

Geniale Arbeitsteilung

Schon mal von den „Drei Schwestern“ oder einem Milpa-Beet gehört?

Diese **URALTE FORM DER MISCHKULTUR** schafft ein anderes Verständnis für naturnahes Gärtnern – mit Guter-Ernte-Garantie.

Wer Gemüse anbaut, steht in einer langen Tradition von Menschen, die ihre Erfahrungen über Generationen weitergegeben haben. Eine der ältesten und faszinierendsten Anbauformen stammt aus Mittelamerika: das Milpa-Prinzip, auch bekannt als die „Drei Schwestern“. Hier wachsen Mais, Bohnen und Kürbis nicht einfach nebeneinander, sondern in einer durchdachten Symbiose. Die Methode überzeugt mit reichen Ernten, gesunden Böden und durch die Kraft natürlicher Kooperation.

Schon vor Jahrtausenden erkannten mittelamerikanische Zivilisationen wie die Maya, dass Pflanzen im Miteinander stärker gedeihen als im Alleingang. Ihre Landwirtschaft basierte auf der Milpa – einem Konzept aus der indigenen Sprache Nahuatl, das sinngemäß „nahes Feld“ bedeutet. Der ursprüngliche Gedanke: In unmittelbarer Nähe sollte ein Feld liegen, das verlässlich Nahrung spendet. Auch in heutigen Gärten ist diese Methode ein echter Gewinn, da sie lebendige Kulturgeschichte mit praktischer Gartenintelligenz vereint. Wer ein Milpa-Beet anlegt, knüpft an uraltes Wissen an und entdeckt, wie Vielfalt und Zusammenarbeit zu reichhaltigen Ergebnissen führen können.

Im Milpa-System übernimmt jede der drei Schwestern ihre eigene Aufgabe. Der Mais bildet das Rückgrat des Beetes: Seine hohen Stängel dienen den Bohnen als natürliche Rankhilfe. Diese wiederum reichern den Boden mit Stickstoff an. In Sym-

biose mit Knöllchenbakterien binden sie ihn aus der Luft und verbessern so dauerhaft die Bodenfruchtbarkeit. Die dritte Schwester, der Kürbis, breitet ihre großen Blätter am Boden aus und schützt die Erde vor Austrocknung, unterdrückt Unkraut und beugt Erosion vor. So entsteht ein fein abgestimmtes Ökosystem, in dem sich die Pflanzen gegenseitig stützen und schützen. Eine einfache, aber geniale Arbeitsteilung – und eine der nachhaltigsten Polykulturen überhaupt.

Das Milpa-Prinzip ist aber mehr als ein ausgeklügelter Pflanzplan. Es verkörpert ein Kreislaufsystem, das Böden fruchtbar erhält, Nährstoffe schon und stabile Erträge ermöglicht – ganz ohne Kunstdünger. Zugleich beruht es auf einem Weltverständnis, das Kooperation statt Konkurrenz betont und die Verbundenheit mit der Natur ins Zentrum stellt. Für viele indigene Gemeinschaften war die Pflanzung der drei Schwestern nicht nur Grundlage ihrer Ernährung, sondern auch integraler Bestandteil von Mythen und Ritualen. Wer sich heute daran orientiert, entdeckt daher nicht bloß eine bewährte Methode nachhaltigen Gärtnerns, sondern knüpft an eine jahrtausendealte Kulturgeschichte an, die das Miteinander von Mensch und Natur feiert.

Trotz der Vielfalt im Beet braucht der Anbau der drei Schwestern keine großen Flächen: Das Milpa-Prinzip funktioniert bereits auf rund 1,5 mal 1,5 Metern – in angepasster Form



sogar im Hochbeet oder in großen Kübeln. Entscheidend sind ein warmer Standort, humoser Boden und eine regelmäßige Nährstoffzufuhr. Für kleinere Flächen empfiehlt es sich, kompakte Sorten zu wählen, etwa niedrig wachsenden Zuckermais mit kleinen Kolben, schwach rankende Bohnen sowie Mini- oder Buschkürbisse.

