



## Naturnahes Gärtnern:

Mein Beitrag zum Erhalt der Artenvielfalt  
und zur Verbesserung des Stadtklimas

Info-Broschüre aus dem  
Projekt GrüneLunge



## Vorwort

Ja, Klimaschutz und die Erhaltung der Artenvielfalt sind globale Herausforderungen.

Nein, wir brauchen nicht nur politische Regelungen und Veränderungen auf globaler Ebene. Jede und jeder kann einen lokalen Beitrag leisten, zum Beispiel im eigenen Garten! Denn Privatgärten in der Stadt können Rückzugsräume für Pflanzen und Tiere sein und haben das Potenzial, das Stadtklima zu verbessern.

Die rund 17 Millionen Gärten in Deutschland entsprechen laut dem NABU etwa der Fläche aller deutschen Naturschutzgebiete zusammen. Aber Privatgärten sind nicht nur flächenmäßig sehr wichtig, sondern vor allem auch wegen ihrer Lage in der Stadt. Durch sie ist es möglich, ein Stück Natur in die Städte zurückzubringen. Gärten fungieren als Trittsteinbiotope und ergänzen den Biotopverbund.

Warum dann nicht gleich loslegen? Wir haben die Gestaltung unseres Gartens selbst in der Hand.

Was hat das mit naturnahem Gärtnern zu tun? Eine Menge!

Naturnahe Gärten sind gestaltete Gärten mit langlebigen Pflanzengesellschaften und umweltfreundlichen Baumaterialien, in denen sich heimische Pflanzen- und Tierarten wohlfühlen. Wer heimische Wildpflanzen sät oder pflanzt, wird Tiere „ernten“. Es ist kaum vorstellbar, wie viele Lebewesen das naturnahe Grün als Heimat benötigen. In Gärten und Grünanlagen können wir dazu beitragen. Von jeder Wildpflanze sind im Schnitt 10 Tierarten abhängig. Es werden also unüberschaubar viele Tiere kommen. Und es geht keineswegs darum, sie alle zu kennen. Wichtig ist vielmehr: Dass sie natürlich da sind und dass wir die Voraussetzungen für ihre Existenz erhalten oder schaffen.

Naturnahe Gärten setzen auch dem „Steingarten-Trend“ eine lebensfreundliche Alternative entgegen. Denn Steingärten sind nicht nur schlecht für Tiere und Pflanzen, sondern sie wirken sich als „Heizung in der Stadt“ auch negativ auf das Stadtklima aus. Im Gegensatz zu diesen stark versiegelten Flächen bilden naturnahe Gärten eine grüne Oase inklusive Regenwasserversickerung, Luftfilterung, CO<sub>2</sub>-Speicherung und Kühlung an warmen Tagen.

Wichtig ist: Naturnahes Gärtnern ist ein Prozess, der mit Veränderung und Dynamik verbunden ist, wie das Leben selbst. Der Weg hin zu einem naturnahen Garten vollzieht sich Schritt für Schritt – jede Veränderung zählt!

Annika Fricke & Helena Trenks



GrüneLunge

*Organisator\*innen der Kampagne:*

*„Naturnah Gärtnern – Für Mensch, Tier & Klima“ in Rheinstetten*

(Mehr Infos zum Projekt: <https://www.projekt-gruenelunge.de/ap4-gruenelunge-im-dialog/>)

## Übersicht

Was ist ein naturnaher Garten?	4
Der naturnahe Garten in der Stadt	4
Der Mensch und sein Garten	6
Beitrag zum Erhalt der Artenvielfalt	7
Loslegen: Handlungsfelder des naturnahen Gärtnerns	8
Grundlagen	10
Voraussetzungen bei der Pflanzen- und Saatgutauswahl	11
Naturgartenelemente	14
Umweltfreundliche/Recycelte Materialwahl und Baumaßnahmen	17
Nachhaltiger Umgang	18
Erholung und soziales Miteinander	21
Naturnah pflanzen auf dem Balkon	23
Heimische Wildstauden für den Garten - eine Auswahl	24
Weiterführende Informationen & Literaturquellen für diese Info-Broschüre	28
Literaturempfehlungen	31

## Was ist ein naturnaher Garten?

Ein naturnaher Garten beschreibt einen Garten, in dem Pflanzen, Tiere und Menschen gleichermaßen Lebensraum und Nahrung finden können. Nach dem Vorbild der Natur werden heimische, also standort- und klimaangepasste Arten gepflanzt. Dabei gilt: Je vielfältiger das Angebot, desto vielfältiger die Besucher. Natürliche Kreislaufprozesse werden gefördert und intakt gehalten, daher gehören auch Gemüsebeete, Obstbäume, Beerensträucher, Komposthaufen und die Nutzung des Regenwassers zu den Elementen des naturnahen Gartens.

Es werden in erster Linie natürliche, regionale und wenn möglich recycelte Materialien verwendet. Hauptmerkmale des naturnahen Gartens sind: Auf Pestizide und Torf wird verzichtet und es wird nur dort, wo es notwendig ist, organischer Dünger verwendet. Da mittlerweile viele Gartenböden mit Nährstoffen aus Düngemitteln überversorgt sind, werden viele der von den Pflanzen nicht benötigten Nährstoffe ins Grundwasser ausgewaschen. Deswegen sollten vorzugsweise nur organische Dünger verwendet werden, aber auch diese nur maßvoll.



© Ingrid Eberhagen

## Der naturnahe Garten in der Stadt

Naturnahe Gärten bilden kleine Nischen in unserer heutigen bebauten Umwelt. Sie können zum Erhalt der heimischen Artenvielfalt beitragen sowie das Mikroklima positiv beeinflussen. Die rund 17 Millionen Gärten in Deutschland entsprechen laut dem NABU<sup>1</sup> etwa der Fläche aller deutschen Naturschutzgebiete zusammen. Aber Privatgärten sind nicht nur flächenmäßig sehr wichtig, sondern vor allem auch dann, wenn sie sich in der Stadt befinden. Durch sie ist es möglich, ein Stück Natur in die Städte zurückzubringen. Gärten können damit Trittsteinbiotope sein und den Biotopverbund ergänzen. Der Bio-

<sup>1</sup>NABU: <https://hamburg.nabu.de/tiere-und-pflanzen/garten/naturnaher-garten/index.html> zuletzt abgerufen am 18.03.2021



topverbund ist in Deutschland seit 2002 im Bundesnaturschutzgesetz verankert. Hintergrund ist, dass durch den zunehmenden Nutzungsdruck (u.a. durch Landwirtschaft, Industrie oder auch Wohnraum und Infrastruktur) natürliche Lebensräume mehr und mehr zu Inseln in einer für die heimische Flora und Fauna lebensfeindlichen Umgebung werden. Um diese Inseln nicht voneinander zu isolieren und einen Austausch der Populationen zu ermöglichen, braucht es sogenannte Trittsteinbiotope – und das kann schon der kleinste Garten oder auch Balkon sein.

