# Gärtnern ohne viel Platz

## Mit **TINY GARDENING** lässt sich der grüne Daumen auch auf kleinstem Raum ausleben

Winziges Gärtnern – so lässt sich der platzsparende Gartentrend Tiny Gardening übersetzen. Der Name ist Programm: Anstelle großer Anbauflächen wird auf minimalem Raum geackert. Begrünt wird dabei alles, was da ist: Fensterbänke, Wände und sogar der Straßenrand. Um auf begrenztem Raum erfolgreich Pflanzen anzubauen, kombiniert der Ansatz kreative Techniken mit nachhaltigen Prinzipien. Hier sind die wichtigsten Tipps für die Gestaltung kleiner Gartenparadiese.

**MIKROGEMÜSE:**

Das ist der perfekte Einstieg ins Tiny Gardening, denn es braucht extrem wenig Platz und Pflege. Ähnlich wie beim Klassiker Kresse werden hierbei die Samen von Gemüsesorten wie Brokkoli, Radieschen oder Mangold dicht an dicht in ein flaches Gefäß gesät, an einem hellen Ort platziert und feucht gehalten. Sobald die Stängel rund fünf Zentimeter hoch sind, geht es auch schon ans Ernten. Trotz ihrer geringen Größe gelten Microgreens als echte Nährstoffbomben: Im Vergleich zu ausgewachsenen Pflanzen enthalten die jungen Triebe oft eine höhere Konzentration an Mikronährstoffen – allen voran die Vitamine A und C, Magnesium, Kalium und sekundäre Pflanzenstoffe. Dank ihrer gesundheitsfördernden Wirkung eignen sie sich bestens für eine ausgewogene Ernährung, zum Beispiel als Topping für Salate, Sandwiches oder Smoothies.

**REGROWING:**

Den Strunk von Salaten, Frühlingszwiebeln oder Möhren einfach wegwerfen? Nicht beim Regrowing, denn das Nachwachsen aus Gemüseresten ist eine kreative und nachhaltige Methode, aus organischen Abfällen frisches Grün direkt auf der Fensterbank anzubauen – ideal also fürs Gärtnern mit wenig Platz! Hierzu den Gemüserest in ein Glas Wasser stellen, sodass die Unterseite bedeckt ist. Ab auf die Fensterbank und regelmäßig das Wasser erneuern, um Fäulnis zu vermeiden. Sobald sich Wurzeln bilden, kann das Pflänzchen in die Erde und treibt mit etwas Glück neu aus. Zwar wächst nicht aus allen Resten komplett neues Gemüse, wohl aber frisches Grün, das zum Beispiel in Salaten oder als Pesto verarbeitet werden kann. Besonders spannend ist das Gartenexperiment für Kinder, die neben dem Spaßfaktor mehr über die Herkunft ihrer Lebensmittel erfahren.

**VERTIKALGÄRTEN:**

Um Pflanzen platzsparend auf Balkon oder Terrasse anzubauen, eignen sich sogenannte Vertikalgärten. Im simpelsten Fall werden Pflanzgefäße einfach über- statt nebeneinander angeordnet, zum Beispiel in hängenden Pflanzbeuteln, auf Regalen oder in mehrstöckigen Hochbeeten. Auch Materialien wie ausgediente Paletten, Regenrinnen oder Tetrapaks können in kreative Vertikalgärten umfunktioniert werden. Diese Anbaumethode eignet sich besonders für Kräuter und eher kompakte Gemüse- oder Zierpflanzen.

**WANDBEGRÜNUNG:**

Sie funktioniert auch im größeren Stil. Für „Living Walls“, also ganze Fassadengärten, eignen sich neben Kletterpflanzen wie Efeu, Clematis oder Wildem Wein auch Obst- und Gemüsesorten wie Kiwi, Kapuzinerkresse oder Inkagurke. Alternativ kann auch nicht Kletterndes wie Farne, Gräser und Sukkulenten in Gefäßen an der Wand platziert werden. Die Pflanzenwand ist nicht nur schön anzusehen, sie filtert auch Schadstoffe aus der Luft, wirkt schall- und temperaturdämmend und bietet Insekten und Vögeln wertvollen Lebensraum. Zum Schutz von Gebäuden und Passanten unbedingt geeignete Gefäße und Rankhilfen nutzen und bei Mietobjekten vorab die Genehmigung der Inhaber einholen.

