

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Jean-Paul Thorez	5	Pflanzliche Ressourcen	42
Einführung	7	– Kompost herstellen	42
Städtisches Umfeld	7	– Pflanzenabfälle als Mulch verwenden	43
Permakultur allgemeinverständlich	8	Aussaat und Pflanzung mit Mulchdecke	44
– Planungsschritte	8	Den Boden pflegen und verbessern	46
– Mein Garten als Beispiel	9	Die Erde so wenig wie möglich bearbeiten	46
Resilienz: Anpassungs- und Wider-		– Verdichtung vermeiden	46
standsfähigkeit als Leitlinie	9	– Ein Hügelbeet anlegen	48
Am Anfang	11	– Lockern ohne Umgraben	50
Schrittweise Herangehensweise	11	Verbesserung der Bodenstruktur	52
Der Garten in ständiger Weiterentwicklung	12	– Gründüngung aussäen	52
Schnell sichtbare Ergebnisse erzielen	12	– Kompost richtig anwenden	55
Aufteilung in Abschnitte	14	Beobachten, verstehen, aufschreiben	56
Auf dem Weg zur Selbstversorgung	17	Beobachten und verstehen	56
Das Ökosystem Garten mit Permakultur-		Beobachtungen aufschreiben	58
Prinzipien verbessern	18	Die Anbauflächen optimal nutzen	61
Die Artenvielfalt fördern	19	Kulturen verdichten	62
Permakultur-Elemente verbinden	21	– Dicht pflanzen	62
– Bäume	21	– Kulturen mischen	64
– Wasser	21	Einen angepassten Sorten-Mix wählen	67
– Ruhezonen	21	Kulturen in Gefäßen	69
Verzicht auf Schädlingsbekämpfungsmittel	22	– Töpfe	69
Maßnahmen zur allgemeinen Vorbeugung	22	– Frühbeet	70
Schutz durch gezielte Maßnahmen	24	– Strohballen	70
Meine Gartenapotheke	25	Aussäen und Pflanzen auf Strohballen	71
Wildkräuter wachsen lassen	26	Gärtnern in drei Dimensionen	72
Brotaufstrich aus Spitzwegerich	28	– Mauern	72
Wechselwirkungen erkennen und fördern	29	– Dächer, Pergolen und ähnliches	75
Jedes Element erfüllt mehrere Funktionen	29	– Mobile Strukturen: Stangen, Schnüre,	
Für gute Wachstumsbedingungen sorgen	30	pflanzliche Stützen	77
Ressourcen optimal nutzen	32	Die Fruchtfolge beschleunigen	80
Ressource Zeit	32	In Gefäßen starten	80
– Klein anfangen	32	Kulturplatten auswählen	80
Intensive Pflege der Kulturen	32	Licht: Der wichtigste Wachstumsfaktor	82
– Autonomie als Ziel	34	Vorteile der Aussaat in Behältern	82
Ressource Licht	36	Kulturen im zeitlichen und räumlichen	
Ressource Wasser	38	Versatz anbauen	84
– Den Bedarf reduzieren	38	Beispiel für eine zeitlich überschneidende	
– Anlegen eines Moorbeetes	38	Kulturfolge in unserem Gewächshaus	85
– Regenwasser sammeln und nutzen	40	Wurzelgemüse beizeiten ernten	86

Vorrang für essbare Kulturen	87	Im Frühjahr zeitig beginnen	96
Sträuchergruppen mit kleinen Früchten	87	Vorzeitige Aussaat	96
Die Früchte in unserem Garten	88	Das Gewächshaus	99
Essbare Blumen (Blüten)	89	Auspflanzen ins Freie	100
Mehrkjährige Gemüse	89		
Essbare Stauden im Garten	90	Das Gartenjahr in den Herbst und Winter verlängern	101
Mit Stumpf und Stiel – Pflanzengrün und Schalen sind essbar	91	Rechtzeitiges Aussäen am Ende des Sommers bzw. Herbstes	102
Das ganze Jahr hindurch Gemüse ernten	93	– Der beste Zeitpunkt für die Aussaat	102
Produktionsunterbrechungen vermeiden	94	– Einige Beispiele	103
Wachstumszeiträume verlängern	94	Im Herbst ausgesätes Gemüse	104
Im Winter kultivieren	94	Zum Schluss	107
Das Hügel-Frühbeet – ein Mini-Gewächshaus	95	Bezugsquellen für Samen und Pflanzen	108
		Literaturhinweise	109