Zudem wird durch die Bepflanzung, aber auch durch den neu gebildeten Humus,  $\text{CO}_2$  gebunden. Die Grünflächen beeinflussen außerdem durch ihre natürliche Kühlung das Stadtklima positiv – im Gegensatz zu Steingärten. So tragen sie zum Schutz des Bodens sowie zum Erhalt eines ausgeglichenen Wasserhaushaltes bei und sind klimatischer Ausgleichsraum in der Stadt.



© Ingrid Eberhagen



Los geht's!



## Der Mensch und sein Garten

In einem naturnahen Garten versuchen wir, alle gärtnerischen Maßnahmen mit den Naturgesetzen in Einklang zu bringen. Dabei wird darauf geachtet, nicht alles wild durcheinander wuchern zu lassen. Denn naturnahe Gärten müssen nicht chaotisch aussehen, sondern können ästhetisch ein Genuss sein.

Der naturnahe Garten will Lebensraum für Tiere und Pflanzen und ebenso Erholungsort für den Menschen sein. Denn in der heutigen Zeit, in der mehr und mehr das Bedürfnis nach Ruhe und Entspannung steigt, kann ein Garten dazu beitragen, Stress abzubauen. Vor allem in einem naturnahen Garten kann man das rege Treiben der Tiere beobachten und abseits der schnelllebigen Arbeitswelt in eine ganz andere Welt eintauchen, die direkt vor unserer (Terrassen-)Tür liegt! Die Zeit an der frischen Luft wirkt sich positiv auf Körper und Seele aus.

Naturnahes Gärtnern kann auch ein Gemeinschaftsprojekt sein, bei dem man mit interessierten Nachbarinnen und Nachbarn Erfahrungen und Wissen austauscht, oder bei der Umgestaltung des Gartens auch mal gemeinsam zum Spaten greift. Auch das Teilen und Tauschen von Saatgut oder Ernte ist klimaschonend und bereitet anderen eine Freude.



© lizenzfrei

## Beitrag zum Erhalt der Artenvielfalt

Indem wir verschiedene heimische Pflanzenarten anpflanzen und unterschiedliche Gartenlandschaften anlegen (z.B. Wildsträucherhecken, Wiesen, Wasserstellen, Trockenmauern), erhalten wir eine große Tier- und Pflanzenvielfalt. So wird der naturnahe Garten nicht nur zu einem Refugium für Pflanzen und Tiere, sondern auch für den Menschen.

Auf einem englischen Rasen beispielsweise müssen sich Insekten wie in einer Wüste fühlen: weit und breit kein einziges blühendes Pflänzchen. Entscheidend ist aber, welche Pflanzen im Garten vorkommen. Für den Erhalt der Artenvielfalt stehen heimische Pflanzenarten anstelle von exotischen Pflanzen im Fokus. Denn: Unsere heimischen Tierarten haben sich während der vergangenen Jahrtausende zusammen mit unseren heimischen Wildpflanzen entwickelt und gegenseitige Abhängigkeiten ausgebildet. Jede Tierart ist auf bestimmte Gegebenheiten und Pflanzen angewiesen - einige haben sich sogar auf nur eine bestimmte heimische Wildpflanze spezialisiert. Fehlen diese Pflanzenarten, fallen auch die an sie angepassten Tierarten weg, da ihnen die Lebensgrundlage entzogen wird. So ist der Sommerflieder beispielsweise ein eingebürgerter Neophyt, also eine Pflanze, die sich durch menschliche Einflussnahme bei uns etabliert hat. Er wird gerne von Schmetterlingen besucht, allerdings bietet er Schmetterlingsraupen wenig Nahrung. Hingegen ist die heimische Brennnessel bei vielen Menschen unbeliebt - für die Raupen vieler Falterarten jedoch lebensnotwendig. Ohne Brennnesseln gäbe es keine Raupen, ohne Raupen wäre das Nahrungsangebot vieler Vögel eingeschränkt und auch der Sommerflieder bliebe ohne Schmetterlinge.

Wir können also festhalten: Wer heimische Wildpflanzen sät oder pflanzt, wird Tiere „ernten“. In Privatgärten und Grünanlagen können wir dazu beitragen!

Mauerbiene auf Traubenhyazinthe



Schwefelfliege an Steppenwolfsmilch



Stahlgrauer  
Grillenjäger an  
Steppenwolfsmilch



Schachbrettfalter auf Knautie



Wegwespe an Oregano



Schwalbenschwanz auf Karthäusernelke



## Loslegen: Handlungsfelder des naturnahen Gärtnerns

Wie und wo beginnt das naturnahe Gärtnern? Das entscheiden Sie selbst. Sie können sich dabei an den 6 Handlungsfeldern orientieren, die das naturnahe Gärtnern charakterisieren. Die Unterpunkte in den Handlungsfeldern zeigen konkrete Tipps oder Handlungsoptionen, um den eigenen Garten naturnäher zu gestalten.

Ein Garten wird umso naturnäher, je mehr und konsequenter Unterpunkte angegangen und umgesetzt werden. Natürlich ist die Umgestaltung abhängig von vielen Faktoren, beispielsweise auch von der Größe des eigenen Gartens. Vielleicht hängen Sie auch einfach an Ihrer Gartenhortensie, die so gut wie keinen Pollen oder Nektar bietet, und wollen sie nicht „opfern“. Das ist in Ordnung! Schließlich sollten Sie Ihren Garten so gestalten, dass er sich für Sie stimmig anfühlt und Sie sich in ihm wohlfühlen!

Vergessen Sie nicht: Naturnahe Gärten brauchen Zeit, also genießen Sie den Weg - denn beim naturnahen Gärtnern gibt es kein endgültiges Ziel. Es ist ein Prozess, der mit Veränderung und Dynamik verbunden ist, wie das Leben selbst. Also gehen Sie es an, wie eine Expertin vom Naturgarten e.V. es zusammenfasst, frei nach dem Motto „Zulassen, Zeit lassen, weglassen“.



