

MEIN
GARTEN
DER

ZUKUNFT



WILLKOMMEN



HÖRTOUR
GÄRTNERN IN ZEITEN
DES KLIMAWANDELS

WILL
KOMMEN

INHALT

HÖR
TOUR
STATIONEN

1

2

3

4

5

6

7

8

9



MEIN
GARTEN
DER

ZUKUNFT

Willkommen im Klimagarten

Gärtnern in Zeiten des Klimawandels

Dieser Klimagarten in Obererbach wurde von den Teilnehmer:innen der Weiterbildung "Gärtnern in Zeiten des Klimawandels" unter der Leitung von **Heike Boomgaarden** klimagerecht angelegt.

Das Ziel ist es, einen nachhaltigen und widerstandsfähigen Lebensraum zu schaffen, der sowohl die Umwelt schützt als auch einen angenehmen Ort für Mensch und Tier bietet.

Scannen Sie die QR-Codes an den einzelnen Stationen, um mehr Informationen von der jeweiligen Fläche zu erhalten.

Über die App "YouTube" haben Sie die Möglichkeit, eine Hörführung zu erleben. Laden Sie die App herunter und hören Sie der Referentin Heike Boomgaarden zu, die Ihnen spannende Details zu jeder Station erläutert.

Wir freuen uns über jede/n Besucher:in, welche sich für klimagerechtes Gärtnern begeistert und unser Projekt unterstützen möchte. Starten Sie Ihre Erkundungstour und lassen Sie sich inspirieren!

Ein Projekt des LandFrauenverbandes Frischer Wind e. V.

Gefördert durch die Landeszentrale für Umweltaufklärung Rheinland-Pfalz.



INHALT



Inhalt

Hörtour Stationen Wegführung	05
Die einzelnen Stationen	06
Impressum	23

Die Hör tour

Gärtnern in Zeiten des Klimawandels

Auf der Hör tour Gärtnern in Zeiten des Klimawandels beschäftigen wir uns mit dem Thema Klimagärtnern.

Mit einem Klick auf die Mikrofon-Buttons gelangen Sie zu den Tonaufnahmen.

Es werden Inhalte zur den einzelnen Stationen zu hören sein.

Gesprochen wird die Hör tour von **Heike Boomgarden**, eine deutsche Gartenbauingenieurin, Sachbuch-Autorin und SWR-Gartenexpertin, sowie Leiterin des Projektes "Gärtnern in Zeiten des Klimawandels".

