

BÄRBEL OFTRING

KOSMOS



& MATSCH MÖHREN

**MIT KINDERN DEN
GARTEN ENTDECKEN**

BÄRBEL OFTRING

& MATSCH MÖHREN

**MIT KINDERN DEN
GARTEN ENTDECKEN**

KOSMOS

7 Unser Garten - ist Teil der Natur

- 8 Meine persönliche Sicht:
Kind sein im Garten
- 15 Rundgang durch den Garten
- 17 Nachhaltig gärtnern

23 Boden - die lebendige Basis

- 24 Meine persönliche Sicht:
Gut geerdet
- 31 Der Boden lebt
- 38 Was macht der Regenwurm?
- 39 **DIY:** Regenwurm-Beobachtungs-
station
- 40 Gut für den Boden sorgen

47 Pflanzen - machen den Garten bunt

- 48 Meine persönliche Sicht:
Pflanzen wachsen
- 54 Wie startet aus Samen Leben?
- 56 **DIY:** Samen aussäen geht kinderleicht
- 58 Pflanzenbedürfnisse erkennen
- 61 Obst, Gemüse & Kräuter
- 65 **Rezepte:** Leckerer aus Gemüse
- 68 **Rezepte:** Leckerer aus Kräutern
- 72 **Rezepte:** „Medizin“ selbst gemacht
- 75 **Rezepte:** Leckerer aus Früchten
- 77 Blumen, Bäume & Sträucher
- 82 **DIY:** Blumenampel knoten
- 83 **DIY:** Frühlings-Zwiebelblumentopf
- 88 **Rezepte:** Leckere Wildfrüchte

INHALT

91 Tiere - bringen Bewegung in den Garten

- 92 Meine persönliche Sicht:
Tiere öffnen unser Herz
- 99 Den Tieren auf der Spur
- 100 Gartenvögel kennenlernen
- 102 Was wünschen sich Vögel im Garten?
- 104 **DIY:** Für Vögel bauen:
Nistkasten & Vogel-Imbiss
- 106 Kleine Insekten-Forscher
- 109 Das wünschen sich Insekten im Garten
- 110 **DIY:** Bauen für Insekten
- 112 Gärtnern für Igel & Co.
- 114 **DIY:** Eichhörnchen-Nussbox

117 Menschen - erleben pure Freude im Garten

- 118 Meine persönliche Sicht:
Die Welt im Garten
- 125 Im Gleichgewicht
- 129 **DIY:** Windspiel bauen
- 136 **DIY:** Im Wörter-Garten

140 Register



»Die Sonne scheint
nicht nur für die
Bäume und Blumen,
sondern zur Freude
aller auf der Erde.«

Henry Ward Beecher

Und so freuen
wir uns über all das,
was wächst
und gedeiht und lebt
im Garten -
und geben diese
Freude weiter an alle
Kinder dieser Erde,
Tag für Tag.



A close-up photograph of several white lily flowers in full bloom. The petals are large and trumpet-shaped, with prominent stamens and a central pistil. The flowers are set against a dark, blurred background, with green leaves and stems visible. The text is overlaid in the lower half of the image.

**UNSER
GARTEN —
IST TEIL
DER NATUR**

Kind sein im Garten

Meine persönliche Sicht

Glücklich kann sich schätzen, wer einen Garten hat. Ein Fleckchen Land, das er so gestalten kann, wie es ihm gefällt. Mit Bäumen, Sträuchern und Blumen, die er mag, mit Himbeerbüschen, Kräuter- und Gemüsebeeten, mit Rosen, einem kleinen Sitzplatz und vielleicht sogar einem Teich.

Glücklich kann sich schätzen, wer als Kind in einem Garten groß wird. Ein Fleckchen Erde, und sei es noch so klein, in dem die Welt heil ist. Mit Sand, Matsch und Weidenruten zum Bauen, mit Möhren, Tomaten und Erdbeeren zum Naschen, mit einem Baum als Freund und zum Klettern.

VATERS GARTEN

Ich hatte solch ein Glück. In meiner Kindheit gab es zwei Gärten. Da war der Garten meiner Eltern, 500 qm groß um unser Haus, das mein Vater geplant und mein Opa gebaut hat. Wir sind eingezogen, als ich vier war. Das Haus lag in der letzten Straße eines Neubaugebiets, danach begannen Felder mit Getreide und Zuckerrüben. Am Ende eines schier unendlich langen Feldwegs erreichte man dann endlich einen Hang mit Wiesen und Weinreben, der im Winter zum perfekten Rodelberg wurde.

