

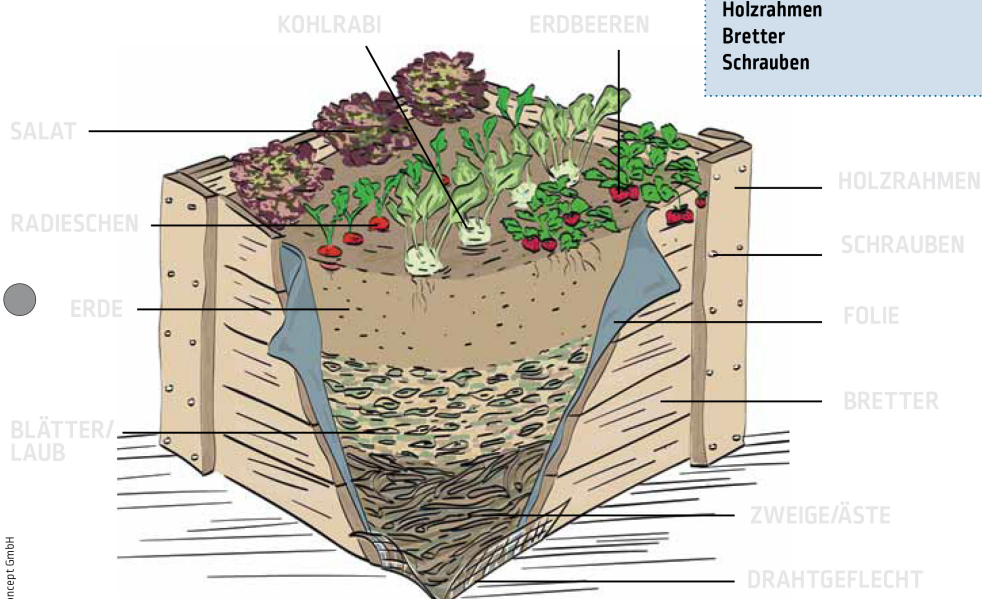
Ein Beet mit Schichten

Wie du schon gehört hast, gehören ins Hochbeet verschiedene Schichten. Sie werden von unten nach oben feiner. Das Material zum Befüllen kommt größtenteils aus dem Garten: von Sträuchern, Bäumen, Komposthaufen und anderen Beeten. Wer darauf nicht zurückgreifen kann, findet z. B. im Gartencenter Spezialerden für Hochbeete zum Kauf.

- ① Schau dir die Zeichnung des Hochbeetes genau an. Welche Pflanzenteile und andere Dinge erkennst du (wieder)? Beschrifte sie.
Tipp: Im Kasten rechts stehen Begriffe als Starthilfe.

- ② Lies die Textkästen. Zeichne einen Pfeil zu der zugehörigen Schicht.

Kohlrabi
Erdbeeren
Radieschen
Salat
Folie
Erde
Blätter/Laub
Zweige/Äste
Drahtgeflecht
Holzrahmen
Bretter
Schrauben



© Ima e.V. Illustration: AgroConcept GmbH

Pflanzschicht

In der feinen Erde finden die Pflanzen viele Nährstoffe.

Unterbau

Er sollte schön luftig sein und die oberen Schichten stützen.

Vegetationsschicht

Der Kompost verrottet weiter und gibt Wärme ab.

Hochbeet, Abfälle und Schülerprojekt

Diese Sammelkarten können Sie ausschneiden und mit den Unterrichtsbausteinen oder in einem eigenen Kartelkasten archivieren. Viel Spaß beim Umsetzen!

Gemüsereste wiederbeleben

Oft landen Salatstrünke und die Reste von Frühlingszwiebeln in der Tonne oder auf dem Kompost.

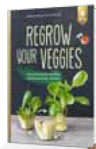
In ihnen schlummern jedoch ungeahnte Kräfte: Daraus lassen sich neue Pflanzen ziehen, sogar auf der Fensterbank. Die Ernte ist nicht groß, aber lecker. Und spannend ist es allemal!



Auf welche Weise die Arten neu austreiben, unterscheidet sich deutlich. Bei Stangensellerie wachsen tatsächlich die Stangen nach, bei Romanasalat die Blätter.

Bei Roter Bete und Zwiebeln treibt nur das Blattwerk aus. Das frische Grün schmeckt köstlich in Salaten.

Nach einer Idee von "Regrow your Veggies", Melissa Raupach/Felix Lilli, Verlag Eugen Ulmer



Pflanzenstecker aus Weide



Damit du nicht vergisst, wo du welche Pflanzenart ausgesät oder eingepflanzt hast, beschrifte sie mit Schildern oder Pflanzensteckern. Du brauchst für jedes Töpfchen oder jede Pflanzreihe ein Stück. Mit dieser Anleitung kannst du sie einfach und günstig basteln.