© Ingrid Eberhagen

## Grundlagen

- Kein Einsatz von Torf
- Kein Einsatz von Pestiziden
- Möglichst organische Dünger verwenden

## Voraussetzungen bei Pflanzen- und Saatgutauswahl

- Heimische Arten
- Passend zum Standort
- Ungefüllte Blüten
- Keine invasiven Arten
- Erhalt der Sortenvielfalt
- Möglichst aus biologischem Anbau
- Jahreszeitlich versetzte Blüh- und Fruchtfolge

## Naturgartenelemente

- Wildstrauchhecken
- (Laub)Bäume
- Gemüse- und Kräutergarten
- Obstbäume und Beerensträucher
- Wiesen oder Kräuterrasen
- Sonderstandorte
- Wildes Eck
- einjährig und ausdauernd blühende Pflanzen
- Nützlingsunterkünfte

## Umweltfreundliche/ Recycelte Materialwahl und Baumaßnahmen

- Kunststoffe nur in Ausnahmen verwenden
- Umweltfreundliche Naturmaterialien
- Wieder- bzw. Weiterverwendung bereits vorhandener Materialien

## Nachhaltiger Umgang

- Regenwassernutzung, sparsamer Umgang mit Wasser
- Kompost
- Abgestorbene Pflanzenstängel über den Winter stehen lassen
- Vermeidung elektrischer Beleuchtung
- Heckenschneiden und Mähen auf das ökologisch notwendige Maß reduzieren
- Geringer Versiegelungsgrad
- Zulassen von Wildwuchs
- Möglichst kein Bodenaustausch
- Bodenverbesserung durch schonende Maßnahmen, wie Mulchen
- Selbstaussaat erwünschter Pflanzen dulden

## Erholung und Soziales miteinander

- Austausch über Hindernisse und Lösungen
- Gemeinsame Aktionen (Gartenarbeit, Ernte und Verwertung)
- Nachbar\*innen einladen
- Teilen und Tauschen
- Wohlfühlcke

## Handlungsfelder des naturnahen Gärtnerns





## Grundlagen

Die folgenden Unterpunkte bilden die Basis für einen naturnahen Garten. Nicht nur, weil so alles, was die Natur hervorbringt, wachsen und gedeihen darf, sondern auch, weil durch sie das Bodenleben gefördert wird.



### Kein Einsatz von Torf

Moore bedecken nur 3% der globalen Landfläche, sie speichern aber doppelt so viel Kohlenstoffdioxid wie alle Wälder der Erde zusammen.<sup>2</sup> Gleichzeitig sind sie Lebensraum für viele seltene und speziell angepasste Arten. Eine weitere Besonderheit von Mooren ist Torf, eine Form von Humus, das aus unvollständig zersetzten und konservierten Pflanzenresten im Moorboden besteht. Weil Torf viel Wasser speichern kann und einen niedrigen pH-Wert besitzt, wird er gern im Gartenbau verwendet. Durch den Torfabbau werden die Moore zerstört und es wird CO<sub>2</sub> freigesetzt. Deswegen sollten Sie beim Kauf von Pflanzenerden darauf achten, dass in ihnen kein Torf enthalten ist. Torffreie Erden können oft sogar besser die Bedürfnisse der Pflanzen befriedigen.



### Kein Einsatz von Pestiziden

Durch vorbeugende Maßnahmen, wie zum Beispiel durch eine Auswahl robuster standortgerechter Pflanzen und die Förderung von Nützlingen, ist der Einsatz von Pestiziden im besten Fall nicht nötig. In den richtigen Nachbarschaftsverhältnissen angebaute Nutzpflanzen helfen sich sogar untereinander bei der Schädlingsabwehr. Bohnen etwa werden durch direkte Nachbarschaft mit Bohnenkraut von der Schwarzen Bohne laus verschont. So können Sie auch unbekümmert pestizidfreies Obst und Gemüse genießen.



### Möglichst organische Dünger verwenden, wo es notwendig ist

Wildpflanzen müssen im Allgemeinen nicht zusätzlich gedüngt werden, wenn der Standort stimmt. Dann ist Dünger sogar eher schädlich. Das ist beispielsweise bei Magerstandorten der Fall. Durch den Einsatz von Dünger gehen die Standortvorteile mancher Wildpflanzen verloren und stattdessen werden konkurrenzstarke, nährstoffliebende und schnellwachsende Beikräuter gefördert. In unseren Gartenböden sind durch bisherige Nutzung meist noch genügend Nährstoffe vorhanden, wenn nötig kann Mähgut zur Nährstoffanreicherung liegen gelassen werden.

Im naturnahen Garten wird organischer Dünger nur für Gemüse, Obst und Gartenrosen benötigt.

Aber achten Sie auch bei der Verwendung von Kompost auf die richtige Dosierung, denn bei Überdüngung können die überschüssigen Nährstoffe das Grundwasser belasten. Kunstdünger werden unter hohem Energieaufwand hergestellt und hemmen den Humusaufbau im vorhandenen Boden. Da Kunstdünger wasserlöslich sind, stehen sie den Pflanzen nur für kurze Zeit zur Verfügung, überschüssiger Dünger wird unter Umständen ausgewaschen – oder die Pflanzen ‚explodieren‘ förmlich.

<sup>2</sup>Deutsche Bundesregierung: <https://www.bundesregierung.de/breg-de/aktuelles/moore-mindern-co2-435992>, zuletzt abgerufen am 13.10.2021

Organische Dünger müssen hingegen erst von Mikroorganismen im Boden umgesetzt werden, damit sie von Pflanzen aufgenommen werden können. Somit wirken sie über einen längeren Zeitraum.

## Voraussetzungen bei der Pflanzen- und Saatgutauswahl

Die folgenden Voraussetzungen schränken die Auswahl an Pflanzen und Saatgut zwar ein, aber durch die Anlage eines strukturreichen Gartens mit unterschiedlichen Standorten können wiederum mehr Arten angesiedelt werden.

Pflanzgemeinschaften bereichern ebenfalls die Vielfalt, so gedeihen zum Beispiel Basilikum und Knoblauch gut bei Tomaten.

Passt die Pflanze zu den Standortbedingungen, kann man nicht nur verschiedensten Krankheiten vorbeugen, sondern auch den Wasserverbrauch reduzieren. Die standortgerechte Pflanzung und Ansaat richtet sich zum Beispiel nach Bodenart, Temperatur, Licht und Niederschlag.



### Heimische Arten

Heimische Arten sind besonders wichtig für den naturnahen Garten, da sich die heimische Tierwelt im Laufe der Jahrtausende an sie angepasst hat. Sie haben meist einen höheren ökologischen Wert als exotische Pflanzen (sogenannte Neophyten). Zudem sind sie meist robuster gegenüber Krankheiten oder Trockenphasen. Als heimisch bezeichnet man sowohl indigene als auch archäophytische Arten, also Arten, die vor dem Jahr 1492 (dem Jahr, in dem Kolumbus Amerika erreichte) eingeführt wurden oder sich ohne menschlichen Einfluss vor 1492 etablierten.