Mein Vater hat unseren Garten angelegt, er war derjenige, der darin schaltete und waltete – mein Vater war herzensgut, aber mit preußischem Ordnungssinn, alles musste akkurat sein, auch der Garten und jedes noch so kleinste Kräutlein durfte nur so wachsen, wie mein Vater es wollte. Eine Spiere war mein Lieblingsstrauch – wegen der kleinen schneeweißen Blütenbüschel. Gern bin ich mit meinen Händen über ihre feinen Äste gefahren und habe mich an ihr gefreut, sie wuchs im selben Tempo wie ich. Wenn sie blühte, dann ganz allein für mich – ich habe sie dann jeden Tag besucht. Und wenn er verblüht war, geriet mein Strauch in Vergessenheit, ein Jahr lang fiel er in einen Dornröschenschlaf.

Anfangs gab es im hinteren Teil des Gartens noch eine Reihe Gemüsebeete, doch bald blieb davon nur

eine Ecke übrig mit einer Reihe Kräutern und Rhabarber. Dort standen jedes Jahr auch mindestens zehn Tomatenpflanzen an steifen Stützen, und weil mein Vater in jedes Pflanzloch einen Pferdeapfel legte, konnten wir überreichlich Tomaten ernten. Bis weit in den Herbst hinein lagen grüne Tomaten zum Nachreifen auf unserer Fensterbank. Aus dieser Zeit ist meine Liebe für Tomaten geblieben, ich könnte sie jeden Tag essen und wäre ihnen nie überdrüssig. Jeden Samstag verbrachte mein Vater Unkraut jätend im Garten mit langstieliger Gartenharke und schwarzem Eimer, immer wieder seinen schmerzenden Rücken abstützend – dann machte ich einen großen Bogen um ihn: Unkrautjäten habe ich nicht nur gehasst, ich fand es auch völlig unnötig.

WAS BLEIBT?

Obwohl der Garten meiner Eltern eigentlich nicht gemacht war für Kinder, war ich dennoch froh, dass es ihn gab: Dort und vor allem in den angrenzenden Feldern, Hecken und Weinbergen, in der nahen Fluss- und Baggerseenlandschaft und den Wäldern entwickelte sich meine Liebe zur Natur, spürte ich, wie nah mir die Tiere waren, wie wohl ich mich inmitten der Gebüsche fühlte und wie vertraut mir Wald und Fluss waren. Dort war mein zweites Zuhause. Und so wusste ich schon sehr früh, dass ich Biologin werden will. Ich erinnere mich an meine erste Klassenfahrt in der 6. Klasse, Marburg war das Ziel. Irgendwie ging es in unserer Klasse darum, wer was werden will – für mich war das damals schon ganz klar.

Im Garten meiner Eltern brüteten viele Vögel in den dichten Büschen und der Krone der tiefrotten Buche, Schmetterlinge besuchten die *Buddleja*-Blüten und Bienen die Rosen. Weil die Felder so nah waren, zog es mich oft dorthin, vom Himmel hoch sangen die Feldlerchen und es gab so viele Rebhühner, Fasane, Karnickel, Stare, Krähen. Einmal fand ich den knöchigen Schädel eines Kaninchens, immer wieder auch tote Mäuse, Vögel, Eidechsen, Heuschrecken,



Unsere Tomatenernte fiel jedes Jahr prächtig aus, denn mein Vater gab beim Setzen der Jungpflanzen in jedes Pflanzloch einen Pferdeapfel.

alles nahm ich mit. Im Garten markierte ein heller, ovaler Stein unter einer Konifere ein Grab: Dort begrub ich sie.

DER GARTEN MEINER OMA ...