Wer gern experimentiert, kann das klassische Konzept erweitern, zum Beispiel mit Sonnenblumen als Schattenspendender, Ringelblumen zur Insektenförderung oder Amaranth als zusätzliche Nutzpflanze.

So entsteht ein ästhetisch abwechslungsreiches, ökologisch stabiles und beinahe selbstregulierendes Beet ganz

nach dem Prinzip der Kooperation.

Das Milpa- oder Drei-Schwester-Beet lässt sich in wenigen Schritten selbst anlegen:

Beet vorbereiten: Im Frühjahr den Boden etwas lockern und mit Kompost anreichern. Auf einer Fläche von etwa 1,5

mal 1,5 Metern finden etwa neun Maispflanzen Platz. Diese sollten etwa 50 Zentimeter Abstand haben, damit sich die Wurzeln gut entwickeln können.

Mais startet im Mai: Der Mais braucht einen kleinen Vorsprung vor seinen Schwestern. Am besten wird er bei Raumtemperatur vorgezogen und

Ideal in einem Beet: Hinter den „Drei Schwestern“ verstecken sich die drei Gemüsepflanzen Mais, Bohnen und Kürbis.

MONTAGE: PATAN/RND; FOTO: WILDLIFE/PICTURE ALLIANCE

nach den letzten Frösten ins Beet gesetzt. Sobald die Pflanzen etwa 15 bis 20 Zentimeter hoch sind, kommen Bohnen und Kürbis hinzu.

Bohnen und Kürbis ergänzen: Die Bohnen nun zwischen die Maispflanzen stecken – pro Maispflanze genügen ein bis zwei Samen. Am Beetrand oder in den Ecken folgen ein bis zwei Kürbispflanzen, die sich später im Beet ausbreiten dürfen.

Mit dieser Beetgemeinschaft ist das Milpa-Grundgerüst komplett. Wer regelmäßig gießt und den Boden mit Rasenschnitt oder Stroh mulcht, erhält die Bodengesundheit und fördert das Bodenleben. Ab August bis in den Herbst hinein darf dann geerntet werden.

Vielleicht liegt genau darin die größte Inspiration für unsere Zeit: Die Milpa erinnert daran, dass nachhaltiges Gärtnern nicht zwangsläufig neue Methoden braucht, sondern manchmal nur die Wiederentdeckung eines Wissens, das sich über Jahrtausende bewährt hat.

Sieben Stauden für Schmetterlinge

Welche Pflanzen locken Falter in den Garten? Diese sieben bieten reichlich Nahrung – und verschönern nebenbei das Beet.



Mehr als Unkraut: Brennnesseln sind eine wichtige Nahrungsquelle für Admiral-Raupen.
Foto: Carmen Jaspersen/dpa

Sie lieben Schmetterlinge im Garten? Mit der Wahl der richtigen Pflanzen können Sie nachhelfen. Wer über weite Teile der Saison auf passende Stauden oder Kübelpflanzen setzt, kann dazu beitragen, Schmetterlinge regelmäßig mit Nahrung zu versorgen. Was eignet sich? Das Grüne Medienhaus nennt eine Auswahl.

Weißer Fetthenne: Sie ist unverzichtbar für den Apollofalter – seine Raupen fressen ihre Blätter. Doch auch andere Fetthennenarten lohnen sich im Garten. Zur Blütezeit dienen sie etwa Admiral oder Kleinem Fuchs als Nahrungsquelle.

Wiesen-Flockenblume: Ihre Blüten ziehen ebenfalls verschiedene Gäste an. Nicht nur der ausgewachsene Apollofalter nutzt ihren Nektar, auch von vielen anderen Tagfaltern wird sie angefliegen.

