

Infoblatt zur Sendung
am 15. Februar 2011 im SWR *Fernsehen*

Zimmerpflanzen: dauerhafte Mitbewohner und kurzzeitige Gäste

Zimmerpflanzen gibt es in Hülle und Fülle. Grob lassen sie sich in 2 große Gruppen einteilen. Viele sind langlebig und begleiten uns bei guter Pflege jahrelang. Andere machen uns nur für kurze Zeit Freude.

Zu den ganz besonders Langlebigen gehört der Zamioculcas (*Zamioculcas zamiifolia*). Der mag es hell oder dunkel, nicht zu feucht und wächst eigentlich überall.



Für Pflanzenfreunde, die sich eindeutig als Vielgießer-Typ bezeichnen, sind das Cypergras (*Cyperus*) und die Tradeskantie (*Tradescantia*) genau die richtigen Mitbewohner.

Beide lassen sich auch wunderbar vermehren. Beim Cypergras kann man einfach die Wedel abschneiden und umgekehrt ins Wasser stellen.



Bei den Tradeskantien schneidet man die Triebspitzen ab, die dann entweder erst im Wasser bewurzelt oder gleich in Erde gesteckt werden können.

Bogenhanf (*Sansevieria*) und Geldbaum (*Crassula ovata*) sind ideal, für alle die, die das Gießen auch mal vergessen. Sie passen also wunderbar zum Wassersparer-Typ.



Für schattige Wohnungen eignen sich die Efeutute (*Epipremnum*) und der Philodendron.

Alle diese Pflanzen sind bei guter Pflege recht langlebig.

Zu den kurzzeitigen Gästen, die wir eher wie einen Blumenstrauß betrachten können, gehören viele blühende Zimmerpflanzen.



Unter den Pflanzenfreunden gibt es aber auch viele mit dem „Grünen Daumen“. Sie pflegen ein Alpenveilchen (*Cyclamen*) oder eine Gloxinie (*Sinningia*) zum Beispiel jahrelang erfolgreich.

Beide mögen es eher halbschattig, wobei es die Gloxinie warm und das Alpenveilchen kühl mag.



Das Gießen ist heikel, da die Knollen leicht faulen. Am besten in den Untersetzer gießen und das was nicht aufgesaugt wird nach einer halben Stunde entfernen.

Literatur-Tipp:

„1200 Garten- & Zimmerpflanzen“
von Martin Haberer
herausgegeben im Ulmer Verlag, 2010
Preis: 19,90 €
ISBN 978-3- 8001-5965-9
www.ulmer.de

Gartenscharentest

Wer einen Garten hat kommt zwangsläufig bei Wind und Wetter an die frische Luft. Und an körperlicher Betätigung mangelt es auch nicht. Damit es nicht zu anstrengend wird, sind die richtigen Gartengeräte hilfreich.

Gerade bei Gartenschere gibt es große Unterschiede in Qualität und Funktion und eine Gartenschere brauchen Gärtner das ganze Jahr über. Die Schere gehört definitiv zu den wichtigsten Arbeitsgeräten.



Beim Kauf einer Schere sollte man schauen wie sie in der Hand liegt, ob man Kunststoff oder Holzgriffe bevorzugt und wie die Kraftübertragung funktioniert. Gerade bei großen Astschere ist das wichtig.



Bei manchen Modellen lässt sich die Kraft durch die Verlängerung der Hebel vergrößern. Nicht unwichtig ist auch, ob sich die Schere auseinander schrauben lässt und Ersatzteile erhältlich sind.

Die richtige Schere alleine macht aber noch keinen Meister, es kommt auch auf die Technik an. Je nachdem wie das Schneidewerkzeug angesetzt wird, gelingt ein sauberer Schnitt mit möglichst wenig Kraftaufwand.



Dies geht dann besonders gut, wenn man ohne Schere möglichst senkrecht, im rechten Winkel zum Ast ansetzt.