... war ganz anders. Er lag am Stadtrand, ein langer Streifen zwischen Straße und Bahntrasse, ohne Zaun und ohne Tor – aber jeder wusste, wem dieser Garten gehört. Ich war nicht oft dort, denn es war ein reiner Nutzgarten mit Obstbäumen – Äpfeln, Mirabellen, Kirschen, Zwetschgen –, Büschen mit roten und schwarzen Johannisbeeren, Himbeeren, Stachelbeeren, Bohnen an langen Stangen, Reihen von Kohlrabi, Möhren, Erbsen, Zwiebeln, Gurken. Dort hielt ich mich gerne auf. Die schmalen Wege waren dicht mit Gras und Blumen bewachsen, die die nackten Beine kitzelten, kein Rasenmäher kam zum Einsatz und das Unkraut wurde nur so weit entfernt, dass

es nicht die Büsche und Gemüse überwucherte. Beim Ernten half ich gern – in Körben pflückte ich naschend Johannisbeeren, Mirabellen und Kirschen. Wie oft habe ich mich an den Stacheln gepekst, um an die überreifen roten Stachelbeeren zu gelangen. Wenn die Körbe voll waren, trug ich sie zu meiner Oma und half ihr in der Küche – italienische Klapprollläden hielten die Sonnenstrahlen draußen, doch heiß war es trotzdem und auf Wespen musste man aufpassen – beim Entsaften, Gelee und Marmelade kochen, beim Einmachen von Obst, Gurken und Bohnen. Oma zog mir ihre Schürze über, wenn ich die Kirschen mit einer

gebogenen Haarnadel entkernte. Ich denke gern an diese Stunden zurück, die in meiner Erinnerung in flirrend-funkelndes Sommerlicht getaucht sind, nach Erdbeermarmelade duften und voller summender Insekten sind. Je älter ich werde, umso mehr erfüllen

mich diese Erinnerungen mit Freude. Dann spüre ich, dass das wahr ist: Schaffe dir schöne Erlebnisse in deinem Leben, auf die du, wenn du älter wirst, gern zurückblickst und sie noch einmal genießt.

WAS BLEIBT?

Kinder lieben es, wenn sie mit Erwachsenen zusammen etwas tun, wenn sie teilhaben können an der Arbeit der Großen – und noch herrlicher ist es, wenn dabei auch noch etwas entsteht: aus Obst Konfitüre, Saft oder Kuchen. Ganz nebenbei erfahren Kinder, woher Gemüse, Kräuter und Früchte kommen, wie sie wachsen, wann man sie ernten kann und welche Teile essbar sind, was man daraus zubereitet – auch, dass Schnecken Salat lieber mögen als Rucola, in dessen Blätter aber Erdflöhe kleine Löchlein wie Perforationen hineinbeißen. Und sie lernen noch mehr: mit Werkzeugen umzugehen, mit dem Messer beim

Schneiden, der Waage beim Wiegen oder dem Kochlöffel beim Rühren. Vielleicht mögen Ihre Kinder manche Gemüse auf einmal lieber als zuvor, weil sie sie selbst geerntet und zubereitet haben.

Garten muss auch nicht täglich sein. Wer keinen eigenen Garten hat, hat vielleicht Großeltern oder Verwandte mit einem Stückchen Grün. Suchen Sie einen Flecken auf, an dem Sie und Ihre Kinder so was wie Garten erleben können. Verbringen Sie dort mit Ihren Kindern immer wieder Nachmittage, Wochenenden oder Ferienvochen. Wenn gesät wird, morgens früh gegossen oder geerntet, dann sind das eindruckliche Erlebnisse für Kinder: Lassen Sie sie dabei helfen, auch beim



Erdbeeren, im eigenen Garten angebaut und geerntet, duften und schmecken so wie sie aussehen, nach Erdbeeren.

Verarbeiten des Ernteguts in der Küche. Im Herbst sehe ich auf den Obstwiesen so viele Äpfel in den Baumkronen, die nicht geerntet werden. Bieten Sie den Eigentümern an, mit den Kindern die Äpfel für Apfelsaft oder Apfelchips zu pflücken.



Ist der Apfel schon erntereif? Etwas in die Höhe lupfen und leicht drehen: Löst sich der Stiel vom Zweig, ist der Apfel reif.

Solche Zeiten heben sich vom Alltag ab und bleiben stark in der Erinnerung. Muten Sie Ihren Kindern ruhig auch etwas zu, und sei es, dass es nun halt mal eine Woche ohne Internet und WhatsApp gehen muss. Diese digitalfreien Zeiten werden Ihre Kinder einmal sehr zu schätzen wissen und sich gern daran erinnern, vielleicht sogar mit einer Spur Sehnsucht.