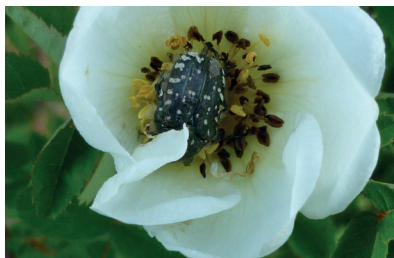


### Ungefüllte Blüten

Bei gefüllten Blüten wurden durch Züchtungen die Anzahl der Blütenblätter vermehrt, wobei die Staubblätter nun für pollen- und nektarliebende Insekten entweder schwer zugänglich oder gänzlich zurückgebildet sind. Bei ungefüllten Blüten ist das nicht der Fall – sie liefern Pollen und Nektar für Insekten.



Essigrose mit Erdhummel



Bibernellrose mit Trauerrosenkäfer





## Keine invasiven Arten

Invasive Arten, die sich durch das Fehlen natürlicher Feinde oder durch dominantes Wuchsverhalten recht schnell großflächig ausbreiten, sollten nicht gepflanzt werden, da sie unsere Ökosysteme gefährden. Wenn sich bereits eine solche Art in Ihrem Garten befindet und Sie diese behalten wollen, dann achten Sie auf den Zeitpunkt der Samenbildung, um gegebenenfalls eine Ausbreitung einzudämmen. Auf der Seite des Bundesamts für Naturschutz (BfN) finden Sie die aktuelle Unionsliste<sup>3</sup> der invasiven gebietsfremden Arten. Eine gute Zusammenfassung über gebietsheimische Gehölze in Baden-Württemberg gibt es auch in einem Dokument der Landesanstalt für Umwelt Baden-Württemberg (Fachdokumente LUBW, S. 60<sup>4</sup>).



## Erhalt der Sortenvielfalt

Die Sortenvielfalt unserer Kulturpflanzen stellt ein großartiges kulturelles Erbe dar und bietet eine fast unendliche Vielfalt an Formen, Farben und Geschmäckern bei Obst und Gemüse. Zugleich ist sie eine unverzichtbare genetische Ressource, aus denen neue Sorten für die Anforderungen der Zukunft gezüchtet werden können. Samen von Sorten aus klassischer Zucht kann jeder selbst ernten und daraus wieder die gleichen Sorten heranziehen. Das macht Spaß, erhält die genetische Vielfalt und spart sogar Geld. Im Gegensatz dazu dominieren heute in der Landwirtschaft wenige Sorten aus Hybridzucht. Dieses Saatgut ist recht teuer und kann nicht selbst vermehrt werden. Diesen Nachteilen können aber Vorteile bei Resistenzen und im Ertrag gegenüberstehen.



© Ingrid Eberhagen



## Möglichst aus biologischem Anbau

Bläuling (Schmetterling)

Bei biologisch angebauten Pflanzen werden keine synthetischen Pflanzenschutzmittel oder Mineraldünger verwendet. Stattdessen wird mit organischen Düngern und Nützlingen gearbeitet. Dabei gehen die Nutzung und der Schutz der Natur miteinander einher. Achten Sie beim Kauf biologischer angebauter Pflanzen zudem darauf, dass sie in torffreiem Substrat getopft sind.

<sup>3</sup>Bundesamts für Naturschutz: <https://www.bfn.de/fileadmin/BfN/service/Dokumente/skripten/Skript471.pdf>, zuletzt abgerufen am 13.10.2021

<sup>4</sup>LUBW: [http://fachdokumente.lubw.baden-wuerttemberg.de/servlet/is/50159/gebietsheimische\\_gehoelze.pdf?command=downloadContent&filename=gebietsheimische\\_gehoelze.pdf&FIS=200](http://fachdokumente.lubw.baden-wuerttemberg.de/servlet/is/50159/gebietsheimische_gehoelze.pdf?command=downloadContent&filename=gebietsheimische_gehoelze.pdf&FIS=200), zuletzt abgerufen am 13.10.2021





## Jahreszeitlich versetzte Blüh- und Fruchtfolgen

Das Ziel sollte sein, dass das ganze Jahr über ein reichliches Nahrungsangebot zur Verfügung steht. Das schließt den Menschen nicht aus und es gibt zu jeder Jahreszeit etwas Leckeres im Garten sowie blühende Pflanzen.



© Michaela Senk



© Martin Reuter



© Michaela Senk



## Naturgartenelemente

Durch die Naturgartenelemente wird ein Naturgarten erst lebendig, dabei gilt stets: Je vielfältiger das Angebot, desto vielfältiger auch die Bewohner. Es geht um ein ausgewogenes Zusammenspiel unterschiedlicher Gartenbereiche. Generell finden sehr viele Insekten in unseren Städten keinen Lebensraum und keine Nahrung mehr – deswegen sind private Gärten auch so wichtig! Sie bilden kleine Biotope in unseren Städten, in die sich Insekten, Vögel und alle anderen Kleinstlebewesen zurückziehen können. Damit sich die Natur so entwickeln kann, wie es hier vor Ort typisch ist, sollten bei allen Naturgartenelementen die Voraussetzungen für die Pflanzen- und Saatgutauswahl berücksichtigt werden.



### Wildstrauchhecken

Wildstrauchhecken, wie sie in der Landschaft entlang von Feld- und Waldrändern vorkommen, sind ökologisch wertvoll, weil sie der heimischen Tierwelt Schutz und Nahrung bieten. In der Stadt fehlen diese Futter- und Lebensräume, auf die vor allem Vögel, aber auch Insekten wie Schmetterlinge angewiesen sind. Wildrosen (Hagebutten) bieten beispielsweise knapp 20 Säugetierarten und über 25 Vogelarten Nahrung – und sehen noch dazu schön in unserem Garten aus. Weitere Arten für eine wertvolle und artenreiche Wildstrauchhecke sind Kreuzdorn, Salweide, Schlehe und Hasel.



### (Laub)Bäume

Viele Tiere brauchen heimische Bäume als Nistplatz, Behausung oder als Nahrungslieferant. Im Vergleich zu Nadelbäumen bringen Laubbäume eine Dynamik in den Garten und machen die Jahreszeiten erlebbar. Sie bieten Blüten und Früchte, im Sommer Schatten und im Herbst Laub, das sich gut für Verstecke eignet, beispielsweise für das Rotkehlchen oder die Nachtigall.



### Gemüse- und Kräutergarten

Gemüse und Kräuter aus dem naturnahen Garten schmecken nicht nur gut, sondern sind auch frei von Pestizidrückständen, haben in der Regel einen höheren Vitamin- und Nährstoffgehalt und sind daher gesünder für uns. Aber die eigens angebaute Pflanzen werden auch deutlich mehr wertgeschätzt, weil bis zur Tomatenernte Monate regelmäßiger Pflege vergehen. Die regionale und saisonale Ernährung – zum Beispiel aus dem eigenen Garten – spart CO<sub>2</sub>-Emissionen ein.



