

Der eine ist Tennischampion, der andere ein Meister der Gemüsezuht. Gemeinsam planen Dominic Thiem und Wolfgang Palme ein **erstes Gemüsebeet** für den Gartenneuling. Es könnte gut sein, dass er auch in dieser Liga bald zum Profi wird.

VON UTE WOLTRON

## Wer öfter sät, hat mehr vom Beet

Wer mit Anfang 30 bereits eine Weltkarriere hinter sich hat, darf in Ruhe darüber nachdenken, was die persönliche Zukunft bringen soll. An neuen Projekten wird es nicht mangeln, und eines davon hat Dominic Thiem bereits für sich definiert. Er will einen Gemüsegarten anlegen. Noch heuer. Nicht nur, weil ihm die frischen Paradeiser, Gurken und Salate des spendablen Küchengartens seiner Großmutter seit jeher ausgezeichnet schmecken. Auch, weil ihm der gesamte Vorgang des Gemüseziehens interessiert.

Man darf davon ausgehen, dass die optimale Ernährung im Leben von Sportlern, insbesondere von Spitzensportlern, eine elementare Rolle spielt, und bei Gemüse aller Art geht es bekanntlich nicht nur um den Geschmack, sondern auch um die inhaltlichen Qualitäten. Wer seine Karotten, Radieschen, den Mangold und die Petersilie selbst anbaut und großzieht, weiß, um welche Sorten es sich handelt, in welchem Boden sie gedeihen und welcher Dünger sie füttert. Es geht aber auch um die Lust am Tun und später am Ernten, und wie man das am besten angeht, wenn man bisher aus nachvollziehbaren Gründen keine Zeit dafür gehabt hat, ergründet man idealerweise beim Österreicherischen Champion des Gemüsebaus, und der ist Wolfgang Palme.

Palme ist zum einen seit 1994 Leiter der

Abteilung Gemüsebau der HBLFA Gartenbau Schönbrunn, er hat sich zum anderen in seinen langjährigen Forschungsarbeiten und Versuchsanordnungen insbesondere mit der Vier-Jahreszeiten-Bewirtschaftung des Gemüsegartens befasst. Vom Wintergemüse können wir uns vor Ort ein Bild machen, weil wir Palme in seinem dritten Aufgabenbereich besuchen, in der City Farm im Wiener Au-

Paradeiser und Salat sind für Thiem ein Muss. Dazu passt Basilikum.

garten. Den Schaugemüsegarten hat Palme in privater Initiative seinerzeit gegründet, um auch Stadtmenschen das Gemüsegärtnern nahezubringen. Auch dem jugendlichen Nachwuchs wird hier eine Lern- und Spielwiese geboten, denn die Kinder können klassenweise über die Saison mehrere Beete bepflanzen, Gemüse und Kräuter wachsen sehen und laufend betreuen.

**Schutz der Pflanzen.** Es ist recht kalt an diesem Morgen, aber bald steht die Sonne schon hoch am klaren Himmel und beginnt

nicht nur uns, sondern auch die Riege der aus Stegplatten konstruierten bedeckten Beete zu erwärmen. Die darf man sich als flache kleine Grünhäuser vorstellen, in denen jede Menge erntereifer Pflanzen gedeihen. Sie wachsen hier bereits seit vergangenem Spätsommer und haben den Winter, zwar geschützt, aber ohne Heizung überdauert. Der wichtigste Trick des Wintergärtners sei der Schutz der Pflanzen vor der Nässe, sagt Palme, während wir die flachen Kästen der Reihe nach abdecken, weil es sonst da drinnen zu heiß wird. Nicht der Frost schadet ihnen, sondern Regen und Schnee. Zu viel Feuchtigkeit lässt sie faulen und verderben.

