



# Gemüseanbau im Naturgarten

Selbstversorgung im Einklang mit der Natur

---

5-teiliger Lehrgang für HobbygärtnerInnen  
März bis September 2026  
in Innsbruck und Matri am Brenner





## KURSBESCHREIBUNG

Es gibt viele Gründe einen eigenen Gemüsegarten anzulegen – Geschmack, Vielfalt, der Wunsch nach Selbstversorgung aber auch die Entlastung des Haushaltsbudgets. Durch gezielte, teilweise wiederentdeckte, Kulturtechniken lässt sich dabei zeitsparend und mit kleinem Budget arbeiten und eine beachtliche Menge an Gemüse ernten.

An 5 Seminartagen zwischen März und September erlernen die Kursteilnehmer:innen wie man einen Gemüsegarten anlegt, welche Gemüse zu welcher Jahreszeit in den Garten kommen und welche Arbeiten erledigt werden müssen. Dabei werden alle gartenrelevanten Themen angesprochen, von Bodengesundheit, Pflanzenschutz, Gartengeräten und Anbautechniken bis hin zur Anbauplanung, Lagerung und dem Haltbarmachen.

Petra Obojes-Signitzer und Matthias Karadar begleiten die Kursteilnehmer:innen vom Frühling bis in den Herbst. Um möglichst viel praktische Erfahrung zu gewinnen, findet der Lehrgang hauptsächlich im Garten statt. Dabei steht das „Gärtnern mit der Natur“, ganz nach den Kriterien von Natur im Garten, im Mittelpunkt.

Der Kurs richtet sich an Personen, die mit dem Gemüseanbau zur Selbstversorgung starten oder tiefere Einblicke und Praxiswissen in das Ökosystem Garten gewinnen wollen.

### Teilnahmegebühr

390,00 €

370,00 € für Mitglieder im Tiroler Bildungsforum

Gesamt 33 Unterrichtseinheiten (UE)

### Anmeldung bis 20. Februar 2026

Min. 10 Personen, Max. 15 Personen





### Termine und Kursorte

1. Modul	SA, 7. März	8.30 - 16.30 Uhr	Innsbruck
2. Modul	SA, 11. April	8.30 - 13.00 Uhr	Matrei am Brenner
3. Modul	SA, 16. Mai	8.30 - 13.30 Uhr	Matrei am Brenner
4. Modul	SA, 4. Juli	8.30 - 13.00 Uhr	Matrei am Brenner
5. Modul	SA, 26. Sept.	8.30 - 13.00 Uhr	Matrei am Brenner

Die Module 2-5 finden in zwei Privatgärten statt, die auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar sind.

### Referent:innen

**Petra Obojes-Signitzer** leitet die Servicestelle **Gemeinschaftsgärten** im Tiroler Bildungsforum. Inspiriert von den Prinzipien der Permakultur bewirtschaftet sie seit einigen Jahren einen Selbstversorger-Garten für ihre 5köpfige Familie mit einer kleinen biologischen Landwirtschaft auf über 1000m Seehöhe im Wipptal.

**Matthias Karadar** leitet die Servicestelle **Natur im Garten** im Tiroler Bildungsforum. Aus dem Hobby ‚Gemüsegarten‘ ist sozusagen Beruf geworden. Im eigenen Selbstversorger-Garten auf 560m Seehöhe wird im Mischkultur-Anbau jeder Bereich bestmöglich ausgenutzt. Neben den Gemüsebeeten ist der restliche Garten Lebensraum für Tiere und Pflanzen.





# INHALTE UND SCHWERPUNKTE

## 1. Modul – Einstieg in den Gemüsegarten

Der erste Kurstag gibt einen vielseitigen Einblick in das Thema „Biointensiver Gemüseanbau“ und bildet die Basis für den weiteren Kursverlauf. Wir verschaffen Überblick, vermitteln Basiswissen in der Theorie und machen Zusammenhänge sichtbar über die Themen, die uns im Gartenjahr (beg)leiten. Durch bildunterstützte Vorträge, Diskussion und eigenes Erarbeiten, sowie praktisches Arbeiten im Raum (Jungpflanzenanzucht) werden die Inhalte auf vielfältige Weise näher gebracht.

### Einen Gemüsegarten starten

- Ausgangsbedingungen abschätzen und kennen lernen
- Beete anlegen durch bodenschonende Methoden
- Hoch- und Hügelbeete im Vergleich

### Gärtnern mit der Natur

- Das Bodenökosystem
- Prinzipien des naturnahen Gärtnerns
- Das ökologische Gleichgewicht im Gemüsegarten

### Auf die Vielfalt kommt es an

- Gemüsevielfalt im Überblick
- Beispiele aus der Mischkultur

### Einstieg in die Pflanzplanung

- Ganzjährig gärtnern und saisonal genießen
- Mischkultur und Fruchtfolge in der Planung

### Jungpflanzen selbst vorziehen

- Praxis in der Jungpflanzenaufzucht





## Themen, die uns das ganze Jahr begleiten

- >> Ausgangsbedingungen und Anbaumethoden im jeweiligen Garten kennenlernen
- >> Bodenfruchtbarkeit erhalten
- >> Gemüsevielfalt kennen lernen
- >> Gärtnern im Jahresverlauf
- >> Mischkultur in der Praxis
- >> Fruchtfolgen planen
- >> Kulturtechniken und Gartenwerkzeuge
- >> Umgang mit Beikräutern im Jahresverlauf
- >> Gemüseanbau in unterschiedlichen Höhenlagen
- >> Pflanzen, säen, jäten in unseren Kursbeeten im Garten - aus der Praxis lernt man am meisten.

## Schwerpunkte

### 2. Modul – Start ins Gemüsejahr

- Gemüsebeete vorbereiten
- Einstieg in die Kompostierung
- Düngung im Gemüsegarten

### 3. Modul – Sommergemüse und unerwünschte Gäste

- Sortenvielfalt im Sommer und 2. Aussaaten
- Schädlinge und Krankheiten
- Beikräuter in Schach halten

### 4. Modul – Jetzt an den Winter denken

- Fruchtfolge planen
- Einstieg in das Herbst und Wintergemüse
- Die Ernte haltbar machen - Einkochen und Fermentieren

### 5. Modul – Der goldene Herbst

- Einstieg in die Samenvermehrung
- Wintergemüse - anbauen und schützen
- Gemüse richtig lagern





## RÜCKMELDUNGEN 2021-2025

Eine tolle Kombination aus Theorie und Praxis. Durch die verschiedenen Vortragsmethoden von Matthias und Petra wurde der Kurs sehr abwechslungsreich und lebendig.

---

*Vera*

Es hat sich viel getan in unserem Garten. Nächstes Jahr wird dann noch die Anbaufläche vergrößert, auch Kartoffeln werden wir probieren.

Ihr habt diesen Lehrgang sehr spannend und vielseitig gestaltet. Nochmals vielen Dank.

---

*Birgit & Gerhard*

Es war Erwachsenenbildung in einer Art und Weise, wie ich sie noch nie kennengelernt habe: informativ, auf Augenhöhe und vor allem eine super Verschränkung zwischen Theorie und Praxis.

---

*Teresa*





## Information und Anmeldung

Tiroler Bildungsforum -  
Verein für Kultur und Bildung  
Matthias Karadar MSc.  
Sillgasse 8/2, 6020 Innsbruck  
0512 581465 16  
naturimgarten@tsn.at  
www.naturimgarten.tirol

**TIROLER  
BILDUNGS  
FORUM**