**BIOINTENSIVER ANBAU:**

Ideal für ein begrenztes Platzangebot ist auch der biointensive Anbau. Ob hinter dem Reihenhaus, im Gemeinschaftsgarten oder auf dem Hochbeet: Dank effizienter Flächennutzung können schon wenige Quadratmeter zu Kleinstfarmen werden, die hohe Erträge erzielen. Der Trick: Die Technik nutzt den vorhandenen Raum optimal, setzt auf natürlichen Humusaufbau und eine minimale Bodenbearbeitung. Das erleichtert nicht nur die Arbeit, es unterdrückt auch Beikraut und schont natürliche (und finanzielle) Ressourcen.

**SQUARE-FOOT-GARDENING:**

Eine beliebte Technik ist unter anderem das Square-Foot-Gardening: Hier wird das Beet in Quadrate von etwa 30 mal 30 Zentimetern (ein Quadratfuß) eingeteilt, die jeweils dicht mit einer Pflanzensorte bepflanzt werden. Nach der Ernte eines Quadrats kann sofort eine neue Sorte kultiviert werden. So produzieren kleinere Flächen deutlich mehr als herkömmliche Gärten, und das ganz ohne synthetische Helfer. Dieser Anbautrend entwickelt sich aktuell sogar zu einem neuen Geschäftsmodell: Bundesweit entstehen Mikrofarmen, die auf kleinen Flächen Gemüse anbauen und es lokal vermarkten – ein Modell nachhaltiger Landwirtschaft mit Potenzial für die Zukunft.

**Microgreens: Kleine Vitaminpakete, die auch auf der Fensterbank wachsen.** Foto: Liza Golyarchuk / Unsplash

## Deutsche und türkische Rentenversicherungen geben Auskunft in beiden Sprachen

**HANNOVER.** Auf Deutsch oder Türkisch: Fragen zur Rente können bei den internationalen Beratungstagen in Hannover in beiden Sprachen beantwortet werden.

Die Deutsche Rentenversicherung und der Träger der türkischen Rentenversicherung Sosyal Güvenlik Kurumu (SGK) informieren gemeinsam über die gesetzliche Rentenversicherung und die zusätzliche Altersvorsorge. Versicherte können sich am Dienstag, 20. Mai, von 10 bis 17 Uhr, und Mittwoch und Donnerstag, 21. und 22. Mai, von 9 bis 17 Uhr, in der Berliner Allee 13, beraten lassen. Für Interessierte ist eine Terminvereinbarung unter der Telefonnummer (0511) 829-1565 erforderlich. Zum Gespräch sollten dann die Versicherungsunterlagen und der Personalausweis oder Reisepass mitgebracht werden.

**Die Digitalen Engel erklären den sicheren Umgang.** Foto: Joerg Farys

## „Digitaler Engel“ informiert in Alt-Laatzen

**LAATZEN.** Der „Digitale Engel“, das mobile Ratgeberteam zu Digitalfragen von „Deutschland sicher im Netz e.V.“, macht am Donnerstag, 22. Mai, Station in Alt-Laatzen. Eine Digitalexpertin klärt von 10 bis 12 Uhr auf dem Wochenmarkt (Alte Rathausstraße / Eichstraße) Fragen rund um Online-Anwendungen und die Neuen Medien. Das Angebot der „Digitalen Engel“ richtet sich speziell an ältere Menschen, die ihr digitales Wissen vertiefen möchten oder Fragen haben. Dabei sein und Online im Alter bedeutet, die unzähligen Möglichkeiten des Internets kompetent, sicher und vor allem selbstbestimmt nutzen zu können. Im persönlichen Gespräch mit den Ratgeberinnen und Ratgebern des Projektes werden digitale Angebote vorgestellt, konkrete Fragen beantwortet und Ängste abgebaut. Eigene Smartphones oder Tablets können zum Info-Stand mitgebracht werden. Die Beratung ist kostenfrei.