Wir kosten uns durch scharf-würzige Brunnenkresse, Wintersalate und die überraschend köstlichen Blütenansätze des Pak Choi, die ohnehin ausgeknipst gehören. Mit der Kunst des Wintergärtners, sagt Palme, müsse man als Neuling jedoch nicht unbedingt beginnen. Das mag der erste wichtige Grundsatz sein: Am Anfang stehen Aufzucht und Hege von ein paar wenigen, einfach zu ziehenden Pflanzen. Man darf sich in der ersten Saison nicht zu viel vornehmen, sondern sollte sich auf ein paar Lieblingsgemüsearten konzentrieren, das reicht. Eine Handvoll Erfolg ist, wenn schon nicht für den Tennisprofi, so zumindest für den angehenden Gärtner befriedigender als ein Dutzend Niederlagen.

Paradeiser beispielsweise sind für Thiem ein Muss, auch Salate. Basilikum, so mein Vorschlag, wäre dazu eine gute Unterpflanzung, und dabei fällt Palme die Frage eines neugierigen Gartenkinds

würmer und mit unzähligen weiteren, viel kleineren Bewohnern. In einer einzigen Handvoll Humus befinden sich bis zu 20 Milliarden Lebewesen. Ohne dieses unglaublich komplizierte und faszinierende Zusammenspiel von Pilzen, Algen, Bakterien, Würmern, Insekten, Spinnentieren in winziger Dimension könnte keine Pflanze wachsen. Sie bilden auf unter-

**Leben im Boden.** Deshalb erfolge zuallererst eine einfache Bodenanalyse, rät Palme: „Wie ist er beschaffen? Ist er verdichtet, ist er sandig oder krümelig?“ Die Humusschicht sei die „Haut der Erde“, meint er und sticht zu Demonstrationszwecken mit dem Spaten in ein Beet. Die Erde hier ist weder batzweich noch sandig, sondern krümelig. Sie ist dunkel wie Schokolade, was auf viel Humusgehalt deutet, und feucht ist sie auch, obwohl es nicht geregnet hat. So soll es sein.

Pflanzenwurzeln und Bodenlebewesen bilden hier eine Gemeinschaft. Ob man das Beet umstechen solle, fragt Thiem. Eben nicht! Mit dem ewigen Umgraben wird das Bodenleben gestört. „Man darf sich das wie eine unterirdische Stadt vorstellen“, so Palme, mit über 60 Arten heimischer Regen-



Dominic Thiem möchte einen Gemüsegarten anlegen. Auf dem Foto besucht er mit Ute Woltron die City Farm im Wiener Augarten. Clemens Fabry

Wurzeln der Pflanzen als Richtungsgeber. Diese wiederum geben bis zur Hälfte der durch Fotosynthese gewonnenen Zucker und Assimilationsstoffe an die Bodenlebewesen ab. Der Boden selbst ist also eine höchst lebendige Angelegenheit.

Die Grabgabel zum Lüften, ein Heindl zum Unkrautentfernen, der Rechen zum Glätten sind die Werkzeuge, die man für die Bodenbearbeitung braucht. „Damit hat man ein relativ leichtes Leben“, sagt Palme. Ob man die Erde kaufen solle, fragt Thiem. Palme ist skeptisch. Es sei jedenfalls sinnvoll, Erde dazu zu mischen, vom Maulwurfshügel auf der Wiese abgesammelt beispielsweise, um einen mineralisierteren, bindigeren Boden zu bekommen.

In das erste Beet wird Dominic Thiem im Mai also ein paar Paradeiserpflanzen setzen. Fünf ungefähr. Mit dem Pflanzchenziehen aus Samen, sagt Palme, könne er sich noch ein bisschen Zeit lassen, besser sei es, am Anfang Pflanzen zu kaufen, dabei aber auf die Sorten zu achten. Will man kleine Cocktailtomaten naschen? Oder wenige große Fleischtomaten ernten? Dazwischen kommen die Salate gesetzt, am besten Pflücksalate, wie Eichblatt oder Lollo, da hat man länger etwas davon. Bis zur Sommerhitze werden die bis dahin an Stäben hochgezogenen Paradeiserpflanzen schon stattlich sein und die Salatpflanzen beschatten, falls die erste Partie bis dahin verschmaust und eine neue gesetzt ist.

