

Valéry Tsimba

MEIN PERMAKULTUR BALKON

*Obst und Gemüse
ernten auf 4m²*



MEIN PERMAKULTUR-BALKON





VALÉRY TSIMBA

AUS DEM FRANZÖSISCHEN VON SABINE HESEMANN

MEIN PERMAKULTUR BALKON

*Obst und Gemüse
ernten auf 4m²*



INHALT

Ein Balkon für Körper und Geist 8



PLANEN UND LOSLEGEN

LAGE 15

Süden 15

Osten und Westen 15

GRÖÖE 16

PFLANZGEFÄÖE 18

Geotextilien 18

Terrakotta 18

Holz 18

Kunststoff 19

Alternativen 19

Größe und Anordnung 19

WERKZEUGE 23

PFLANZENERDE 24

PFLANZGEFÄÖE VORBEREITEN 25

SÄEN ODER PFLANZEN KAUFEN? 26

Anzucht aus Samen 28

Knollen und Zwiebeln 29

GUTE UND SCHLECHTE SAMEN 31

Erhaltung von Sorten 33

Bio-Saatgut 33

SÄEN 34

Wann? 35

Saatgut einweichen 37

Wie tief? 38

Wie säet man? 39

Aussaat im Warmen 42

Keimung 42

PIKIEREN 44

Wann? 44

Wie geht das? 44

Pikieren von wurzelnackten
Pflanzen 46

Umfallkrankheit bei Sämlingen 47

Knoblauchbrühe (Dekokt) 47

WEITERE MÖGLICHKEITEN, UM PFLANZEN ZU

VERMEHREN 48

Stecklinge 48

Ableger 48

Von selbst aufgegangene

Pflanzen 48



ÜPPIGE ERNTE AUF DEM BALKON

INSPIRATIONSQUELLE PERMAKULTUR 55

Eigener Anbau 55

Keinen Abfall produzieren 56

Sonnenenergie einfangen 56

Ressourcen schonend nutzen 56

Selbstregulation und Rückschläge
zulassen 57

Im Großen wie im Kleinen 57

Mischen statt trennen 57

Vielfalt hervorbringen 57

In kleinen Schritten und mit
Geduld 57

Beobachten und handeln 58

Jeder Baustein erfüllt mehrere Funktionen 58
Nur die Vorstellungskraft setzt Grenzen 58

VEGETATIONSZYKLEN 60

Stauden 60
Einjährige 60
Zweijährige 60

EINTEILUNG DER GEMÜSEPFLANZEN 61

AUSWAHL DER SORTEN 63

Einjährige Sorten 63
Frühe oder verfrühte Sorten 63
Rasch erntereife Gemüse 64
Ausdauernde Gemüse 64
Zeitlich gestaffelte Saat und Pflanzung 66
Polykultur 66
Ich baue Pflanzengemeinschaften an 68
Dichte Bepflanzung 70
Optimale Flächennutzung 70
Ganzjährig anbauen 71

BEWÄSSERN UND WASSER SPAREN 73

Von Hand gießen 73
Dicht anbauen 73
Mulchen und Flächenkompostierung 73
Bewässerung mit Tongefäßen: die Oyas 74
Regenwasser nutzen 74

FRUCHTBARKEIT ERHÖHEN 75

Flächenkompostierung 75
Lasagnebeet 75
Wurmkompost 75
Kompost beschaffen 76
Jauche 77

EIN ZUHAUSE FÜR DIE ARTENVIELFALT 79

Gemüsepflanzen-Vielfalt 81
Nektarreiche Pflanzen 81
Schädlinge und ihre Verfolger 82
Vögel 84
Würmer 85

EIGENES SAATGUT ERNTEN 87

Autogamie und Allogamie 87
Kreuzungen 88
Wie gewinnt man Saatgut? 88
Wie lange sind Gemüsesamen keimfähig? 91



MONAT FÜR MONAT 95

PFLANZENPRÄTIS VON A BIS Z 100



Vom Balkon zum Gemeinschaftsgarten 148
Leidenschaft weitergeben 149
Zum Schluss: Inspiration und Motivation 150

Bezugsadressen 152
Literaturempfehlungen 154
Dank 154
Register 155



EIN BALKON FÜR KÖRPER UND GEIST

Ich heiße Valéry und ich baue mit großer Freude auf meinem Balkon und zwei Fensterbänken in einer der am dichtesten bewohnten Städte der Metropolregion Paris mein Gemüse selbst an. Saatgut ist meine große Leidenschaft und ich genieße es, wenn ich säe und die Gemüsepflanzen aufgehen und heranwachsen sehe. Sie werden mich ernähren – meinen Körper und meinen Geist.