Literatur-Tipp:

„ test Jahrbuch 2011“
herausgegeben im Verlag Stiftung Warentest, 2010
Preis: 9,80 €
ISBN 978-3- 86851-017-1
www.test.de

Pflanzen für das Bad

Gerade das Zimmer, in dem wir morgens starten und abends die letzten Minuten verbringen, sollte man mit Pflanzen noch angenehmer machen. Pflanzen schaffen im Badezimmer eine gute Atmosphäre.

Efeu (*Hedera*) beispielsweise ist sehr anspruchslos, wächst schnell und sieht dekorativ an der Wand oder auf dem Boden aus.



Entscheidend für das Gelingen der Badbegrünung ist die Lichtmenge. Im dunkleren Bad gedeihen Bromelien aus dem Dschungel beispielsweise oder das Einblatt (*Spathiphyllum*), auch viele Farnarten und grünblättriger Efeu.

Selbst Begonien und der Elefantenfuß (*Beaucarnea*) kommen prima mit weniger Licht aus.



Das Einblatt blüht von März bis Juli. Zusätzlich sorgt es für ein gutes Raumklima, indem es Schadstoffe aus der Luft filtert.

Einen Luftreinigungseffekt hat auch die Yucca. Sie liebt es allerdings sonnig.

Auch manche Orchideen benötigen recht viel Licht, vertragen aber keine direkte Sonne. Die Phalaenopsis ist ideal für's Bad, denn sie braucht Wärme und Luftfeuchtigkeit.



Literatur-Tipp:

„ Orchideen von A bis Z“
von Kerstin und Frank Röllke
herausgegeben im Gräfe und Unzer Verlag, 2007
Preis: 12,99 €
ISBN 978-3- 8338-0599-8
www.gu-online.de



Tipps von der Kräuterfrau: Die Haselnuss

Der Haselstrauch (*Coryllus avellana*) galt als Sinnbild für das Leben, den Frühling und die Unsterblichkeit. War die Haselnuss doch eine der ersten Pflanzen, die nach der Eiszeit wieder wuchsen.

Der Haselstrauch gehört zu den ersten im Jahr: Er blüht noch zu Frostzeiten und kündigt das neue Leben an.



Aus seinem Holz lassen sich herrliche Spazierstöcke fertigen, die den Wanderer auf den richtigen Weg bringen sollen.

Die Haselkätzchen wirken schweißtreibend und sind damit hilfreich bei jeder Erkältung.



Die Haselblätter wirken blutreinigend und gefäßverengend.

Die Haselnüsse beeinflussen die Blutfettwerte positiv und senken den Cholesterinspiegel. Sie enthalten sehr viel Vitamin E und Provitamin A. Damit wirken Sie unterstützend bei Herz-Kreislaufkrankungen.

Kalium, Phosphor, Eisen, Kalzium und Magnesium machen die Haselnuss zu einem richtigen Energiespender. Durch die enthaltenen B-Vitamine wirken sie als Nervennahrung und helfen dem Menschen vor allem auch in stressigen Zeiten.

REZEPT: Energiekugeln

120g gemahlene Haselnüsse und 100g festen Honig zusammenkneten und anschließend daraus kleine Kugeln formen.



In einem Glasgefäß aufbewahrt sind die Energiekugeln mehrere Wochen haltbar.

Diese Informationen unserer Kräuterfrau stammen zum größten Teil aus der Volks- und Naturheilkunde.

Es handelt sich in der Regel um überlieferte Rezepte und Erfahrungswerte und nicht immer um in wissenschaftlichen Studien der Schulmedizin erwiesene Wirkungen.

Immer wieder gibt und gab es erstaunliche Erfolge in den verschiedenen Anwendungsbereichen der Phytotherapie, deshalb möchten wir Ihnen diese Informationen nicht vorenthalten.

Sie sollen aber keinesfalls als Ersatz für professionelle Beratung und Behandlung durch einen niedergelassenen Arzt ihres Vertrauens dienen.

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr.

Für etwaige Probleme oder Schäden, die aufgrund der Anwendung unserer Rezepte und anderer Selbstbehandlung erfolgen, übernehmen wir natürlich keinerlei Haftung. Jede Selbstbehandlung erfolgt auf eigene Gefahr.