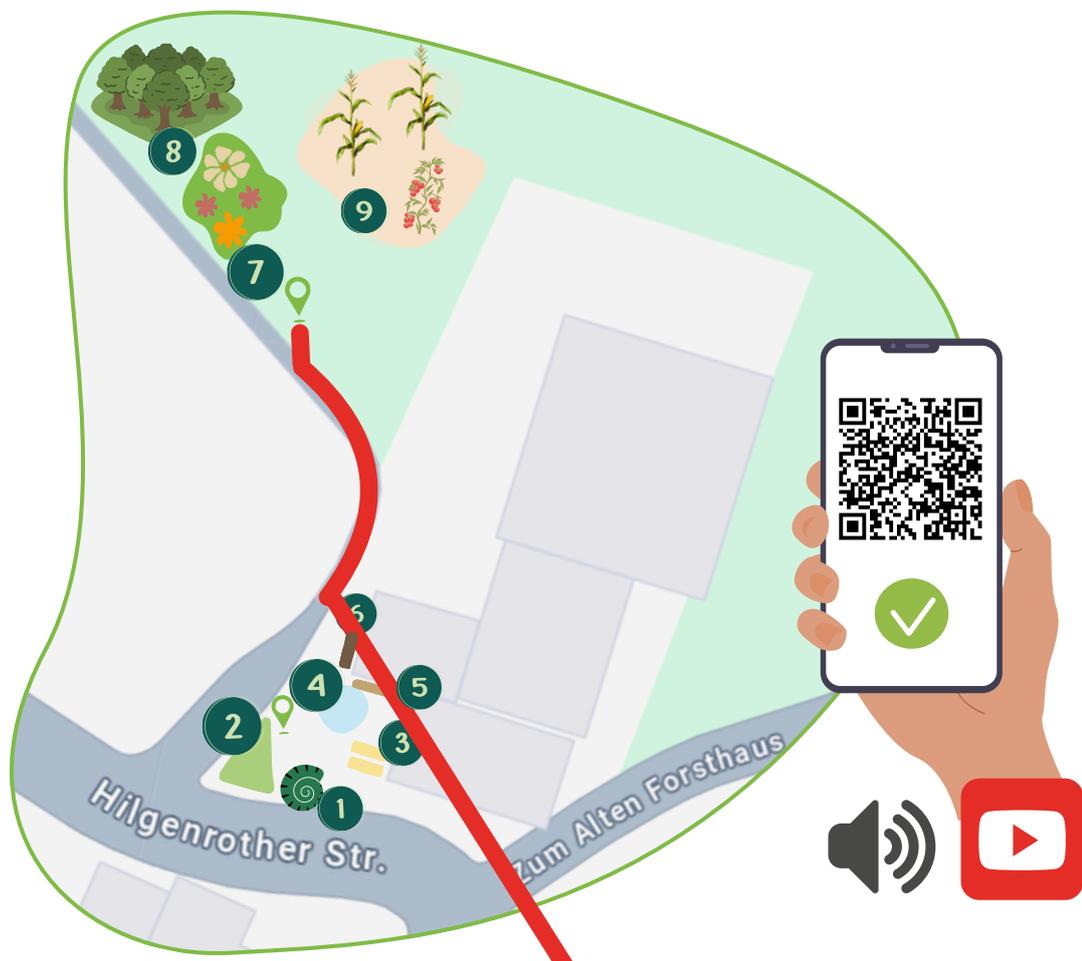
Viel Freude beim Hören wünscht Ihnen der Landfrauenverband Frischer Wind e. V.

www.landfrauen-frischer-wind.de



HÖRTOUR STATIONEN

- 1 **Kräuterspirale:** eine dreidimensionale, spiralförmige Gartenstruktur, die speziell für den Anbau von Kräutern entwickelt wurde.
- 2 **Steppenstaudenbeet:** Entdecken Sie pflegeleichte Pflanzen für trockene, sonnige Standorte.
- 3 **Hochbeete:** Erfahren Sie die Vorteile des Gemüseanbaus auf begrenztem Raum.
- 4 **Regengarten:** Lernen Sie, wie Regenwasser sinnvoll genutzt und gefiltert wird.
- 5 **Beerenobst:** Frische Beeren ernten und klimafreundliche Ernährung fördern.
- 6 **Das wilde Eck:** Entdecken Sie die Bedeutung von Disteln und Brennnesseln für die Artenvielfalt.
- 7 **Blumenwiese:** Genießen Sie die Vielfalt blühender Kräuter und Gräser.
- 8 **Tiny Forest:** Erleben Sie den Mini-Wald als ökologische Oase.
- 9 **Vielfaltgarten:** Entdecken Sie alte Sorten für den Klimaschutz.



KRÄUTERSPIRALE



Ein Platz in der Sonne und etwa drei Quadratmeter reichen aus, um neue Welten im Garten zu erschaffen. Eine Kräuterspirale ist ein dreidimensionales Beet, in dem viele Küchenkräuter angebaut werden können. Sie ermöglicht es, auf kleinstem Raum den unterschiedlichen Standortansprüchen von Pflanzen aus verschiedenen Klimazonen gerecht zu werden.

Die Kräuterspirale besteht aus verschiedenen Klimazonen:

- **Trockenzone** (oben): Hier gedeihen mediterrane Kräuter.
- **Normalzone** (mittlerer Bereich): Für heimische Kräuter.
- **Feuchtzone** (unterer Bereich): Ideal für feuchtigkeitsliebende Pflanzen.
- **Wasserzone** (Teich): Hier können Wasserpflanzen angepflanzt werden.