GRAMANN AHRBERG
Hannöversche Landschlachterei beste Meisterqualität seit 1896

WERKSVERKAUF IN PATTENSEN

Unsere Wochenangebote vom 12.05. - 17.05.2025

Thüringer Mett herzhaft würzig aus bestem Schinkenfleisch 100 g 1,09 €
Balkan-Pfanne frisch zubereitet mit Paprika in einer leckeren Marinade 100 g 1,39 €
Putenschnitzel natur oder mariniert an der Bedientheke 100 g 1,99 €

Unsere Monatsangebote vom 29.04. - 23.05.2025

jeden Dienstag: 10 % auf das gesamte Thekensortiment außer Angebote und Imbiss
jeden Donnerstag: Grillklassiker Grillbratwurst (10er-Paket) 12,00 € oder Schinkengriller (10er-Paket) 14,50 €
jeden Mittwoch: 1 kg Thüringer Mett sowie 10 Brötchen und 1 Zwiebel nur 10 €
jeden Freitag: 10 % auf ausgewählte Schinkenspezialitäten perfekt zum Spargel 10 %

Gramann Ahrberg Werksverkauf Ludwig-Erhard-Straße 25 | 30982 Pattensen
Dienstag - Freitag: 8 - 18 Uhr | Samstag: 8 - 14 Uhr
www.gramann-ahrberg.de gramann_ahrberg Gramann.Ahrberg
14934201_002625

# Deutschlandticket bleibt ein Erfolgsmodell

## Höherer Preis hat dem Angebot bisher nicht geschadet – 6,5 Millionen Tonnen CO2 werden pro Jahr eingespart

**HANNOVER.** Zwei Jahre nach seinem Start hat sich das Deutschlandticket – einigem Streit und vielen Debatten zum Trotz – als Erfolgsmodell etabliert. Mindestens 13,5 Millionen Menschen nutzen derzeit das Ticket, das als Nachfolger des erfolgreichen 9-Euro-Tickets im Mai 2023 für 49 Euro an den Start ging. Auch der Preis von 58 Euro, der seit Anfang 2025 gilt, hat an der Beliebtheit des Tickets, das bundesweit im Nahverkehr gilt, nichts geändert. In Hamburg gab es sogar einen Abo-Rekord: Auch dank großzügiger Subventionierung des Senats zählte man im März dort mehr als 1,2 Millionen Abonnenten.

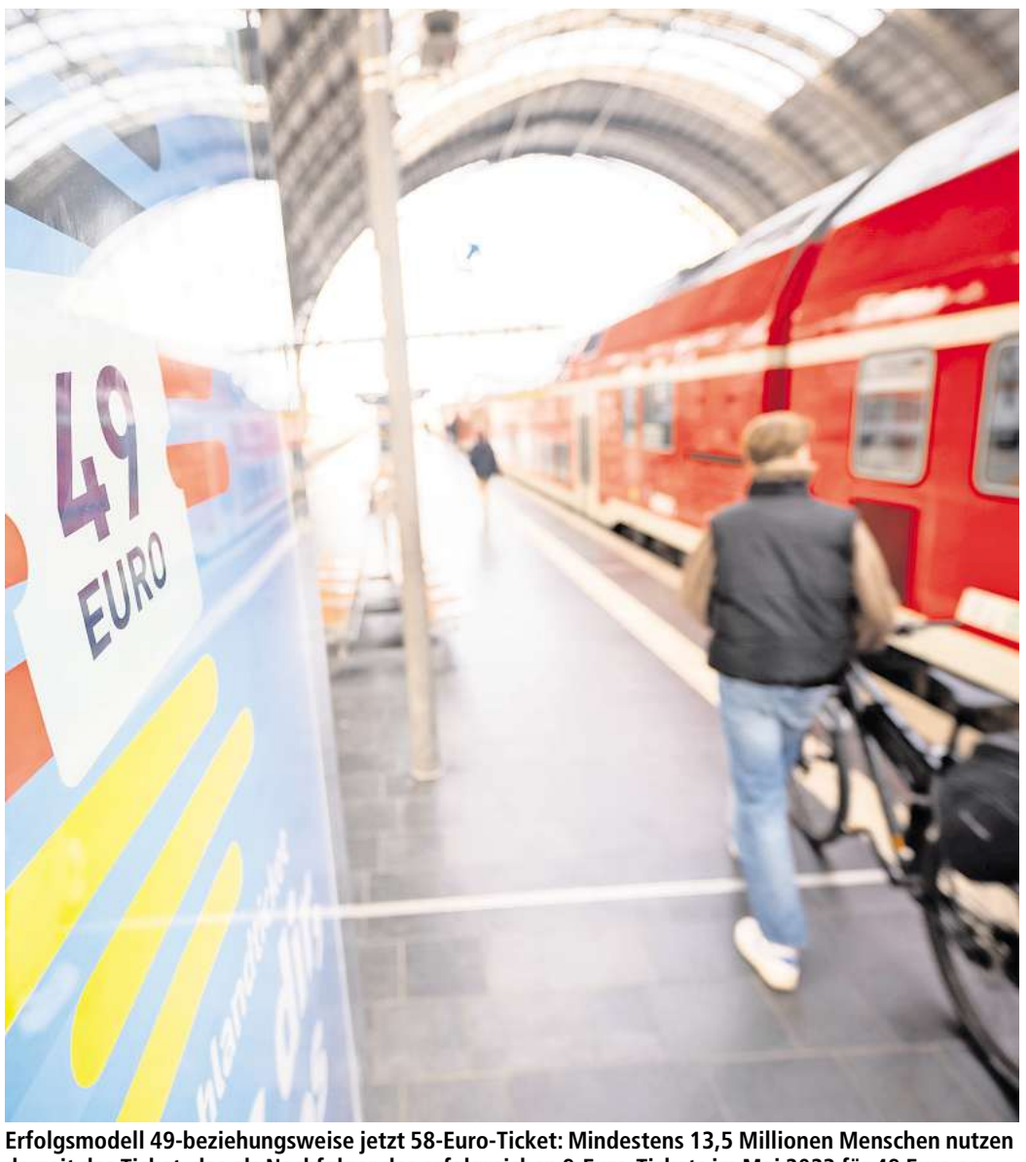
Maßgeblich aus der Taufe gehoben hat es der scheidende Verkehrsminister Volker Wissing (parteilos). Das geschah gegen den Widerstand der Verkehrsunternehmen, die Einkommenseinbußen beklagten, und nach langem Ringen zwischen Bund und Ländern über die Finanzierung des Projekts. Schließlich einigte man sich – zunächst befristet bis 2025 – darauf, dass jeweils 1,5 Milliarden Euro pro Jahr von Bund und Ländern fließen sollten. Wissing sieht das Ticket mit Blick auf die Bahn auch als Digitalisierungsoffensive. „Es ist der größte Modernisierungsschub der letzten Jahrzehnte“, sagte er dem RND im März.

