

## „Hochbeete - Bauen, Befüllen, Bepflanzen.“

### Wie sich das Hochbeet entwickelt hat:

- Den Kompost hat man schon lange Zeit mit Kürbissen, etc. bepflanzt.
- Aus dieser Idee heraus sind Hügelbeete entstanden...
- ... die erst niedrig, dann allmählich immer höher eingefasst wurden!

### Vorteile:

- ✓ Höhere Erträge durch Verrottungswärme und Humusreichtum.
- ✓ Elegante Verwertung von Gartenabfällen.
- ✓ Improvisierte Hochbeete nehmen Altmaterialien auf („Upcycling“).
- ✓ Bequemes Gärtnern ohne Knien und tiefes Bücken möglich.
- ✓ Gärtnern ist sogar im Sitzen vom Rollator oder Rollstuhl aus möglich!
- ✓ Ideal bei verdichteten, verunkrauteten, staunassen Böden.
- ✓ Weniger Probleme mit Schädlingen, insb. Wühlmäusen und Schnecken.
- ✓ Gut bei sich ausbreitenden Pflanzen (z.B. Wildkräuter wie Beinwell).
- ✓ Schönes Gestaltungs- und Strukturelement im Garten.

### Nachteile:

- Erde in Hochbeeten trocknet schneller aus, regelmäßig Gießen!
- Weniger Wurzelraum steht zur Verfügung, Nachdüngungen erforderlich.
- Absacken der Füllung, besonders in den ersten 1-2 Jahren.
- Je nach Art des Hochbeetes: Zeit-/Geld-/Materialeinsatz.

### Bewährte Maße für den Hochbeetbau:

- Höhe ca. 90-110cm (ca. Hüfthöhe für rückenfreundliches Arbeiten).
- Länge beliebig (meist 200-300cm).
- Breite ca. 100-120cm.

## Hinweise zum Bau von Hochbeeten:

- Die Grundfläche sollte mit feinmaschigem Drahtgeflecht unterlegt werden (Wühlmausschutz).
- Ideal ist eine Kombination aus Hochbeet und Frühbeet.
- Soll Holz länger als 3-5 Jahre halten, ist der Einsatz von Plastik-Noppenwänden sinnvoll, unter normalen Plastikfolien schwitzt das Holz.
- Lärchenholz ist meist heimisch und ziemlich nassetolerant.
- Einfache Recycling-Hochbeete sind mit 4 Holzpaletten leicht improvisiert.
- Sei kreativ beim Bauen, bevorzuge Altmaterialien!
- Fertig-Hochbeete aus Plastik werden oft schon nach kurzer Zeit instabil.

## Füllmaterialien:

Grundsätzlich gilt: Beim Befüllen gehen wir vom Groben zum Feinen!

1. Unterste Schicht: Grobe Holzkloben, dicke Aststücke.
2. Darüber: Kleingeschnittene Äste und Zweige (gut festtreten).
3. Darüber: Laub, Stauden- oder feiner Heckenschnitt (gut festtreten).
4. Darüber: Grober, halbverrotteter Kompost.
5. Deckschicht: Feiner, fertiger Kompost, evtl. vermischt mit Gartenerde.

## Bepflanzung des Hochbeetes:

- Es gilt: Je höher das Hochbeet, desto niedriger sollten die darauf wachsenden Pflanzen sein (niedrige Sorten bevorzugen).
- Gut geeignete Pflanzen: (Hänge-)Erdbeeren, Mangold, Buschbohnen, Salat, Kohlrabi, Kapuzinerkresse, Knollenfenchel, Balkontomaten, z.T. Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Liebstöckel) sowie fast alle niedrigen Blumen.
- Weniger geeignete Pflanzen: Hochwachsende Gemüse (Rosenkohl, Erbsen, Stangenbohnen) und raumgreifende Gemüse (Kohl, Zucchini, Kürbis) sowie mageren Boden bevorzugende Kräuter (Lavendel, Thymian -> ggf. hier den Boden mit Sand abmagern).

**„Viel Spaß beim Bauen, Befüllen und Bepflanzen!“**