Jedoch schon vorher, allerdings erst, wenn die Temperatur in den Nächten nicht mehr unter zehn Grad fällt, kommen auch die Basilikumpflanzen in das Beet. Ob er ein Verfechter des Ausgeizens der Paradeiserpflanzen sei? „Auf jeden Fall“, rät Palme, „der Haupttrieb macht die schönsten Früchte. Einen Dschungel brauchen wir nicht, da drinnen ist es zu feucht, und es drohen Pilzkrankheiten.“

„Hat ein Hochbeet Sinn?“, fragt Thiem.

Seine Oma habe die angelegt, damit sie sich nicht dauernd bücken müsse. Grundsätzlich ist ein eingefasstes Beet angenehm, aber es muss nicht gleich ein Hochbeet sein, will man seine Paradeiser nicht mit der Leiter ernten. Und noch ein paar wichtige Tipps hat Wolfgang Palme parat: Es gibt Tabellen, die den richtigen Pflanzabstand angeben, und an diese solle man sich unbedingt halten.



Gemüsebau-Experte Wolfgang Palme. Clemens Fabry

Seiner Beobachtung nach setzen Neulinge die Pflanzen fast immer viel zu knapp und zu dicht. Und auf jeden Fall gehört der nackte Boden nach dem Bepflanzen ordentlich gemulcht, am besten mit angetrocknetem, schon leicht heutigem Grasschnitt, mit Salat- und anderen Blättern, die ohnehin beim Ernten anfallen, und das alles gleich mindestens zehn Zentimeter hoch. Die Mulchschicht verhindert die Verdunstung und schützt die Bodenlebewesen vor dem UV-Licht. Außerdem erspart sie das ewige Unkrautzupfen, weil der Mulch die Beikräuter gar nicht hochkommen lässt: „Mulchen ist das Geheimnis ökologischen Gärtnerns.“

**Grüner Daumen.** Wie es mit dem Gießen stehe, fragt Thiem: „Jeden Tag?“ Anfangs ja, sagt Palme. Man solle sein Beet jeden Tag besuchen: „Denn der Gemüsegarten ist ein Lebewesen, und mit seiner Betreuung und Beobachtung entwickelt man das richtige Gespür und den Grünen Daumen.“ Mit der Zeit lernt man immer wieder dazu, wird irgendwann einen Komposthaufen anlegen, die Vorzüge des Laubkomposts schätzen lernen und Brennnessel- und andere Jauchen zur Düngung ansetzen, aber das muss nicht alles auf einmal passieren.

Dominic Thiem ist ein guter Zuhörer und ein genauer Beobachter. Gleich beim Hereinkommen ist ihm aufgefallen, dass zwischen den Gemüsebeeten auch viele Blütenpflanzen wachsen. Ob das Absicht sei? Natürlich, denn so wie die Gemeinschaft der Winzlinge im Boden funktioniert auch die oberhalb der Erde.

Es könnte gut sein, dass Dominic Thiem und Wolfgang Palme noch das eine und andere Gespräch miteinander führen, bevor die Gartensaison - scheinbar - vorbei ist. Palme: „Wenn über den Sommer alles gutgegangen ist und du meinst, jetzt traue ich mich noch ein

bisschen mehr, dann setzt du im Herbst noch einmal Salate, die bis in den Dezember wachsen und reifen.“

Aber das sei bereits fortgeschrittenes Terrain. Cool, findet Thiem, aber ohne Glashauss? Da er aber in einer eher trockenen Gegend gärt, würde er es jedenfalls probieren. „Ich hab ja auch Hilfe von der Oma, wir können das gemeinsam machen. Ein Weihnachtessen aus dem Garten wäre jedenfalls sensationell.“