Material:

Weidenruten (ca. 1 cm dick), Gartenschere, Sparschäler, weicher Bleistift

Kalkprodukte richtig dosieren

Kalkdünger enthalten unterschiedlich viel Calciumoxid (CaO), die meisten zwischen 60 und 80 Prozent. Auf den Verpackungen stehen alle nötigen Infos – rechnen muss man nur, um die richtige Menge einzukaufen.

Beispiel:

Garten mit Bodenart lehmiger Sand, pH 6,0 empfohlen. Zwei Beete mit Test untersucht: pH 5 und 5,8 festgestellt.

- a) Kalk mit 80 % CaO. Hersteller empfiehlt bei
pH 5,0 -> 250 g/m² alle 1–2 Jahre
pH 5,8 -> 190 g/m² alle 3 Jahre
- b) Kalk mit 60 % CaO. Hersteller empfiehlt bei
pH 5,0 -> 330 g/m² alle 1–2 Jahre
pH 5,8 -> 250 g/m² alle 3 Jahre

Rechne für beide pH-Werte bzw. Beete aus:

Für viele Quadratmeter reicht ein 20 kg-Sack?
Die Beete sind je 25 m² groß. Reicht ein Sack mit 5 oder 10 kg für eine Kalkung?

Eine Infografik bauen

Wenn man sich informiert, macht man sich ein Bild bzw. eine „Form“ zu einer Sache oder einem Vorgang in seinem Kopf. Eine Infografik kann dabei helfen – mit mehr oder weniger Texten und Bildern bzw. Wörtern und Symbolen.

Das Verbildlichen von Informationen heißt auch Visualisieren. Dafür gibt es richtige Profis und viele Fachbücher.

Das Zeichnen hilft beim Lernen, z. B. für eine Prüfung. Dabei muss es nicht hübsch und künstlerisch zugehen. Auf der Rückseite erste Anregungen und Grundzüge.



© Im a.e.V. | Fotos: Plantura GmbH aus „Regrow your Veggies“, Verlag E. Ulmer, Stuttgart (Salat); Susanne Nusslein-Müller (Weidenstecker); sunt-stock, adobe.com (Infografik zeichnen)

Wäsche trocknen im Winter



Wo soll man im Winter die Wäsche trocknen? In der Wohnung? Aber wie ist das mit den Schimmel? Im Freien? Wird die Wäsche da auch trocken? Mit diesen Tipps wird die Wäsche sowohl in der Wohnung als auch im Freien trocken!

Ist die Raumluft im Winter in Ihren Wohnräumen eher trocken, dann hängen Sie die Wäsche in beheizten Räumen auf. Beim Trocknen sorgt die abgegebene Feuchtigkeit für ein angenehmes Raumklima.

- **Wäsche nicht bei hoher Luftfeuchtigkeit im Innenraum aufhängen**
Bei hoher Luftfeuchtigkeit in den Räumen sollten Sie die Raumluft jedoch nicht noch zusätzlich durch die Feuchtigkeit aus der Wäsche belasten. Es droht die Gefahr der Schimmelbildung.
- **Luftfeuchtigkeit regelmäßig kontrollieren**
Achten Sie beim Trocknen von Wäsche in unbeheizten Räumen (Keller, Waschküche, Abstellraum,...) auf eine gute Durchlüftung und kontrollieren Sie die relative Luftfeuchtigkeit.
- **Gut Lüften beim Trocknen in der Wohnung**
Während des Trockenvorganges sollten Sie mehrmals Stoßlüften, damit die feuchte Luft abziehen kann. Kontrollieren Sie die Luftfeuchtigkeit mit einem Hygrometer. Bei Werten über 60 % sollten Sie eine zusätzliche Feuchtigkeitseinbringung durch das Trocknen von Wäsche vermeiden.
- **Nebenräume nicht extra heizen**
Nicht empfehlenswert ist es, einen Nebenraum wie z.B. Keller oder Wäscheraum extra zu beheizen, damit Sie dort die Wäsche trocknen können. In diesem Fall und bei Platzmangel ist ein Wäschetrockner noch die bessere Wahl. Achten Sie beim Kauf auf die Energieeffizienz des Gerätes.

Nimm GUTES vom
Bauern in Tirol 😊



Sprossen sind im Winter und im Frühling, wenn das Angebot an regionalem Gemüse rar ist, eine vitaminreiche und gesunde Kost. Von der eigenen Fensterbank sind sie auch sehr nachhaltig.