Bitte beachten Sie, dass vor allem sehr wirksame Heilpflanzen immer ziemlich genau dosiert werden sollten. Durch Überdosierung kann sich das Gute durchaus zum Schlechten wandeln und die Inhaltsstoffe können unter Umständen sogar toxisch wirken.

Steckhölzer

Im Winter, an frostfreien Tagen, ist die beste Zeit um Sträucher über Steckhölzer zu vermehren.

Äste aus dem vergangenen Jahr werden dazu in 15 bis 20 cm lange Stücke geschnitten.

Oben schneidet man gerade und unten schräg ab - so weiß man immer wo oben und wo unten war.

Geeignet sind fast alle Heckenpflanzen, Weigelien, Forsythien, Sommerflieder, Falscher Jasmin.

Die Aststücke werden – richtig herum – zu etwa 2/3 in mit Erde gefüllte Töpfe gesteckt, die dann in einer kühlen frostfreien Garage oder an einem Kellerfenster Platz finden.



Literatur-Tipp:

„Alles über Pflanzenvermehrung“
von Wolfgang und Marco Kawollek
herausgegeben im Eugen Ulmer Verlag, 2008
Preis: 29,90 €
ISBN 978-3- 8001-5421-0
www.ulmer.de

Terrarienpflanzen

Wer in ein Terrarium schaut, der versinkt quasi in einer exotischen Welt - in einem dichten Dschungel im Miniformat.

Es macht viel Spaß sich seinen kleinen Dschungel selbst zu gestalten. Als Rückwand kann man mit Silikonkleber eine Korkplatte in ein geeignetes Terrarium kleben.

Damit keine Staunässe entsteht füllt man eine Drainageschicht aus Blähton ein. Darauf kommt ein spezielles Erdgemisch, das ebenfalls für guten Wasserabzug sorgt.

Und dann kann es auch schon mit den Pflanzen losgehen. Natürlich nur mit denen, die sich in einer Welt unter Glas auch wohl fühlen.

Geeignete Pflanzen gibt es Unzählige, wer aber möchte, dass sich irgendwann auch einmal Reptilien oder Insekten im dichten Dschungel tummeln, der muss darauf achten, dass die Pflanzen frei von Pflanzenschutzmitteln sind.



Adressen:

Karsten Thiem
Im Katzentäle 3
71672 Marbach
Telefon: 07144 18 475
E-Mail: info@die-pflanzenwerkstatt.de
www.die-pflanzenwerkstatt.de

Terraristik Stammtisch Ludwigsburg
jeden 3. Freitag im Monat in Ludwigsburg-Ossweil
www.terrarium-ludwigsburg.de



Dienstag von 18.15 bis 18.45 Uhr
im SWR *Fernsehen* in Baden-Württemberg

Zuschauertelefon: 01803-92 93 33

Gärtnerische Hilfe

Wenn Sie gärtnerische Hilfe oder einen Rat benötigen oder Volker Kugel Ihren Garten zeigen möchten, dann schreiben Sie uns.

Legen Sie ein paar Fotos und eine kleine Beschreibung Ihres Gartens bei und dann kommen wir vielleicht schon bald mit einem Kamerateam bei Ihnen vorbei.

Unsere Adresse lautet:

SWR
grünzeug
70150 Stuttgart

Infoblatt

Wenn Sie unser Infoblatt anfordern möchten, dann senden Sie uns bitte einen mit 0,90 Cent frankierten und adressierten Rückumschlag zu.

Ab sofort können Sie das Infoblatt zur aktuellen und den vergangenen Grünzeug-Sendungen unter der Rubrik „Infoblatt zur Sendung“ auch online abrufen.

Diskussionsplattform

Auf unserer Homepage www.swr.de/gruenzeug finden Sie außerdem eine Diskussionsplattform.

In diesem Grünzeug-Forum haben Sie die Gelegenheit, sich mit anderen Garten-Freunden auszutauschen und Fragen zu stellen.

Wenn Sie an diesem Forum teilnehmen wollen, müssen Sie sich lediglich mit Ihrem Namen registrieren. Die Freischaltung der Anmeldung erfolgt dann über eine Mail an Ihre Mailadresse, die Sie bestätigen müssen.