Zuerst sucht man einen sonnigen Platz im Garten und markiert die Grundfläche mit Holzpflocken und Schnur. Dann wird die Spirale schichtweise aufgebaut: Schotter, Sand, Erde und Steine werden spiralförmig aufgeschichtet. Vom Minitteich und der ihn umgebenden feuchten Zone ausgehend windet sich die Kräuterspirale spiralförmig nach oben. Die Windungen werden aus Bauschutt und Steinen gebaut, aufgefüllt mit Sand und magerer Gartenerde. Die Seitenwände der Spirale werden mit Steinen befestigt, um genügend Stabilität zu gewährleisten. Diese Steine speichern die Sonnenwärme und geben sie über den Boden an die Pflanzen ab, was das Aroma der Kräuter intensiviert.

So entstehen verschiedene Zonen, in denen sich unterschiedliche Kräuter wohlfühlen:

- **Mediterrane Kräuter** (oben): Rosmarin, Thymian und Salbei.
- **Heimische Kräuter** (Mitte): Petersilie, Schnittlauch und Dill.
- **Feuchtigkeitsliebende Kräuter** (unten): Minze und Zitronenmelisse.
- **Am Teichrand**: Wasserpflanzen wie Sumpfdotterblume oder Wasserminze.

KRÄUTERSPIRALE



STEPHENSTAUDENBEET



Ein Steppenstaudenbeet mit mineralischem Mulch ist ideal für einen pflegeleichten Garten. Steppenstauden sind Pflanzen, die in Steppengebieten überdauern und spezielle Überlebensstrategien entwickelt haben. Sie bevorzugen sonnige, heiße Standorte mit durchlässigem und nährstoffarmem Boden. Sie benötigen wenig Wasser und vertragen im Winter große Kälte.

Damit ist ein Steppenstaudenbeet perfekt für einen insektenfreundlichen Garten unter den sich verändernden Klimabedingungen.

Beispiele für Steppenstauden:

- *Agastache rugosa*
- *Asphodeline lutea*
- *Salvia nemorosa*
- *Verbena bonariensis*
- *Calamintha nepeta*
- *Aubrieta x cultorum*

Mulchen ist wichtig für ein Steppenstaudenbeet. Es schützt den Boden vor

- Austrocknung,
- bewahrt die Pflanzen vor extremer Hitze und Kälte und
- unterdrückt unerwünschtes Unkrautwachstum.

Für sonnige Flächen eignen sich mineralische Mulch Stoffe wie Sand, Splitt oder Kies besser als Rindenmulch.

STEPHENSTAUDENBEET



HOCHBEETE



Selbst Gemüse anzubauen ist nicht nur eine lohnende Aktivität, sondern hilft auch, den CO₂-Fußabdruck zu reduzieren. Wer eigenes Gemüse selbst anbaut, trägt zur Nachhaltigkeit bei und verringert seinen ökologischen Fußabdruck. Selbst Gemüse anzubauen ist nicht nur eine lohnende Aktivität, sondern hilft auch, den CO₂-Fußabdruck zu reduzieren.

Wer eigenes Gemüse selbst anbaut, trägt zur Nachhaltigkeit bei und verringert seinen ökologischen Fußabdruck.

Hochbeete sind eine großartige Möglichkeit, auch auf begrenztem Raum gärtnerisch aktiv zu werden. Man kann sie im Garten, auf Hinterhöfen, versiegelten Flächen, Terrassen oder Dächern aufstellen. Der Anbau von eigenem Gemüse bietet viele Vorteile.

Vorteile von Hochbeeten:

- Ergonomie: Arbeite bequem in angenehmer Höhe, ohne Bücken und Graben.
- Unabhängigkeit vom Boden: Hochbeete können direkt auf dem Boden oder auf einer Unterlage platziert werden.
- Platzsparend: Ideal für kleine Gärten, Balkone oder Terrassen.

Sie schaffen einen idealen Boden für die Pflanzen, was bei ungünstigen Bodenverhältnissen (Lehmböden, Staunässe) sehr vorteilhaft ist. Für den Bau von Hochbeeten können vorhandene Materialien wie Restholz, Metall oder Steine verwendet werden.