### ZUR PERSON

Wolfgang Palme ist ein renommierter Gartenbauexperte mit Schwerpunkt Gemüsebau. Nach dem Studium der Agrarwissenschaften an der Boku Wien ist er seit 1994 Leiter der Abteilung Gemüsebau der HBLFA Gartenbau Schönbrunn. Neben seiner wissenschaftlichen Tätigkeit engagiert sich Palme für die Förderung des **urbanen Gärtnerns**. In der City Farm im Augarten will er Kindern und Erwachsenen mitten in Wien die Freude am Gärtnern vermitteln.

## CURA DOMO

ANZEIGE

**Kurzzeitbetreuung & Stundenpakete.** 24-Stunden-Betreuung GmbH bietet flexible Unterstützung für verschiedenste Lebenslagen.

## Der Bedarf an flexibler Betreuung steigt

Cura domo hat es sich zur Aufgabe gemacht, Familien in den eigenen vier Wänden mit Betreuungsbedarf als zuverlässiger Partner zur Seite zu stehen. Mit flexiblen Betreuungsoptionen, die auf individuelle Lebenslagen angepasst sind, wird das Wohlbefinden der Betroffenen in den Mittelpunkt gerückt. So wird ein selbstbestimmtes Leben trotz bestimmter Einschränkungen und erforderlicher Unterstützung für viele Menschen Realität.

Gerade, wenn unerwartete Ereignisse eintreten, ist es oft notwendig, rasch zu handeln und Unterstützung zu suchen. Hier kommt die cura domo Kurzzeitbetreuung ins Spiel. Diese individuelle Betreuungslösung richtet sich besonders an betreuende Angehörige und Menschen, die nach einem Krankenhausaufenthalt schnelle Hilfe benötigen. Mit einem Zeitraum von bis zu drei Wochen bietet cura domo eine wertvolle Entlastung, die es den Angehörigen ermöglicht, sich eine wohlverdiente Auszeit zu nehmen und den zu Betreuenden die Möglichkeit gibt, sich in den eigenen vier Wänden zu erholen.

Die Kurzzeitbetreuung zeichnet sich durch ihre Flexibilität und den schnellen Betreuungsstart aus. Egal, ob als Urlaubsvertretung für pflegende Angehörige oder als erster Schritt in die 24-Stunden-Betreuung - die Möglichkeit, in kurzer Zeit Unterstützung zu erhalten, ist für viele Familien von enormer Bedeutung. Das Expertenteam von



Unerwartete Ereignisse erfordern oft rasches Handeln. Cura domo bietet individuelle Betreuungspakete, auch in Form von Kurzzeitbetreuung bis zu drei Wochen für betreuende Angehörige oder einem Krankenhausaufenthalt an.

cura domo, bestehend aus Regionalleitern und österreichischen, diplomierten Gesundheits- und Krankenpflegepersonal, steht jederzeit beratend zur Seite. Die durchgehende 24/7-Notfallbereitschaft sorgt zusätzlich für Sicherheit.

### Speziell in Wien

In der Bundeshauptstadt hat cura domo ein spezielles Betreuungspaket eingeführt, das der steigenden Nachfrage nach Stundenbetreuung gerecht wird. Diese innovativen, flexiblen Stundenpakete bieten Familien in Wien die Möglichkeit, sich gezielt Unterstützung im Alltag zu

sichern. Ob für zwei, vier oder neun Stunden oder gleich in Form von Monatspauschalen - die Pakete sind so gestaltet, dass sie den individuellen Bedürfnissen der Klienten gerecht werden.

Gerade in der Großstadt, wo der Alltag oft hektisch ist, können die Stundenpakete von cura domo eine wertvolle Entlastung bieten. Sie sind ideal für Haushaltsangelegenheiten, die Organisation des täglichen Lebens oder für die gezielte Betreuung von Angehörigen in bestimmten Lebensphasen. So kann die Unterstützung schnell und unkompliziert bereitgestellt werden,

wenn unerwartete Herausforderungen, wie Arztbesuche oder andere Verpflichtungen, auftreten.