Große Brennnessel: Wer Schmetterlinge im Garten haben will, braucht sowohl mit Nektar gefüllte Blüten für ausgewachsene Falter als auch Blätter, die als Raupennahrung dienen. Die Rau-

pen von Tagpfauenauge, Admiral, Landkärtchen oder Kleinem Fuchs ernähren sich vorwiegend von Brennnesselblättern. Extra anpflanzen muss man sie in der Regel nicht, denn oft wächst die Pflanze ohnehin im Garten. Dann heißt es eher: Dort, wo Brennnesseln nicht stören, können sie stehenbleiben – etwa in einer wilden Ecke am Kompost.

Blut-Weiderich: Mit seinen rosa Blüten ist der Blut-Weiderich nicht nur hübsch anzusehen. Er dient als Raupennahrung für den Faulbaum-Bläuling und lockt zur Blütezeit im Hochsommer Weißlinge wie den Zitronenfalter an. Besonders gut macht er sich an Teichrändern oder als Blickfang im Beet.

Wasserdost oder Herbst-Aster: Wenn viele Pflanzen schon verblüht sind, haben Wasserdost und Herbst-Aster ihren großen Auftritt. Ihre späten Blüten liefern wichtigen Nektar für Schmetterlinge, die als ausgewachsene Falter überwintern. Gerade zum Saisonende sind solche Pflanzen entscheidend.

Gewöhnlicher Dost: Er ist ein regelrechter Schmetterlingsmagnet. Viele Arten nutzen ihn als Nahrungsquelle, darunter auch Augenfalter wie Großes Ochsenauge oder Bläulinge. Zusammen mit Kräutern wie Thymian, Lavendel, Rosmarin und Bohnenkraut entsteht ein duftendes Kräuterbeet in der Sonne, das wenig Wasser braucht und Schmetterlinge anzieht.

Fenchel: Er erfüllt gleich mehrere Funktionen – seine Blätter dienen den Raupen des Schwalbenschwanzes als Nahrung. Den Falter sieht man hingegen an Disteln, Skabiosen oder am Natterkopf. Auch Fenchelblüten locken Insekten an – allerdings eher Wildbienen, Käfer und Fliegen als Schmetterlinge.

Jungenaktionscamp mit LARP: In der Rolle von Kämpfern & Magiern

LAATZEN. Mut, Kreativität und Teamgeist sind gefragt: Für 12. bis 14. Juni lädt das Kinder- und Jugendbüro der Stadt Laatzen zum Jungenaktionscamp auf den Jugendzeltplatz Eltze bei Uetze ein. In diesem Jahr steht alles unter dem Motto LARP – Live Action Role Play. Die Teilnehmer schlüpfen in die Rolle von Kämpfern oder Magiern. Erwartet werden rund 80 Jungen aus der gesamten Region Hannover. Organisiert wird das Camp vom Jungenarbeitskreis der Region Hannover. Die Stadt

Laatzen beteiligt sich wie in den vergangenen Jahren mit einer eigenen Gruppe.


Die Teilnahme kostet 45 Euro und beinhaltet die Anreise, die Übernachtung in Zelten, die Verpflegung sowie das gesamte Programm. Anmeldeschluss ist Mittwoch, der 27. Mai. Weitere Informationen und die Anmeldeunterlagen sind unter Telefon (0511) 82059404 oder per E-Mail an kinderundjugendbuero@laatzen.de erhältlich. Die Unterlagen stehen außerdem online auf www.kijub-laaten.de zur Verfügung.

Offene Pforte in Reden

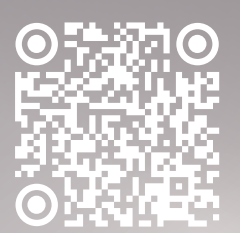
REDEN. Im Rahmen der Veranstaltungsserie „Offene Pforte“ öffnet Familie Wohltatz am Sonntag, 14. Juni, in der Zeit von 14 bis 17 Uhr die Türen zu ihrem Garten an der Dorfstraße 1 in Pattensens Ortsteil Reden.

Die Betreibenden möchten allen Interessierten vor Ort zeigen, was alles möglich ist, wenn ein Garten naturnah gestaltet wird. Es könne zu einem riesigen Netzwerk für Biodiversität werden.


