

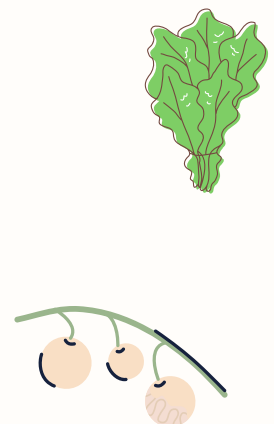
Gesunde Lebensmittel selbst anbauen

Jeder hat, zumindest im Kleinen, die Möglichkeit, gesunde Lebensmittel selbst anzubauen - auch in der Stadt.



Warum ist es gut, Lebensmittel selbst anzubauen?

- So frisch, selbst gewählt, gesund und wertvoll erhältst du nirgendwo anders dein Gemüse/Obst.
- Du trägst zu deiner Ernährungssouveränität bei.
- Du kannst selber dafür sorgen, dass dein Gemüse biologisch, regional & saisonal angebaut wurde.
- Es spart Transportwege und Verpackungen.
- Es trägt zur Wohnumfeldverbesserung bei.
- Gemeinschaftliche Konzepte fördern den sozialen Zusammenhalt.
- Es fördert die Biodiversität.
- Es verbessert das Mikroklima und die Bodenstruktur.
- Es unterstützt bei der Regenwasserregulierung und reduziert die Luftverschmutzung.



INCREDIBLE - EDIBLE - BEWEGUNG DIE ESSBARE STADT

- Nutzung urbanen Raums zum Anbau von Lebensmitteln auf öffentlichen Plätzen.
Nutzung vertikaler Elemente (Balkone, Wände oder Dachflächen).
- Plätze werden oft multifunktional genutzt. So werden Teile von Freizeitflächen wie Fußgängerzonen, Parks und Spielplätze mit essbaren Pflanzen bepflanzt.
- Trennung von Produzent:in und Konsument:in entfällt. Stadtbewohnende bauen an und können ernten.
Projekte haben häufig gesellschaftspolitische und soziale Ziele, die mit der Lebensmittelproduktion verbunden werden.

Essbare Stadt Andernach
Bild von analogicus auf Pixabay



STADTACKER - DER EIGENE GEMÜSE-SAISON-GARTEN

Für eine Saison mietest du eine kleine Acker-Parzelle, die für dich schon vorbereitet wurde. Auf dieser Parzelle kümmerst du dich um dein Obst und Gemüse und versorgst dich die Saison über damit.



Bild von Couleur auf Pixabay

Von den Organisator:innen bekommst du Rat & Unterstützung, tlw. Werkzeug, Saatgut, Jungpflanzen sowie Zugang zu Gießwasser. Auch der Boden wird vorher gut vorbereitet.

PERMAKULTURINSELN

Die Permakulturinseln können auch als Teil einer essbaren Stadt verstanden werden. Im Stadtgebiet sollen an verschiedenen Orten Inseln des Gemüse- und Obstanbaus nach Permakultur-Prinzipien entstehen. Bewohnende des Viertels können sich dort treffen, gemeinsam gärtnern, ernten und die Ernte verarbeiten.



GEMEINSCHAFTSGÄRTEN

In Gemeinschaftsgärten (auch Bürgergärten) haben die Bewohner:Innen der Nachbarschaft gemeinsam genutzte oder eigene Beete, in denen sie Lebensmittel anbauen und ernten.

Zudem gibt es gemeinsame Aktionen und viel Raum für soziales Miteinander und Austausch.



*Wir fördern gute Nachbarschaft
auch im Gemüsebeet...*



Anlage eines Mischkultur-Hochbeetes im Gallus Garten



KLEINGARTEN

Im Kleingarten oder Schrebergarten kann eine komplette Gartenparzelle bepflanzt, bewirtschaftet und bespielt werden. In der Regel sind die Parzellen Teil einer Ansammlung von vielen Parzellen, die über einen Verein verpachtet und organisiert werden und eine weitere Infrastruktur (Vereinshaus, Gemeinschaftstoiletten, Arbeitsdienste) beinhalten.



DER EIGENE SELBSTVERSORGER GARTEN ODER KLEINE HAUSGARTEN

Manch Eine:r hat das Glück, einen eigenen Garten zu besitzen, auf dem ein kleiner oder auch großer Teil des eigenen Obst- und Gemüsebedarfs angebaut werden kann. Hier hat man auch die Möglichkeit, Tiere zu halten und so sein selbst produziertes Nahrungsangebot zu erweitern.

BALKON / FENSTERBRETT / INDOOR

Auch auf dem Balkon oder dem Fensterbrett lässt sich Nahrung produzieren. Viele Sorten wurden so gezüchtet, dass sie klein bleiben und trotzdem einen guten Ertrag liefern. Ansonsten bieten sich zumindest Küchenkräuter an, von denen man immer nur mal ein bisschen und oft spontan benötigt. Auch Micro-Greens und Sprossen können in der Wohnung super selbst produziert werden.