Ein entscheidender Vorteil dieser Stundenpakete ist die Schaffung eines beständigen Betreuungsteams aus selbstständigen Personenbetreuer:innen. Diese 1:1-Betreuung fördert nicht nur die Kontinuität und das Vertrauen, sondern gibt den Klienten auch Sicherheit, die sie jemanden an ihrer Seite haben, der ihre persönlichen Bedürfnisse bestens kennt. Solch eine vertrauensvolle Beziehung ist oft der erste Schritt zu einer umfassenderen Betreuungslösung, falls

der Gesundheitszustand der Betroffenen Veränderungen zeigt.

### Verlässlicher Partner

Seit mehr als 21 Jahren ist cura domo eine vertrauensvolle Vermittlungsagentur, die Familien in schwierigen Lebenslagen unterstützt. Mit einem klaren Fokus auf individuelle Betreuungslösungen wird im ersten Beratungsgespräch eine maßgeschneiderte Lösung erarbeitet, die auch Informationen über Kosten und Förderungen umfasst. Die sorgfältige Auswahl der Betreuer und die umfassende Bedarfserhebung sind zentrale Elemente des cura-domo-Konzepts. Die kontinuierliche Unterstützung durch das erfahrene Team vor Ort stellt sicher, dass die Klienten-Bedürfnisse im Vordergrund stehen.



### KONTAKT

cura domo 24-Stunden-Betreuung GmbH  
Telefon: +43 1 33 67 000  
(Mo. bis Fr. 8.00 bis 17.00 Uhr)  
info@curadomo.at  
www.curadomo.at

Die City Farm im Augarten hat mittlerweile eine lange Geschichte hinter sich. Sie geht auf eine private Initiative zurück, an der unter anderem Haubenkoch Johann Reisinger sowie Garten- und Umweltjournalistin Ingrid Greisenegger beteiligt waren. 2011 wurde das Projekt als gemeinnütziger Verein auf die Beine gestellt. Wolfgang Palme war ebenfalls von Beginn an eine der treibenden Kräfte. Die Idee, einen öffentlichen Stadtgemüsegarten, einen Ort der Lehre und des Austauschs für alle am Gemüsebau Interessierten, zu schaffen, wurde folgendermaßen formuliert: „Alles begann mit der Vision, die unglaubliche Vielfalt der Gemüsepflanzen, die Freude am Gärtnern und an den faszinierenden Entstehungsprozessen von Lebensmitteln möglichst vielen Menschen in der Großstadt durch eigenes Erleben zugänglich zu machen.“

**Frisch aus der Erde.** Woher sollen große wie kleine Stadtbewohner wissen, wie es sich anfühlt, eine knackige Karotte frisch aus dem Erdboden zu ziehen, wie köstlich sonnenwarme Paradeiser schmecken und wie man exotisches Gemüse wie den Neuseeländer Spinat kultiviert? Wer noch keine Er-

würmer und mit unzähligen weiteren, viel kleineren Bewohnern.

In einer einzigen Handvoll Humus befinden sich bis zu 20 Milliarden Lebewesen. Ohne dieses unglaublich komplizierte und faszinierende Zusammenspiel von Pilzen, Algen, Bakterien, Würmern, Insekten, Spinnentieren in winziger Dimension könnte keine Pflanze wachsen. Sie bilden auf unter-

Der Gemüsegarten ist ein Lebewesen, man sollte ihn jeden Tag besuchen.

schiedlichste Weise Gesellschaften, bauen organische Materie ab, schließen Mineralstoffe auf, machen den Boden für Pflanzen überhaupt erst urbar. Sie besiedeln Poren jeder Größenordnung. Die Gänge der Regenwürmer lockern den Boden bis in mehrere Meter Tiefe, belüften ihn, bewässern ihn, düngen ihn mit ihrem Kot und dienen den

## Die City Farm im Augarten

Die private Initiative von Gemüseprofis bringt mit Engagement das Wissen über die Vielfalt von Gemüse und den gekonnten Anbau in die Stadt, macht Lust auf **Urban Gardening** und die Kunst, auch im Winter Gemüse zu ernten.