Keine Transportwege bei der Sprossenkultivierung, kein Energieverbrauch und somit keine Klimabelastung mit CO₂-Emissionen. Auf dem Ranking der umweltfreundlichsten Erzeugungsarten stehen selbstgezoogene Sprossen ganz oben.

Sprossen sind gesund

Aufgrund der Enzymwirkung steigt der Vitamingehalt bei der Keimung enorm. Die Qualität der Proteine und Fette verbessert sich. Komplexe Kohlenhydrate werden zu einfachen Zuckern abgebaut, dadurch kommt der leicht süße Geschmack der Sprossen. Keimlinge enthalten große Mengen an Mineralstoffen wie Kalzium, Magnesium, Zink und Eisen. Sie haben einen hohen Gehalt an Vitamin C, B₁, B₂, B₆, Niacin, Folat und Biotin.

Bio-Keimsaat zum Sprossen ziehen kaufen

Kaufen Sie Keimsaat aus biologischer Landwirtschaft und aus österreichischem Anbau. Das garantiert schadstofffreien Sprossengenuss. Ungeeignet sind Samen, die zur Aussaat für Garten oder Feld bestimmt sind, diese können chemisch vorbehandelt sein. Beim Kauf darauf achten, dass das Saatgut zum Sprießen geeignet ist.

Keimgeräte zum Sprossen ziehen – die richtige Auswahl treffen

Keimgeräte gibt es aus Glas, Ton oder Kunststoff. Am einfachsten geht es mit einem Einweckglas, Fliegengitter und einem Gummiring. Im Handel gibt es auch spezielle Keimgläser mit Gitterdeckel. Diese haben den

Vorteil, dass man die Sprossen gut spülen kann. Dazu einfach das Glas auf den Kopf stellen, so kann das überschüssige Wasser abfließen. Für Sprossen Liebhaberinnen eignen sich mehrstöckige Keimgeräte mit mehreren Keimschalen, mit denen Sie unterschiedliche Sorten in größeren Mengen keimen können. Kresse, Leinsamen und Senf können auf Küchenpapier oder Watte gezogen werden.

Tipps zur Sprossenkultivierung:

- Keimlinge von Hülsenfrüchten (Erbsen, Bohnen, Linsen) vor dem Verzehr mindestens zwei Minuten blanchieren. Sie enthalten in rohem Zustand gesundheitsschädliche Inhaltsstoffe, die durch Erhitzen unwirksam werden.
- Sprossen feucht halten, aber nie zu nass.
- Spülen Sie die Sprossen 2x täglich gut durch, damit sich aufgrund der Feuchtigkeit kein Schimmel bildet.
- Bei Staunässe, zu hohen Temperaturen, schlechten Lichtverhältnissen, mangelnder Belüftung, ungenügendem Spülen oder einem schlecht gereinigtem Keimgefäß kann es zu Schimmelbefall kommen. Es riecht dann modrig im Keimgerät und die Kultur muss weggeschmissen werden.
- Die ideale Temperatur zum Sprossenziehen liegt bei 18-21 °C. Ist es zu kalt, keimen und wachsen sie zu langsam. Direkte Sonneneinstrahlung vermeiden.
- Frische Sprossen schnell verbrauchen. Bei längerer Lagerung können sich unerwünschte Mikroorganismen bilden.
- Beim Keimen ändert sich der Geschmack der Sprossen. Bockshornklee wird schnell bitter, Rettich scharf und Getreidekeimlinge schmecken weniger süß. Darüber hinaus verlieren die Sprossen viel an ihren wertvollen Inhaltsstoffen. Deshalb ist der richtige Erntezeitpunkt besonders wichtig. Die Keimdauer beträgt 2 bis 7 Tage, je nach Keimsaat und Umgebungstemperatur. Die genaue Dauer steht meistens auf der Keimsaat-Packung.

Selberziehen kommt viel günstiger

Hier ein Beispiel: eine Packung Bio-Keimsaat Alfalfa (125 g) kostet ca. 2 Euro, für 80-140 g Frischsprossen benötigen Sie 1 EL Alfalfa (ca. 15 g) Kosten: ca. 22 Cent. Im Supermarkt zahlen Sie für eine 60 g Packung Bio-Frischsprossen ca. 1,99 Euro.

Bestimmte Personen sollten den Verzehr roher Sprossen meiden

Kleinkinder, Senioren, Schwangere und Personen mit einem geschwächten Immunsystem sollten Sprossen nicht roh, sondern nur gekocht verzehren. So kann eine Aufnahme von gesundheitsschädlichen Keimen, die in Sprossen enthalten sein können oder sich beim Keimvorgang vermehrt haben, vermieden werden. Sprossen sollten daher auch immer gut gekühlt und möglichst bald verzehrt werden.