



# QUINTESSENZ

## Frühlingserwachen



Spürst du auch den Tatendrang, wieder im Garten oder auf dem Balkon zu werkeln?

Jetzt ist die Zeit zu planen. Mein Vorschlag: Versuchs doch mal naturnah dieses Jahr.

Das hat viele Vorteile für die Pflanzen- und Tierwelt und ganz nebenbei entlastet es dich als Gärtner oder Gärtnerin.



## Hier ein paar Inspirationen:

- **Versuche möglichst viele Frühblüher zu integrieren.**

Geeignet sind: z.B. Wildtulpen, Krokusse, Zierlauch, Kornelkirsche, Felsenbirne.



**Achtung:** gängige Blumen, wie etwa Zuchttulpen, Primeln, Narzissen, Stiefmütterchen oder auch Forsythien sind eine Mogelpackung für Insekten. Bei ihnen gibt es keinen Nektar zu holen.

- **Biete den Hummeln eine VIP-Lounge das ganze Jahr über.**

Dafür eignen sich besonders sog. Hummelblumen. Dazu gehören z.B. alle Lippenblütler, wie etwa der Gundermann, Taubnesseln, Thymian, Katzenminze, Salbei, Rosmarin, Bohnenkraut, aber auch andere Blühpflanzen wie Winterlinge, Akelei, Mohn, Fingerhut, Glockenblume, Stockrose, Rittersporn, Kapuzinerkresse, Löwenmäulchen, Sonnenhut, Sonnenblume und Heide.





➤ **Alles ist wertvoller Humus oder Versteck/Unterkunft für Insekten und Kleintiere.**

In der Permakultur bzw. im naturnahen Garten verlässt kein Grünschnitt und kein Wildkraut den Garten. Aber wohin mit dem Astschnitt? Hier gibt es im naturnahen Garten viele Möglichkeiten:

1. Wage einen Asthaufen oder eine Benjeshecke.
2. Benutze die abgeschnittenen Äste als Rankhilfe.
3. Flechte ein lebendes Weidentipi oder einen lebenden Weidenzaun aus Weidenschnitt.
4. Kleingeschnitten und übers Jahr getrocknet, dienen die Aststücke als gutes Anfeuerholz im Kamin.



**Achtung:** Vogelschutz! Vom 1.3. bis 30.9. eines Jahres dürfen Gehölze aus Artenschutzgründen nicht durchgeführt werden. Zulässig sind nur vorsichtige Form- und Pflegeschnitte.





## Was kannst du sonst noch tun?

- Zu groß gewordene Stauden teilen. So erhalten sie wieder mehr Vitalität und vielleicht freut sich dein Garten an anderer Stelle oder eine liebe Freundin/Freund über eine robuste Gartenstaude.
- Nisthilfen für Vögel installieren. Je mehr Vögel du anlockst, desto mehr werden diese dir bei der Aufrechterhaltung des Gleichgewichts der Arten helfen.
- Zieh doch schon mal ein paar Gemüsepflanzen vor. 😊 Ich versuche es dieses Jahr mit Dicken Bohnen. Außerdem werde ich ein Feld mit Senfesaat versehen – als Gründüngung, aber auch lecker für Salate, Dips etc.
- Schau dich doch auch mal in der Bioabteilung deines Supermarkts oder im Biomarkt um: dort findest du viele Saaten zum Aussähen, wie etwa Hülsenfrüchte, Leinsamen etc. Es muss nicht immer der Gartencenter sein.
- Sobald es wärmer wird, darf das Laub auf den Kompost oder als Mulch um Büsche etc. Im Rahmen des Klimawandels und der immer heißeren Sommer, solltest du jetzt schon schauen, dass dein Boden nicht „nackt“ daliegt. Gleichzeitig gibt der Mulch nach und nach Nährstoffe an den Boden ab (Flächenkompostierung). Außerdem hält er den Boden länger feucht, sodass das Gießen minimiert wird.



## Rubrik: Wusstest du...?

- dass Moos hervorragende Feinstaubfilter sind? Daher lass möglichst viel Moos im Garten – wenn du es schaffst auch im Rasen 😊
- dass Libellen sauberes Teichwasser anzeigen? Haben sie sich bei dir im Garten eingefunden, dann räumen ihre Larven für dich im Sommer mit Mücken auf.
- dass Wespen, Fliegen und viele andere Insekten wunderbarerweise auch Pflanzen bestäuben – nicht nur die Honigbiene. Vielleicht hilft dir das, diese kleinen Lebewesen mit anderen Augen zu sehen.
- dass Meisen für ihre Brut sowie Marienkäferlarven im Mai ganz viele Blattläuse als Nahrung brauchen? Also nicht ärgern: in einem naturnahen Garten sorgt ein Gleichgewicht der Arten dafür, dass etwa Mitte Juni der Blattlauspuk wieder vorbei ist.
- dass die Nachkommen der Marienkäfer in einem Sommer etwa 200.000 Blattläuse vertilgen?
- dass z.B. Distelfalter wie ein Zugvogel nach Nordafrika fliegt, um dort zu überwintern? Schau doch mal, ob daher auch Disteln in einer kleinen Ecke deines Gartens einziehen dürfen.



## Literaturtipps:

- Susanne Heine, Peaceful gardening/blv
- Sigrid Tinz, Haufenweise Lebensräume/pala
- Lisa, Yasu und Moto Watanabe, Das Leben ist ein Permakulturgarten



©Heidrun Quintino, Kräuterpension am Wald, Kochschule Hanau 2023

**VeggieHotels**  
100% VEGETARISCH/VEGAN



Inh. Heidrun Quintino \* Liesingstraße 11\* 63457 Hanau \* Tel. 06181-956363 \* mobil 0177-7455109  
Fax. 061816688057 \* [www.kochschule-hanau.de](http://www.kochschule-hanau.de) \* [www.kraeuterpension-am-wald.de](http://www.kraeuterpension-am-wald.de)  
Kontoverbindung: Ing DiBa IBAN DE54 5001 0517 5412 0548 59 BIC INGDEFF