VON UTE WOLTRON

fahrung hat, aber den Balkon auch als Gemüsegärtchen nutzen und sinnvoll begrünen will, findet hier alle nötigen Informationen.

Der erste Standort befand sich in der Kammermeierei Schönbrunn. Nach sechs Jahren mussten die Gartenpädagogen das schöne Areal jedoch verlassen und fanden erst nach mühsamer Suche im Augarten auf rund 4000 Quadratmetern eine neue Bleibe. Seit 2018 befindet sich der Hotspot für Gemüsebehalter, für Schulkinder und alle Gartenbegeisterten auf dem Areal zwischen Porzellanmanufaktur und dem Palais der Wiener Sängerknaben. Für die nicht unerhebliche Pacht muss der Verein selbst aufkommen, was angesichts seiner Leistungen nicht verständlich ist. Die City Farm Augarten stellt etwa Kindergärten und Schulklassen Beete zur Verfügung, um bereits den Kleinsten das wichtige Erlebnis Garten und Natur zu vermitteln. Behutsames Mitpflegen durch die

Köner des Vereins inklusive. In der City Farm ist ständig etwas los, sogar im Winter, wenn die Kinder Wintergemüse wie Palmkohl, Lauch, Grünkohl und dergleichen mehr frisch aus den Beeten ernten und anschließend in den nunmehr restaurierten Räumlichkeiten verkosten dürfen. Hier lernen sie alles über Wildbiene, Erdwürmer und über Sämereien, sie malen mit Naturfarben und können während der Sommerferien an Gartenspaßwochen teilnehmen.

**Workshops und Pflanzenmärkte.** Aber auch für Erwachsene gibt es ein ebenso reiches und durchaus anspruchsvolles Programmangebot, wie etwa Workshops für Gemüsevielfalt auf Balkon und Terrasse oder Lehrgänge zum Thema Kunst des Fermentierens von Kultur- und Wildgemüse. Zwischen- und während der Veranstaltungen veranstaltet der Verein auch immer

wieder Jungpflanzenmärkte, auf denen oft auch Raritäten zu finden sind und über die sich der Verein unter anderem mitfinanziert. Ohne freiwillige Helfer, ohne Sponsoren und Unterstützer würde sich das System jedoch nicht tragen. Ehrenamtliche Mithelfer und Volontäre werden immer gesucht. Die City Farm ist ein echtes Liebhaberprojekt, und jeder, der einen Garten pflegt, wird wissen, dass das nicht ohne mächtigen Aufwand vonstattengeht.

Ab April wird es auf Bestellung die Produkte der eigenen, seit 2024 biozertifizierten Markt gärtnerei geben. Alle Infos dazu und zum Programm der City Farm finden Sie unter [www.cityfarm.wien](http://www.cityfarm.wien). Wolfgang Palme selbst ist einer der internationalen Pioniere der Wintergemüse-Bewegung und hat dazu mehrere allesamt empfehlenswerte Bücher geschrieben. Die Gartensaison niemals zu Ende gehen zu lassen, im Winter ohne Beziehung frisches Gemüse zu ernten ist möglich, wenn man auf die richtigen Pflanzen setzt und ein paar Grundsätze beachtet. Apropos: Auf YouTube unterhält der Verein einen Videokanal, gespickt mit Informativem, vom Spargelanbau bis zu den Vor- und Nachteilen unterschiedlicher Mulchmaterialien kann man bequem auch von daheim aus Gärtnern lernen.