DER APFELBAUM MEINER GROSSELTERN ... FÜR MEINE KINDER

In unserem Garten steht ein alter Apfelbaum. Er wurde gepflanzt, als die Großeltern noch klein waren – ein Familienbaum. Und er blieb stehen, als das durch den Krieg baufällig gewordene Haus abgerissen und durch unser Holzständerhaus ersetzt wurde.

Der Apfelbaum ist der Mittelpunkt des Gartens, seine ausladende Krone spendet im Sommer herrlichen Schatten, in dem die Kinder zunächst in einem Plastikwännchen, später in einem aufblasbaren Planschbecken badeten. In seinem Astwerk entstand auf einer Plattform aus Brettern ein Baumhaus, eine wackelige Strickleiter führte hinauf und wurde sofort eingezogen, wenn die Kinder dort oben für sich sein wollten. Wir verwirklichten noch einen weiteren Wunsch unserer Kinder: Zum Küchenfenster spannten wir einen Seilzug, abgesehen von den Wäscheleinenkonstruktionen in den engen Gässchen Italiens. Ein Körbchen hing daran und brachte Wunschzettel vom Baumhaus in die Küche und Limonade, Obst und Kekse zurück ins Baumhaus.

Die Rasenfläche mit Gänseblümchen, Weißklee und Thymian wurde oft stark strapaziert, denn beide Kinder spielten Fußball. Auch die Himbeerbüsche nahmen es klaglos hin, wenn wieder ein Ball das Tor verfehlte. Bei Geburtstagen kam die Wäschspinne zum Einsatz: Oben und bis auf einen kleinen Eingang an

den Seiten dicht mit Decken zugehängt, wurde sie zum Zirkuszelt, zum Indianertipi, zur Zauberermange, zum Kaufmannsladen.

WAS BLEIBT?

Das sind so viele schöne, lebendige Erinnerungen, die weiter wachsen können und ein ganzes Leben lang bleiben, egal, was passiert – das erste Zelten im Garten, die kleinen Kinder erst mutig, doch dann sollte doch lieber der Papa auch draußen schlafen. Frische Himbeeren pflücken am Morgen, der Besuch von Nachbars Jungen spontan und unangemeldet, auch ein Wespenstich beim Laufen durch die blühende Rasenfläche.

Der Garten lebt, zeigt sich jeden Tag in einem etwas anderen Gesicht und wächst mit den Bewohnern, den Kindern. Auf ganz natürliche Weise verändert er sich im Lauf des Jahres und im Lauf der Jahre, ganz still und leise und selbstverständlich. Die Pflanzen, die Tiere, sie sind wie sie sind. Das zu erleben tut den

Kindern gut, auch den Großen. Und wenn man so im Garten groß wird, dann spürt man, was sich Gärtner ja gern zuflüstern: Gärtner sind glücklichere Menschen.

Bieten Sie Ihren Kindern im Garten einen Platz an, an dem sie sich ungezwungen und frei bewegen können. Schon mit dem ersten Schritt raus aus dem Haus auf die Terrasse und in das kühle Grün betreten sie einen Teil der Natur, verbinden sich automatisch mit der Natur. Der Garten ist auch ein Erlebnis-

raum, in dem die Kinder den Tieren und Pflanzen nah sein können, in dem sie den Kreislauf des Lebens von Geburt bis zum Tod erleben, in dem sie Empathie erfahren, etwa wenn eine Igelmutter mit ihren Kleinen abends die Terrasse besucht, um am Igelfutter zu naschen oder wenn ein Vogeljunges tot am Boden liegt. Und natürlich schenkt uns der Garten Nahrung, Obst, Gemüse, Kräuter.



Herumtoben und neue Kräfte sammeln, wild spielen und zur Ruhe kommen – Kindergeburtstag im Garten



Vertrauensvoll auf eigene
Weise zum Licht wach-
sen, die Gänseblümchen
machen es uns vor.



BESONDERE GARTEN-EINDRÜCKE

Der Blick durch den Bilderrahmen schenkt Ihnen neue Ansichten Ihres Gartens. Vielleicht mögen die Kinder diesen Ausschnitt malen ... oder einen anderen? Spielerisch können Sie Ihre Gartenwünsche (Pflanzen, Beete, Sitz- und Spielplätze) gemeinsam herausfinden.



»Nutze die Talente, die du hast.
Die Wälder wären sehr still,
wenn nur die begabtesten Vögel sängen.«

Henry van Dyke, 1852–1933