Solange ich mich erinnern kann, hege ich eine Faszination für Pflanzen. Als Kind sprang der Funke auf mich über, als ich im Ferienlager war. Dieser Aufenthalt hat, ohne dass ich mir dessen bewusst war, in mir den Keim gelegt. Er schlief einige Jahre, doch als ich meine erste eigene Wohnung bezog, ging er auf. Ich begann also mit dem Gärtnern in Balkonkästen auf dem Fensterbrett, kultivierte die üblichen Geranien und einige Kräuter, bevor ich im Jahr 2005 den ersten richtigen Balkon hatte.

Gleichzeitig haben Aufenthalte bei Freunden, die Gärten auf dem Land besaßen, mich in meiner wachsenden Leidenschaft bestärkt. Ich lernte das Gärtnern aus Büchern, die ich aus der Bibliothek entliehen hatte. Sie trugen dazu bei, den Wissensdurst zu löschen, aber das genügte nicht. Schließlich habe ich mir Videofilme auf YouTube angesehen.

2013 bekam ich eine 3 m² große Parzelle in einem Gemeinschaftsgarten und dort konnte ich das Gärtnern im Freiland ausprobieren. Im Laufe der Jahre und aufgrund meines Enthusiasmus und meiner Erfahrung führte meine Entdeckung der Permakultur und der Wunsch nach intensiver Verbindung mit meiner Nahrung dazu, dass ich mich





auf die Anlage eines Balkon-Gemüsegartens konzentrierte. Also baue ich nun eine Vielzahl von Pflanzen an, die in allen Jahreszeiten zu meiner Ernährung beitragen. Da der Balkon mit 4,08 m² ziemlich klein ist, sind die Anbautechniken der Permakultur für reiche Ernte auf kleinstem Raum eine Selbstverständlichkeit. Die geringe Größe war zwar zu Beginn ein limitierender Faktor, entwickelte sich aber zu einer echten Chance, der ich mit Findigkeit entgegenzutreten musste. Daraus wurden Spiel, Spaß und eine gewaltige Quelle des Lernens.

Während der Ausgangssperre in Frankreich im März 2020, um die Ausbreitung der Covid 19-Pandemie einzudämmen, lieferte mir mein kleiner Balkongarten einen Monat lang eine gewisse Autonomie in Sachen Grünzeug, denn auch die Lieferung der Gemüseboxen von AMAP (Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne, ein französischer Verband zum Erhalt bäuerlichen Kleinanbaus) war ausgesetzt. Diese beziehe ich gewöhnlich. Auf meinem Balkon konnte ich Grünen Salat, Rucola, Mizuna, Grünkohl, Mangold, Blut-Ampfer, Endivien und mehr ernten. Alles war natürlich frisch, schmackhaft und hatte sicher noch seine Nährstoffe. Dem Balkon, der mir sonst auch noch als Sauerstoffquelle in der Stadt dient, kam besondere Bedeutung zu.

Einen Gemüsegarten auf dem Balkon kann jeder anlegen und er ist einfach zu pflegen, sofern man ein wenig Geduld, Beobachtungsgabe und Motivation mitbringt. Ich hoffe sehr, dass meine Erfahrungen dazu beitragen, Ihre Lust, Neugier und Ihren Enthusiasmus zu wecken, so dass auch Sie einen Gemüsegarten anlegen werden – egal wie groß.

Sie werden merken: Alles, was selbst angebaut ist, hat einen ganz besonderen Geschmack.



A photograph of several tomato plants growing in a garden. The plants are lush green with serrated leaves and some small yellow flowers. They are supported by vertical bamboo stakes. The background shows a light-colored wall and a brick wall on the left. The text 'PLANEN UND LOSLEGEN' is overlaid in the center in white, bold, sans-serif font.

PLANEN UND LOSLEGEN