Befüllt wird das Ganze zuunterst mit grobem Material wie Wurzelresten und Holz, gefolgt von Grassoden und krautigem Material, dann mit Mutterboden und Kompost vermischt.

Ein Hoch dem Hoch-Beet!

Pflanzenauswahl: Fast alle Gemüse und Kräuter gedeihen gut in Hochbeeten.

HOCHBEETE



REGENGARTEN - RAIN GARDEN



Ein **Regengarten** ist eine gärtnerische oder landschaftliche Gestaltung, die den Abfluss von Regenwasser reduziert und filtert. Er verlangsamt den Fluss von Regenwasser von undurchlässigen Oberflächen wie Dächern, Auffahrten, Gehwegen, Parkplätzen und verdichteten Rasenflächen. Im Klimawandel dient der Regengarten als Schutz vor Überflutung bei Starkregen und als Wasserspeicher in Dürreperioden.

Funktionsweise des Regengartens:

- Ein Regengarten nutzt Pflanzen und bearbeiteten Boden, um Regenwasser zurückzuhalten und die Infiltrationszeit zu verlängern.
- Er filtert Schadstoffe, die durch Immissionen vom Regenwasser über Dächer und versiegelte Flächen mitgespült werden.
- Regengärten ermöglichen die Nutzung von Regenwasser und reduzieren die Notwendigkeit zusätzlicher Bewässerung.

Pflanzen im Regengarten:

- Regengärten enthalten oft Pflanzen, die an Feuchtgebiete angrenzen, wie Wildblumen, Seggen, Binsen, Farne, Sträucher und kleine Bäume.
- Diese Pflanzen nehmen Nährstoffe und Wasser aus dem Regengarten auf und geben Wasser durch Transpiration wieder an die Atmosphäre ab, wodurch sie die Umgebungstemperatur in heißen Sommern kühlen.
- Die tiefen Wurzelsysteme schaffen zusätzliche Kanäle für die Filtration von Regenwasser in den Boden.

Vorteile von Regengärten:

- Verbesserung der Wasserqualität durch Filtration von Abflusswasser.
- Lokale Hochwasserkontrolle.
- Ästhetische Landschaftsgestaltung.
- Förderung von Wildtieren und Biodiversität.
- Reduzierung des Energieverbrauchs durch Entlastung der konventionellen Regenwasserinfrastruktur.

REGENGARTEN - RAIN GARDEN



BEERENOBST



Beerenobst bereichert jeden Garten. Eine klimafreundliche Ernährung ist entscheidend, um den Klimawandel nicht zu beschleunigen. Obst und Gemüse sind wichtige Bestandteile, da sie wertvolle Nährstoffe liefern und relativ klimafreundlich sind. Wenn Sie Beeren aus dem eigenen Garten ernten, können Sie sicherstellen, dass sie zur richtigen Zeit reif sind und keine langen Lagerzeiten oder Transportwege benötigen.

Der Anbau von Beerenobst im eigenen Garten ist insgesamt eine umweltfreundliche Option, die sowohl die Umweltbelastung als auch den CO₂-Fußabdruck reduziert.

Optimaler Standort:

Wählen Sie einen sonnigen bis halbschattigen Platz für die Beerensträucher. Sonnengereifte Beeren schmecken süßer und aromatischer.

Boden vorbereiten:

Lockern Sie den Boden tiefgründig auf und sorgen Sie für gute Wasserdurchlässigkeit.

Beerensträucher sind Flachwurzler, daher nicht zu tief hacken. Setzen Sie am besten früh blühende Stauden wie das Kaukasus-Vergissmeinnicht um die Pflanzen, um die Bestäubung zu fördern.

Der Spätherbst ist der beste Zeitpunkt zum Pflanzen. Viele Sträucher tragen dann schon im folgenden Jahr Beeren.

Nicht jede Frucht, die als Beere bezeichnet wird, ist echtes Beerenobst. Erdbeeren, Himbeeren und Brombeeren gehören botanisch gesehen zu den Sammelsteinfrüchten, sind aber ebenso unproblematisch im Anbau wie echtes Beerenobst.

