrung. Zu empfehlen sind auch sogenannte alte Sorten, die bspw. über VERN e.V. (Verein zur Erhaltung und Rekultivierung von Nutzpflanzen) zu erhalten sind. Alte, einheimische Obst- und Gemüsesorten haben nicht nur mehr Geschmack, sondern tragen auch zur Biodiversität bei und sind durch ihre Anpassung an unser Klima auch viel Robuster.

#### **9. Legen Sie Mischkulturen an**

Vermeiden Sie Monokulturen. Grundsätzlich gilt, je bunter und vielfältiger Ihr Garten, desto mehr befindet er sich im Gleichgewicht. Mischkulturen fördern das Wachstum und schützen sich selbstständig vor Schädlingen. Die Pflanzen können die Nährstoffe im Boden so optimal nutzen, Bestäuber anlocken und sich gegenseitig vor Schädlingen schützen. So können bspw. Basilikum oder Schnittlauch rund um die Erdbeere die Blüte fördern und Lauch Möhrenfliegen abschrecken. Daneben gibt es noch viele andere Symbiosen verschiedener Arten.



*© Ola Jennersten / WWF-Sweden*

#### **10. Unkraut und Schädlinge auf natürliche Weise bekämpfen**

Herbizide und Pestizide sind tabu im ökologischen und nachhaltigen Garten. Bei ihnen besteht nicht nur die Gefahr, dass sie ins Grundwasser gelangen oder sich auf Kleidung und Lebensmittel setzen, sondern sie können auch Krebs auslösen und die Fruchtbarkeit beeinträchtigen, wie Beispiele aus dem Tierreich zeigen. Außerdem ist die Wirkung von Pestiziden nicht auf die Schädlinge beschränkt, sondern kann auch andere Tiere beeinträchtigen.

Zur Bekämpfung von Unkraut ist Jäten und Auflockern der Erde die beste Methode. Sie schont nicht nur die Umwelt, sondern erhöht auch die Wasserspeicherkapazität des Bodens. Zusätzlich kann eine dichte Bepflanzung das Wachstum von Unkraut verhindern. Vorsorglich kann auch das Mulchen von freier Erde hilfreich sein. Denn wo kein Licht oder Platz ist, da wächst auch kein Unkraut.

Auch bei Schädlingsbefall gibt es verschiedene natürliche Gegenmittel. So kann die kalte Asche nach dem Grillen über das Beet gestreut werden, um Blattläuse vorzubeugen. Gegen Ameisen helfen Lavendelblüten. Diese stören ihren Orientierungssinn und zwingen sie so früher oder später zum Umsiedeln.

## Quellen

<https://www.mein-schoener-garten.de/gartenpraxis/10-tipps-fuer-nachhaltiges-gaertnern-35941>

<https://www.mein-schoener-garten.de/gartenpraxis/balkon-terrasse/torffreie-erde-torffrei-gaertnern-27571>

<https://www.ndr.de/ratgeber/garten/Naturgarten-So-einfach-ist-oekologisches-Gaertnern,oekologischgaertnern100.html>

<https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/oekologisch-leben/balkon-und-garten/grundlagen/klimagarten/13349.html>

<https://www.welthungerhilfe.de/informieren/themen/klimawandel/nachhaltiger-garten>

<https://www.wwf.de/aktiv-werden/tipps-fuer-den-alltag/tipps-fuer-den-garten/mein-schoener-oekologischer-garten>