Der BUND bietet eine Broschüre zum Download unter bund-region-hannover.de an.



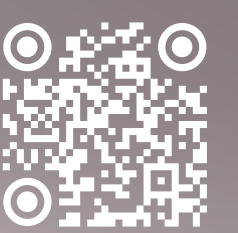
-46%*



40 x



-40%*



30 x

JUNGE GEBRAUCHTE IM AKTIONSANGEBOT

Sofort verfügbar · Unterschiedliche Varianten
Verschiedene Ausstattungen · Gebrauchtwagen Finanzierung

FORD FOCUS TURNIER
ab **22.912 €**
166 €

Beispielfinanzierung mtl.

Beispielfahrzeug
Ford Focus Turnier 1.0 EcoBoost Hybrid Aut. ST-LINE X
155 PS / 114 KW | Automatik | Benzin
Erstzulassung 12/24 | abgelesener Kilometerstand 9946

UPE* 42.800 €
Preisvorteil* 19.888 €

Beispiel-Finanzierungsangebot für Verbraucher¹

Gebrauchtwagen Barzahlungspreis ¹	22.912,00 €
Laufzeit in Monaten	60
Effektiver Jahreszins	4,99 %
Sollzins (p.a. fest für die gesamte Laufzeit)	4,88 %
Anzahlung	5.660,00 €
Schlussrate	10.753,59 €
Anzahl der Raten insgesamt:	60
Nettodarlehensbetrag	17.252,00 €
Zu zahlender Gesamtbetrag	20.713,59 €
Monatliche Rate	166,00 €

Sofort verfügbar · Unterschiedliche Varianten
Verschiedene Ausstattungen · Limitiertes Angebot

VOLVO XC60 AWD CORE
ab **36.612 €**
222 €

Beispielfinanzierung mtl.

Beispielfahrzeug
Volvo XC60 B5 B AWD Core
250 PS / 184 KW | Automatik | Allrad | Benzin
Erstzulassung 9/24 | abgelesener Kilometerstand 13088

UPE* 61.500 €
Preisvorteil* 24.888 €

Beispiel-Finanzierungsangebot für Verbraucher¹

Gebrauchtwagen Barzahlungspreis ¹	36.612,00 €
Laufzeit in Monaten	60
Effektiver Jahreszins	4,99 %
Sollzins (p.a. fest für die gesamte Laufzeit)	4,88 %
Anzahlung	9.990,00 €
Schlussrate	18.898,53 €
Anzahl der Raten insgesamt:	60
Nettodarlehensbetrag	26.613,00 €
Zu zahlender Gesamtbetrag	32.218,53 €
Monatliche Rate	222,00 €

¹ Repräsentatives Beispiel gemäß § 17 Abs. 4 PAngV. Bonität vorausgesetzt. Ein Finanzierungsangebot der Bank Deutsches Kraftfahrzeuggewerbe GmbH, Fuhsbüttler Straße 437, 22309 Hamburg, für die die Autohaus Hentschel GmbH, Vahrenwalder Str. 141, 30165 Hannover als Darlehensvermittler tätig sind in Kooperation mit Emil Frey Finanzdienstleistungen.



Emil Frey Autohaus Hentschel

Emil Frey Autohaus Hentschel | Vahrenwalder Straße 141 | 30165 Hannover | +49 (0) 511 3525-0 | info@autohaus-hentschel.de
Emil Frey Autohaus Hentschel | Daimlerring 12 | 31135 Hildesheim | +49 (0) 5121 747-0 | info-hildesheim@autohaus-hentschel.de
Emil Frey Autohaus Süd Magdeburg | Halberstädter Chaussee 200 | 39116 Magdeburg | +49 (0) 391 6233-0 | info@fordsued.de

* Unverbindliche Preisempfehlung bzw. Preisvorteil ggü. der UPE des Herstellers am Tag der Erstzulassung. Fahrzeugabbildungen können Sonderausstattungen zeigen oder von erhältlichen Modellen abweichen.