Wiesensalbei

© Ingrid Eberhagen



## Obstbäume und Beerensträucher

Nicht nur für Tiere bieten sie Nahrung, auch wir Menschen haben etwas davon, Obstbäume und Beerensträucher in unserem Garten anzupflanzen. Von der Blüte bis zur Fruchtreife stellen sie eine vielfältige Nahrungsquelle für die heimische Tierwelt dar. Setzen Sie Wildobst (alte Sorten) ein, z.B. Felsenbirne, Holunder, Mispel oder Wildpflaume. Diese sind einerseits robuster und andererseits bringen sie Abwechslung in unseren Obstkorb.



Apfelblüten



Kirschen



Brombeeren

© lizenzfrei



## Wiesen oder Kräuterrasen

Auf Wiesen findet man viele Insekten, die auf dem englischen Rasen nicht zu finden sind. Viele Heuschreckenarten sind dort Zuhause. Bei blühenden Wildblumen sieht man natürlich auch viele Schmetterlinge, Wildbienen und Hummeln. Dabei muss man nicht das komplette Grundstück zur Wiese umfunktionieren, es kann bereits ein kleiner Teil des Gartens als Wiese angelegt werden, der nicht anderweitig genutzt wird. Ein guter Kompromiss ist auch der Kräuterrasen. Er enthält viele Wildkräuterarten, kann aber auch begangen und bespielt werden, wenn er in Abständen von 4-6 Wochen gemäht wird. Der Kräuterrasen ist zudem viel trockenheitsverträglicher als der Zierrasen.



© Ingrid Eberhagen



## Sonderstandorte



Die Sonderstandorte bieten Heimat für spezialisierte Tier- und Pflanzenarten, die normalerweise in der Stadt so gut wie nie vorkommen würden. Sonderstandorte sind zum Beispiel Wasserstellen, Steinhäufen, Trockenmauern oder Wälle und Anhöhen. Auch offene Bodenflächen können beispielsweise von Erd- bzw. Sandbienen für den Bau von Nisthöhlen verwendet werden.





Im Wilden Eck soll nahezu unberührte Natur wieder entstehen können. Das heißt, in diesem Bereich muss nichts gepflegt werden (Ausnahme: eventuelles Abräumen von Laub und Stängeln im Frühjahr), sondern er darf sich frei entwickeln und bildet gleichzeitig einen Rückzugsort für Tiere. Auch die Brennnessel, die unersetzlich ist für viele Schmetterlingsraupen, ist hier willkommen.



© Ingrid Eberhagen



© Ingrid Eberhagen



### Einjährige und ausdauernde blühende Pflanzen

Alles was blüht, sieht nicht nur schön aus im Garten, sondern ist eine wichtige Pollen- und Nektarquelle für Insekten – vom Schmetterling bis zur Wildbiene. Hier sind in Sachen Farbe und Größe der Fantasie keine Grenzen gesetzt, allerdings sollten die Voraussetzungen bei der Pflanzen- und Saatgutauswahl beachtet werden.



### Nützlingsunterkünfte

Damit die von uns geschaffenen vielfältigen Nahrungsquellen im Garten keine große Anreise der Insekten und Vögel erfordern, sollten wir zudem Unterkünfte schaffen. „All inclusive“ also! Und Nützlingsunterkünfte heißen sie deshalb, weil ihre Bewohner ganz nebenbei durch die Bestäubung unserer Obst- und Gemüsepflanzen und die Humusbildung für hohe Erträge sorgen. Zu den Nützlingsunterkünften zählt man in der Regel Nisthilfen für solitäre Wildbienen und Wespen, sowie Nistkästen für Vögel und Totholzhäufen. Wobei Totholzhäufen hier eigentlich der falsche Begriff ist, denn ein Stück totes Holz steckt voller Kleinstlebewesen, die die Holzfasern zersetzen und den Boden wieder mit Nährstoffen versorgen.



© Ingrid Eberhagen



Wildbienen

© Ingrid Eberhagen

## Umweltfreundliche/Recycelte Materialwahl und Baumaßnahmen

Durch die Materialwahl können wir bewusst etwas für den Klimaschutz tun. Außerdem können wir den Geldbeutel schonen, denn alles, was schon da ist, kann weiterbenutzt oder auch zweckentfremdet werden. Wenn Sie Zuhause noch eine Menge Natursteine liegen haben, die beispielsweise aus China stammen, dann können Sie diese zum Beispiel für eine Trockenmauer verwenden. So haben Sie nicht nur einen Sonderstandort geschaffen, sondern auch dafür gesorgt, dass diese Steine nicht umsonst von China hertransportiert wurden.



### Kunststoffe nur in Ausnahmen verwenden

Kunststoffe basieren auf Erdöl und werden über die Jahre in immer noch kleinere Teilchen zerrieben und landen schließlich als Mikroplastik in unseren Böden und Gewässern. Daher wird im naturnahen Garten weitestgehend auf Kunststoffe verzichtet.



### Umweltfreundliche Naturmaterialien

Im naturnahen Garten setzen wir auf natürliche Materialien, wie Natursteine und unbehandeltes, möglichst witterungsbeständiges Holz aus möglichst nachhaltiger Waldwirtschaft. Dabei wird darauf geachtet, dass die Materialien regionaltypisch sind und zumindest aus Mitteleuropa kommen, um lange Transportwege zu vermeiden.



### Wieder- bzw. Weiterverwendung bereits vorhandener Materialien

Viele Dinge, die Sie bereits im Garten oder Zuhause haben, können wiederverwendet werden. Beispielsweise können Sie alte Dachziegel, die übriggeblieben sind, einfach aufeinanderstapeln, dort können sich die verschiedensten Tiere verkriechen. Oder Sie lassen sich im Internet inspirieren, was sich noch alles mit vermeintlichem Abfall anstellen lässt. Achten Sie aber bitte darauf, dass keine Kunststoffe und andere nicht kompostierbaren Materialien in der Erde landen und dort vergessen werden.



## Nachhaltiger Umgang

Naturnahe Gärten sind im besten Fall im Einklang mit der Natur und den ihr zugrundeliegenden Kreisläufen, sodass kaum menschliche Eingriffe notwendig sind. Weil uns Klimaschutz mindestens genauso wichtig ist wie Tier- und Pflanzenschutz, vermeiden wir unnötige Transporte und sparen so gut es geht an Energie und Wasser.



### Regenwassernutzung, sparsamer Umgang mit Wasser

Wenn die richtigen Pflanzen am richtigen Ort stehen, genügt ihnen die am Standort vorhandene Wasserversorgung. Beispielsweise brauchen trockenheitsverträgliche Pflanzen auf Magerstandorten nicht viel Wasser.

