



Weltgesundheitstag - Mischkultur macht stark!

Gesundheit für alle ist das Motto des Weltgesundheitstags am 7. April. Gemüse und Obst selbst anbauen, liegt voll im Trend. Gärtnern ist gesund für Körper und Geist. Selbstangebautes Gemüse nach den NATUR im GARTEN Kriterien ist giffrei, schont die Umwelt und ist gesund für den Menschen. Wie man erfolgreich frei von chemisch-synthetischen Pestiziden, Kunstdünger und ohne Torf – Gemüse anbauen und ernten kann erfahren Sie bei uns. Für die Gemüsepflanzen im Beet oder Balkonkasten ist der Anbau in sogenannter Mischkultur besonders gesund. Hierbei werden Pflanzenarten, die sich gegenseitig guttun, gemeinsam nebeneinander ins Beet gesetzt. Gesundheit für alle lässt sich also besonders beim Gärtnern mit NATUR im GARTEN leicht und auf vielen Ebenen umsetzen.

„In der Mischkultur können Beet-Partnerschaften in unterschiedlicher Weise förderlich für das Wachstum und die Pflanzengesundheit sein. Tiefwurzler und Flachwurzler ergänzen sich z.B. in Bezug auf den Anspruch an den Wurzelraum. Blütenpflanzen locken Insekten zur Bestäubung von Gemüse und Obst und manche Pflanzkombinationen haben eine krankheits- oder schädlingsabwehrende Wirkung. Die Vielfalt im Beet bringt zudem Abwechslung auf den Speiseplan“, so Katja Batakovic, fachliche Leiterin der Bewegung NATUR im GARTEN.

Mischkultur – wer geht gern mit wem ins Beet?

- Karotte & Zwiebel/Lauch: Dieses Gemüse-Duo hält sich gegenseitig Gemüsefliegen vom Leib.
- Busch-/Stangenbohnen & Bohnenkraut: Der Duft des Bohnenkrauts vertreibt die schwarze Bohnenlaus.
- Erdbeeren & Knoblauch: Der „Knofl“ beugt Grauschimmel an den Erdbeeren vor und hält Erdbeermilben auf Abstand.
- Dill, Gurke & Salat: Salat schützt vor Erdflöhen, Dill vor Blattläusen.
- Kohl, Sellerie & Tomaten: Tomaten vertreiben Kohlweißlinge und schützen Sellerie vor Rostkrankheiten. Erdflöhe, Kohlflye und Kohleule machen die Fliege!
- Ein bunter Genussstreifen aus Nachtkerze, Speise-Chrysantheme, Ringelblume, Gewürztagetes, Malve und Kornblume lockt Bestäuber an und liefert essbare Blüten zum Naschen und zum Dekorieren für die Küche.

Mehr Traumpartnerschaften fürs Beet finden Sie auf unserer Mischkulturscheibe unter www.naturimgarten.shop

Video-Tipp: Unter www.naturimgarten.at/videotipps finden Sie neben dem Thema Mischkultur zahlreiche weitere, kurz und informativ aufbereitete Video-Gartentipps rund um das ökologische Gärtnern.

Fitness-Tipp: Halten Sie sich und Ihren Garten fit und gesund! Videos mit praktischen Bewegungs- & Gartentipps von „Natur im Garten“ und „Tut gut!“ für Ihr grünes Wohnzimmer finden Sie unter www.naturimgarten.at/fitnesscenter-garten