BEERENOBST

5



DAS WILDE ECK



"Unkrautecken" mit Disteln, Brennnesseln und anderen Pflanzen sind wahre Schatzkammern der Artenvielfalt. Sie fördern nicht nur die Gesundheit der Menschen. Hildegard von Bingen erkannte schon früh die Brennnessel als Heilpflanze. Sie kann als Tee, Saft oder Gemüse verarbeitet werden und liefert zudem kostenlosen Rohstoff für pflanzenstärkende Jauchen.

Die Produktion, der Transport und die Anwendung von Mineraldüngern tragen erheblich zur Emission von Treibhausgasen wie Kohlendioxid (CO₂) und Lachgas (N₂O) bei, die die Erderwärmung fördern.

Pflanzenstärkende Jauchen und Brühen sind eine klimaneutrale und kostengünstige Alternative zu Mineraldüngern.

Brennnesseln sind besonders wichtig als Lebensraum und Futterpflanze. Viele heimische Falterarten wie das Tagpfauenauge, der Kleine Fuchs, der Admiral und das Landkärtchen legen ihre Eier auf Brennnesseln ab. Die Raupen dieser Schmetterlinge ernähren sich ausschließlich von Brennnesseln und können nicht auf andere Pflanzen ausweichen. Daher sind Brennnesseln für ihr Überleben entscheidend.

Das Motto lautet: "Mehr Wildheit wagen!"

DAS WILDE ECK



6



BLUMENWIESE



Blumenwiesen sind ein Stück extensiv gepflegte Natur, in dem blühende Kräuter und Gräser bis zur Samenreife gedeihen und sich aussäen können.

Die Artenvielfalt nimmt zu und verändert sich im Laufe der Jahre, was der Fläche ein dynamisches und sich stetig wandelndes Aussehen verleiht.

Das ein- bis zweimalige Mähen pro Jahr, einschließlich des Abtransports des Mähguts, fördert die Blütenbildung und verhindert die Verbuschung. Dadurch wird nicht nur die ästhetische Qualität der Wiese gesteigert, sondern auch die Insektenvielfalt gegenüber Zierrasenflächen um das Zehnfache erhöht – so entsteht echte Vielfalt!



TINY FOREST



Der Mini-Wald: Unser Eichhörnchenwald!

Der Tiny Forest ist eine geniale und kostenlose Klimaanlage, aber er kann noch viel mehr. Er ist eine Oase für Insekten, Vögel und kleine Säugetiere. Er reinigt die Luft von Feinstaub, erhöht die Wasseraufnahmefähigkeit, bindet CO₂ und ist ein Abenteuerort für Kinder.

Hier stehen ökologische Vorteile im Fokus, nicht wirtschaftliche. Das Miniwald-Konzept ist vielseitig einsetzbar. Ein Miniwald ist besonders, weil er auf kleinstem Raum eine Oase der Vielfalt bietet und viele neue Lebensräume schafft. Dafür ist es wichtig, viele verschiedene Sträucher und Baumarten zu pflanzen. Das maximiert die Vielfalt. Die Idee stammt aus Japan. Der Forstwissenschaftler Akira Miyawaki entwickelte den Tiny Forest für urbane Räume, um auf kleinster Fläche möglichst viele positive Aspekte zu pflanzen.

Das System ist einfach. Auf einer etwa 200 m² großen Fläche werden Bäume und Sträucher eng zusammen gepflanzt. Die Pflanzdichte ist hoch und beträgt 3 Pflanzen pro Quadratmeter. Diese Dichte orientiert sich an der natürlichen Dynamik von Naturverjüngungen. Bevor Sie mit dem Tiny Forest starten, müssen Sie den Boden optimieren. Eine gute Vorbereitung ist entscheidend. Für einen humosen Waldboden können Sie Kompost vom Kompostwerk einarbeiten (10–20 l/m²). Auch Rasenschnitt, Häcksel und Falllaub sind hilfreich.