Eine Übersichtsstudie aller bisherigen Erhebungen zum D-Ticket, der Ariadne-Report des Potsdam-Instituts für Klimafolgenforschung, kommt zudem zu dem Schluss: Auch für die Umwelt ist das Ticket ein Erfolg. Statt zu Mehrverkehr hat es dazu geführt, dass Menschen öfter vom Auto auf den ÖPNV umstiegen: 12 bis 16 Prozent aller Fahrten mit dem Deutschlandticket sind der Studienlage nach Fahrten, die vom Pkw verlagert wurden. Vor allem Menschen, die den öffentlichen Nahverkehr vorher nur selten nutzten, taten das nun häufiger. Das Ergebnis: Bis zu 6,5 Millionen Tonnen $CO_2$ wurden pro Jahr eingespart.

„Mit steigenden Nutzerzahlen ist hier noch deutlich mehr möglich“, betont auch Dirk Flege, Geschäftsführer vom Bahn-Bündnis „Allianz pro Schiene“. „Wenn Arbeitgeber ihren Beschäftigten standardmäßig ein Jobticket anbieten, kann das der entscheidende Anreiz sein, das eigene Auto häufiger stehenzulassen.“ Zusätzlich brauche es aber ein deutschlandweites Sozialticket, fordert Flege. „Das sollte 29 Euro kosten und aus dem Sozialetat finanziert werden“, sagt er dem RND.

> „Man sollte zum Beispiel bundesweit einheitlich regeln, ob Kinder, Hunde und Fahrräder auf dem Ticket mitfahren dürfen.“
>
> **Dirk Flege,** Geschäftsführer vom Bahn-Bündnis „Allianz pro Schiene“

Er begrüßt, dass im Koalitionsvertrag der Fortbestand des Deutschlandtickets für die nächsten Jahre zugesichert ist. Allerdings gibt es dort einen Finanzierungsvorbehalt. Und es seien mit Blick auf das Ticket noch viele Details offen, betont Flege. „Man sollte zum Beispiel bundesweit einheitlich regeln, ob Kinder, Hunde und Fahrräder auf dem Ticket mitfahren dürfen.“ Bislang wird dies von Verkehrsverbund zu Verkehrsverbund unterschiedlich gehandhabt.




**Erfolgsmodell 49-beziehungsweise jetzt 58-Euro-Ticket: Mindestens 13,5 Millionen Menschen nutzen derzeit das Ticket, das als Nachfolger des erfolgreichen 9-Euro-Tickets im Mai 2023 für 49 Euro an den Start ging.** Foto: Sebastian Gollnow/dpa