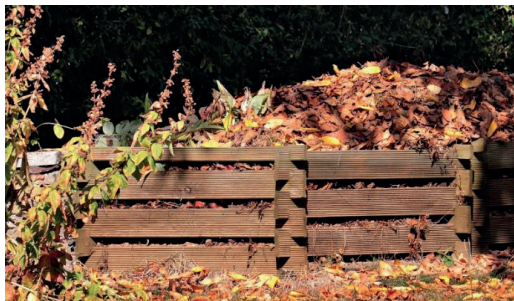
Da es infolge des Klimawandels jedoch zu trockeneren und heißeren Sommern kommt, ist es empfehlenswert, auf eine angepasste Bepflanzung mit heimischen Wildpflanzen zu achten, die mit den zukünftig gehäufteten Wetterextremen zurechtkommen. Gegebenenfalls kann auch auf geeignete Pflanzen aus dem Süden und Südosten Europas zurückgegriffen werden. „Indem wir in der geographischen natürlichen Wanderbewegung mitteleuropäischer Tier- und Pflanzenarten bleiben, können wir sicherstellen, dass auch die Tierwelt den Wechsel verkraftet“<sup>5</sup>. Falls es zu langanhaltenden Hitzeperioden wie in den letzten Jahren kommen sollte, wird mit Regenwasser gegossen, das ohnehin wegen des niedrigeren Kalkgehalts für die Pflanzen besser geeignet ist.



### Kompost

Wer einen Komposthaufen hat, der muss sich um die Nährstoffversorgung seiner Pflanzen keine Sorgen machen. Die Mikroorganismen helfen dabei, Küchenabfälle, Rasenschnitt und Laub wieder in fruchtbare Erde zu verwandeln. In einer Hand voll gesunder Bodenerde leben mehr Lebewesen als Menschen auf der Erde! Durch die Nutzung von Kompost kann man nicht nur auf Dünger und Blumenerden aus dem Baumarkt verzichten, sondern in den meisten Fällen auch auf die Bio-Tonne.

© Ilizenzfrei



© Ilizenzfrei



<sup>5</sup>Reinhard Witt (2020): *Das Prinzip Vielfalt-Eine Erfolgsstrategie der Evolution, Tagungsband naturgarten intensiv 2020, Klimawandel*



## Abgestorbene Pflanzenstängel über den Winter stehen lassen

Viele Insekten überwintern in den abgestorbenen Halmen. Deswegen lassen Sie den Ordnungsdrang über den Herbst und Winter etwas ruhen und erfreuen Sie sich an den Insekten und Vögeln, die immer wieder gerne Ihren Garten aufsuchen.



## Vermeidung elektrischer Beleuchtung

Lichtverschmutzung ist mittlerweile ein bekannter Begriff und auch in unseren Gärten haben wir damit zu tun. Künstliche Lichtquellen, die die ganze Nacht leuchten, verbrauchen nicht nur Strom, sondern verwirren unter anderem die Nachtfalter, die sich normalerweise am Licht des Mondes orientieren. Für diese und auch andere nachtaktive Fluginsekten stellen helle Leuchtmittel mit UV-Anteil eine Lichtfalle dar, um die sie so lange kreisen, bis sie vor Erschöpfung zu Boden sinken. Wo Beleuchtung im Garten notwendig oder gewünscht ist, sollten möglichst energiearme Leuchtmittel ohne UV-Anteil (z.B. LED) mit minimaler Helligkeit verwendet werden, welche beispielsweise mittels Bewegungsmelder nur kurzzeitig bei Bedarf eingeschaltet werden.



## Heckenschneiden und Mähen auf das ökologisch notwendige Maß reduzieren

Durch übermäßige Pflege, wie ständiges Mähen oder Zurückschneiden der Hecken in jeder Jahreszeit, vertreiben Sie die Vögel und Insekten, die wohlmöglich gerade auf der Suche nach einer Unterkunft waren. Oder Sie legen Nester frei, die vorher durch Zweige vor Fressfeinden geschützt waren. Um ein reges Treiben im Garten zu fördern, empfiehlt es sich, nicht allzu gründlich und weniger häufig im Garten für Ordnung zu sorgen.



## Geringer Versiegelungsgrad

Bei der geplanten Neuanlage von Wegen oder Bodenbelägen ist auf die Wasserdurchlässigkeit der versiegelten Fläche zu achten. Es können beispielsweise Wege aus Holzhäckseln oder Trittplatten statt vollversiegelter Bodenbeläge verwendet werden. Dadurch können auch Niederschlagswassergebühren eingespart werden. Eine weitere interessante Möglichkeit, bereits versiegelten Flächen einen ökologischen Wert zu geben, liegt in der Dachbegrünung.



© Martin Reuter

Kleiner Feuerfalter





© Ingrid Eberhagen



### Zulassen von Wildwuchs

Hier geht es hauptsächlich um die sogenannten „Unkräuter“, dazu zählen auch schon Gänseblümchen. Diese „Unkräuter“, die sich von allein in Ihrem Garten ansiedeln, bereichern die Vielfalt, bedecken und schützen den Boden und locken Nützlinge an. Jedoch sind hier Kenntnisse über Art und Ausbreitungsdrang der einzelnen Arten sehr nützlich, damit man rechtzeitig regulierend eingreifen kann.



### Möglichst kein Bodenaustausch

Abtransporte von vorhandenem Boden und Bodenverdichtungen werden nach Möglichkeit vermieden. Stattdessen werden Bodenverbesserungsmaßnahmen wie das Bedecken des Bodens durch natürliche Mulch-Materialien zur Förderung des Bodenlebens eingesetzt.



### Bodenverbesserung durch schonende Maßnahmen

Maßnahmen zur Bodenverbesserung sind in jedem Falle einem Bodenaustausch vorzuziehen. Je nach Beschaffenheit des Bodens kommen unterschiedliche Maßnahmen in Betracht. Generell ist das Ziel, ein gutes Bodenwasser- und Luftverhältnis zu haben sowie ausreichend Humus. Mulchen ist eine bekannte Maßnahme, bei der es gilt, den Boden mit noch nicht verrottetem Material zu bedecken. Das wirkt gegen Unkräuter, hat eine Düngewirkung und schützt den Boden vor Austrocknung.



### Selbstaussaat erwünschter Pflanzen dulden

Räumen Sie nicht gleich nach der Blüte die ganzen verdorrten Pflanzen weg. Lassen Sie auch ein paar stehen, damit diese ihre Samen bilden können. Das ist auch eine Art, die Vögel zu füttern. Außerdem können sich eventuelle Ausfälle im Bestand durch Trockenheit wieder regenerieren. Denn: Wildpflanzen sind durch Aussaat unsterblich!