Nach der Bodenvorbereitung können Sie pflanzen. Der Herbst ist ideal, denn die Winterfeuchte fördert das Anwachsen der jungen Bäume. Danach ist es gut, den Boden zu mulchen. Rasenschnitt, Laub oder Holzhäcksel eignen sich dafür. In den ersten 1–3 Jahren sollten Sie im heißen und trockenen Sommer regelmäßig wässern. Danach ist der Tiny Forest autark und braucht keine Hilfe mehr. Er wird ein stabiles Ökosystem. Alles, was im Wald wächst, bleibt auch im Wald und bildet die Grundlage einer dynamischen Ökologie mit einem geschlossenen Nährstoffkreislauf.

Es ist erstaunlich, wie schnell der Wald wächst. Es kommt – wie in einem richtigen Wald – zu einem Wettlauf der Arten um das Sonnenlicht. Konkurrenzstarke Gehölze werden gewinnen und andere verdrängen. Projekte aus Asien und den Niederlanden zeigen, dass der Tiny Forest bis zu 10-mal schneller wachsen kann als ein herkömmlicher Wald.

TINY FOREST



8



VIELFALTGARTEN



Der Garten ist kreisförmig angelegt, und in der Mitte befindet sich ein **Milpa-Beet**. Die Maya erkannten schon vor Jahrhunderten die Vorteile der Mischkultur. Das bewährte Milpa-System, bei dem Mais, Bohnen und Kürbis zusammen angebaut werden, zeigt auch heute seine Wirksamkeit.

Diese drei Pflanzen unterstützen sich gegenseitig:

1. Der Mais dient den Bohnen als Rankhilfe,
2. die Bohnen fixieren Stickstoff und düngen den Boden, und
3. der Kürbis bedeckt den Boden, unterdrückt Unkraut und hält die Feuchtigkeit.

Im zweiten Kreis haben wir Mangold, Zucchini, 20 Tomatensorten, 20 Paprika- und Zucchiniarten, Auberginen, Kletterspinat und Gurken an Haselnussstöcken gepflanzt. Der äußere Ring besteht aus einer Vielzahl von Sommerblumen und Kräutern, die nicht nur schön aussehen, sondern auch natürlichen Pflanzenschutz bieten und viele Insekten anlocken. So fördern wir nicht nur eine reiche Ernte, sondern auch die Vermehrung dieser wertvollen Sorten, die in allen Gärten unserer Projektteilnehmer:innen verbreitet werden können.

Für unseren Klimagarten haben wir die Vorteile alter Sorten für den Klimaschutz berücksichtigt. Alte Sorten werden lokal angebaut, was den CO₂-Fußabdruck im Vergleich zu importierten modernen Sorten reduziert. Moderne Sorten erfordern oft chemische Pestizide und Düngemittel, was den CO₂-Ausstoß erhöht. Alte Sorten sind oft besser an lokale Bodenbedingungen angepasst, was gesunden Boden fördert und den CO₂-Fußabdruck verringert. Sie bieten eine vielfältigere Ernährung und können dazu beitragen, Lebensmittelverschwendung zu reduzieren. Der Konsum alter Sorten kann somit den CO₂-Fußabdruck insgesamt senken.

VIelfALTGARTEN



MEIN GARTEN DER

ZUKUNFT



Diese Hör tour ist Teil des Projekts
“**Gärtnern in Zeiten des Klimawandels**” vom
LandFrauenverband Frischer Wind e. V.
www.landfrauen-frischer-wind.de



Gefördert wurde das Projekt von der
Landeszentrale für Umweltaufklärung Rheinland-Pfalz.
www.umdenken.rlp.de



In Kooperation mit der
Landesvereinigung für ländliche Erwachsenenbildung
Rheinland-Pfalz e. V. (LEB).
www.leb-rlp.de

Diese Hör tour wird gesprochen von **Heike Boomgaarden**, eine deutsche
Gartenbauingenieurin, Sachbuch-Autorin und SWR-Gartenexpertin, sowie Leiterin
des Projektes “Gärtnern in Zeiten des Klimawandels”.

Alle Inhalte dieses Dokuments sowie der Hör tour, insbesondere Texte, Fotografien, Grafiken und Tonaufnahmen,
sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei
dem LandFrauenverband Frischer Wind e. V. . Bitte fragen Sie uns, falls Sie die Inhalte verwenden möchten.