



Presseinformation

Franz X. Hebenstreit, Pressesprecher

Tel.: 0043 676 848 790 737

franz.hebenstreit@naturimgarten.at

Weltgesundheitstag - Mischkultur macht stark!

Das Motto des Weltgesundheitstags am 7. April lautet „Gesundheit für alle“! Den grünen Daumen zu kultivieren, liegt voll im Trend. Gärtnern in der eigenen, lebendigen Speisekammer ist gesund für Körper und Geist. Selbst angebautes Gemüse und Obst ist gesund für Mensch und Umwelt, wenn es entsprechend der „Natur im Garten“ Kriterien - frei von chemisch-synthetischen Pestiziden, Kunstdünger und ohne Torf - angebaut wird. Für die Gemüsepflanzen im Beet oder Balkonkisterl ist der Anbau in sogenannter Mischkultur besonders gesund. Hierbei werden Pflanzenarten, die sich gegenseitig guttun, gemeinsam entweder abwechselnd in einer Reihe oder in Reihen nebeneinander ins Beet gesetzt. „Gesundheit für alle“ lässt sich also auch 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 – altbewährte Kombinationen

- 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 „Knoffl“ 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, Kohlflyge und Kohleule machen eine 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