## Erholung und soziales Miteinander

Ein naturnaher Garten ist nur halb so schön, wenn man ihn nicht teilt. Dabei kann man nicht nur gemeinsam picknicken, sondern sich auch konkrete Gartentipps einholen. Des Weiteren kann man Gemüse und Obst tauschen oder teilen, denn der eine Nachbar hat eventuell einige Obstbäume, die Nachbarin hat sich auf Gemüse spezialisiert und der Nachbar von gegenüber hat nur einen winzigen Garten, kann aber woanders mit anpacken. Und ganz nebenbei verbringt man mehr Zeit draußen, was sich positiv auf Körper und Seele auswirkt. Im Sinne einer offenen Gartenpforte kann man auch Gäste oder Neugierige in den Garten einladen und miteinander ins Gespräch kommen.



© lizenzfrei



### Austausch über Hindernisse und Lösungen

Es gibt nichts Besseres, als jemanden in der unmittelbaren Umgebung zu haben, der genauso begeistert naturnah gärtnerg, wie man selbst. Tun Sie sich mit Nachbar\*innen und Freund\*innen zusammen und tauschen Sie sich über verschiedene Methoden oder Pflanzen aus, die sie verwendet haben. Was hat gut geklappt? Was war ein Reifall? Probieren Sie Lösungen gemeinsam aus.





## Gemeinsame Aktionen (Gartenarbeit, Ernte und Verwertung)

„Viele Hände, schnelles Ende“, so das Sprichwort. Wenn es Dinge gibt, die Sie allein nicht schaffen oder keine Motivation dazu haben, suchen Sie sich Mitstreiter\*innen. Beim Gärtnern hat man den Vorteil, dass man sofort sehen kann, was man geschafft hat – und ein Garten bietet Platz zum anschließenden gemeinsamen Ausklingenlassen des Arbeitstages.



### Nachbar\*innen einladen

Laden Sie Ihre Nachbar\*innen ein. So kommt man ins Gespräch und merkt, dass man eventuell ganz ähnliche Interessen hat.



### Teilen und Tauschen

Falls Sie mehr gepflanzt haben, als Sie selbst verbrauchen können, bietet es sich an, die Ernte, überzählige Setzlinge oder Ableger mit Nachbar\*innen zu teilen oder mit anderen Hobbygärtner\*innen zu tauschen. Vielleicht beschließen Sie sogar, zwei kleine, nebeneinanderliegende Gärten zusammenzulegen und gemeinsam zu pflegen? Auf <https://www.gartenpaten.org/> können außerdem Gärten zum Mitgärtnern gesucht und helfende Hände gefunden werden.



### Wohlfühlecke

Natürlich soll man im Garten nicht nur ackern, sondern sich auch mal zur Ruhe setzen können. Richten Sie sich einen Teil Ihres Gartens so ein, wie es für Sie am gemütlichsten ist. Das könnte auch ein perfekter Ort sein, um die tierischen Gartenbesucher mal heimlich zu beobachten.



## Naturnah pflanzen auf dem Balkon

Auch auf einem Balkon kann naturnah gegärtnert werden. Hier lassen sich in Kübeln und Töpfen mit heimischen Pflanzenarten pflegeleichte Dauerbepflanzungen anlegen. Unter Berücksichtigung der Himmelsausrichtung des Balkons können aus dem vielfältigen Artenspektrum der heimischen Wildpflanzen die zum Standort passenden Pflanzen ausgewählt werden. Mit dem Pollen und Nektar der Blüten werden viele Insekten auf den Balkon gelockt, die Samen dienen Vögeln als Nahrungsquelle. Auch auf einem Balkon im 5. Stock, mitten in der Stadt:



Stieglitz an Kornblumen

© Katharina Heuberger



## Heimische Wildstauden für den Garten - eine Auswahl

Heimische Wildstauden sind durch vielschichtige Wechselbeziehungen eng mit der heimischen Tierwelt, im Besonderen mit den Insekten verknüpft und als Nahrungspflanzen unentbehrlich. Wenn diese Stauden an den für sie passenden Standorten im Garten stimmig kombiniert werden, erfreuen sie den Betrachter mit jahreszeitlich wechselnder Blumenpracht, bieten Insekten und anderen Tieren Nahrung und fördern die Biodiversität im Siedlungsgebiet – vor allem auch dann, wenn in der Nachbarschaft weitere naturnahe Gärten zu finden sind. Gehen Sie doch mit gutem Vorbild voran!

In den folgenden Tabellen finden Sie eine Auswahl an heimischen Wildstauden, sortiert nach den Standorten halbschattig/schattig oder sonnig. In der Tabelle sind Stauden farblich markiert, die für trockene Standorte geeignet sind.

Tipp: Um ein harmonisches Pflanzbild zu erreichen, empfiehlt es sich, die ausgesuchten Wildstauden nicht einzeln, sondern in Gruppen von 3 oder mehr Stauden zu pflanzen. Zusätzliche hilfreiche und ausführliche Informationen über die Gestaltung, Pflanzung und Pflege von Wildstaudenbeeten finden sich beispielsweise im Buch „Kleiner Garten naturnah“<sup>6</sup> und in den Heften „Naturnahe kleine Gärten“<sup>7</sup> und „Naturgarten für Einsteiger“<sup>8</sup>.

<sup>6</sup>Ulrike Aufderheide: *Kleiner Garten naturnah* (2021), ISBN: 978-3-89566-412-0

<sup>7</sup>Natur&Garten, *Das Naturgarten-Fachmagazin des Naturgarten e.V.: Naturnahe kleine Gärten*, Heft 3.20

<sup>8</sup>Natur&Garten, *Das Naturgarten-Fachmagazin des Naturgarten e.V.: Naturgarten für Einsteiger*, Heft 4.20

### Nähere Informationen zur Wildstaudenauswahl

Herkunft:

Die meisten aufgeführten Pflanzen sind heimische Arten. Die wenigen wertvollen Neophyten sind mit (N) gekennzeichnet.

Blütezeitpunkt:

Die Nennungen unter Blütezeit sind ungefähre von/bis Angaben. Wildstauden blühen in der Regel über einen Zeitraum von einigen Wochen, eventuell mit einer späteren Nachblüte. Die Blütezeit kann allerdings je nach Standort und Höhenlage variieren. Auch können sich die Blütezeiten im Rahmen der Klimaerwärmung verschieben.

Quellen:

Die Inhalte der dargestellten Tabellen stellen eine Zusammenfassung von Angaben unten genannter Quellen und eigenen Beobachtungen der Mitautorin Ingrid Eberhagen in ihrem naturnahen Garten dar.

- Aichele, Schwegler: *Blütenpflanzen Mitteleuropas* (2000), ISBN: 3-440-09277-1
- Häupler, Muer: *Bildatlas der Farn- und Blütenpflanzen Deutschlands* (2007), ISBN: 978-3-8001-4990-2
- Reinhard Witt: *Wildpflanzen für jeden Garten* (1994), ISBN: 3-405-14566-X
- Ulrike Aufderheide: *Kleiner Garten naturnah* (2021), ISBN 978-3-89566-412-0

## Stauden für halbschattige und schattige Standorte:

Botanischer Name	Deutscher Name	Alter	Wuchshöhe in cm	Blütezeit mit Blütenfarbe												Belaubung	Bietet Nahrung für	Giftig?*
		mehr- jährig zwei- jährig		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	sommergrün wintergrün immergrün	Wildbienen Hummeln* Schmetterlinge Fliegen Käfer Vögel Säugetiere	
<i>Agrimonia procera</i>	Großer, Wohlriechender Odermennig	m	50-180													s	WSK	
<i>Aquilegia vulgaris</i>	Gewöhnliche Akelei	m	30-90													s	WH	(ja)
<i>Aruncus dioicus</i>	Wald-Geißbart	m	100-150													s	SFK	
<i>Campanula persicifolia</i>	Pfirsichblättrige Glockenblume	m	30-80													s	WHS	
<i>Campanula trachelium</i>	Nesselblättrige Glockenblume	m	30-110													s	WH	
<i>Clinopodium vulgare</i>	Gewöhnlicher Wirbeldost	m	30-60													s	WHS	
<i>Dryopteris filix-mas</i>	Gewöhnlicher Wurmfarne	m	30-140													s	K	
<i>Geranium phaeum</i>	Brauner Storchschnabel	m	25-50													s	WHSK	
<i>Geranium sylvaticum</i>	Wald-Storchschnabel	m	20-60													s	WHK	
<i>Helleborus foetidus</i>	Stinkende Nieswurz	m	30-80													i	WHF	ja
<i>Helleborus niger</i>	Christrose	m	15-30													i	WHF	ja
<i>Hesperis matronalis</i> (N)	Gewöhnliche Nachviole	z,m	40-100													s	HSF	
<i>Knautia dipsacifolia</i>	Wald-Witwenblume	m	30-100													s	WSV	
<i>Lathyrus vernus</i>	Frühlings-Platterbse	m	20-30													s	WHS	
<i>Lunaria rediviva</i>	Mondviole, Ausdauerndes Silberblatt	m	30-150													s	WH	
<i>Primula elatior</i>	Hohe Schlüsselblume	m	10-30													s	WHS	
<i>Pulmonaria officinalis</i>	Geflecktes Lungenkraut	m	10-20													w	H	
<i>Salvia glutinosa</i>	Klebriger Salbei	m	40-80													s	WHK	
<i>Stachys sylvatica</i>	Wald-Ziest	m	60-100													s	WHK	
<i>Vincetoxicum</i>	Kleines Immergrün	m	15-20													i	HSF	
<i>Viola odorata</i>	Duftveilchen	m	5-10													w	WHS	(ja)
Pflanzen vertragen einen trockeneren, schattigen Standort																		

\* Die zu den Wildbienen gehörende Gattung der Hummeln wird hier separat aufgeführt.

\*\* (ja)=schwach giftig oder giftverdächtig. Welche Pflanzenteile giftig sind, kann in der Fachliteratur recherchiert oder beim Fachhändler erfragt werden.



## Stauden für sonnige Standorte:

Botanischer Name	Deutscher Name	Alter	Wuchshöhe in cm	Blütezeit mit Blütenfarbe												Belaubung	Bietet Nahrung für	Giftig? <sup>**</sup>
		mehr- jährig zwei- jährig		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	sommergrün wintergrün immergrün	Wildbienen Hummeln* Schmetterlinge Fliegen Käfer Vögel Säugetiere	
<i>Achillea millefolium</i>	Wiesen-Schafgarbe	m	20-70													w	WFK	(ja)
<i>Agrimonia eupatoria</i>	Kleiner Odermennig	m	15-150													s	WSK	
<i>Aluga reptans</i>	Kriechender Günsel	m	10-20													w	H	
<i>Alyssum montanum</i>	Bergsteinkraut	m	10-25													i	SFK	
<i>Anthemis tinctoria</i>	Färbekamille	m	20-60													s	WFK	
<i>Aster amellus</i>	Bergaster, Kalkaster	m	10-70													s	WSFV	
<i>Betonica officinalis</i>	Heil-Ziest	m	20-60													s	WHSK	
<i>Buphtalmum salicifolium</i>	Weidenblättriges Ochsenauge	m	30-70													s	WSF	
<i>Calamintha nepeta</i>	Steinquendel, Bergminze	m	30-50													s	WF	
<i>Campanula rapunculoides</i>	Ackerglockenblume	m	30-80													s	WHK	
<i>Centauria montana</i>	Berg-Flockenblume	m	30-70													s	WSH	
<i>Centauria scabiosa</i>	Skabiosen-Flockenblume	m	30-120													s	WHSV	
<i>Centranthus ruber (N)</i>	Spornblume	m	30-80													s	HS	
<i>Cichorium intybus</i>	Gewöhnliche Wegwarte	m	30-200													s	WFK	
<i>Daucus carota</i>	Wilde Möhre	z,m	20-100													s	WFK	
<i>Dianthus carthusianorum</i>	Karthauser-Nelke	m	15-60													w	WHS	
<i>Dipsacus fullonum</i>	Wilde Karde	z	80-150													s	HSFV	
<i>Echium vulgare</i>	Gewöhnlicher Natternkopf	z	25-100													w	WSHV	(ja)
<i>Galatella inosyris</i>	Goldaster	m	15-50													s	FKV	
<i>Geranium sanguineum</i>	Blutstorchschnabel	m	20-50													s	WHF	
<i>Helianthemum nummularium</i>	Sonnenröschen	m	10-20													i	WSF	
<i>Hyssopus officinalis (N)</i>	Gewöhnlicher Ysop	m	20-60													w	WS	
<i>Knautia arvensis</i>	Acker-Witwenblume	m	30-80													s	WSV	
<i>Leonurus cardiaca</i>	Echtes Herzgespann	m	50-150													w	WFK	(ja)
<i>Leucanthemum vulgare</i>	Wiesenmargerite	m	10-100													w	WFK	
<i>Linum perenne</i>	Ausdauerndes Lein	m	30-80													s	HWF	
<i>Lythrum salicaria</i>	Blutweiderich	m	30-200													s	WSK	
<i>Malva moschata</i>	Moschusmalve	m	20-80													w	HSK	
<i>Oenothera biennis (N)</i>	Gemeine Nachtkerze	z	80-180													s	WHSV	
<i>Origanum vulgare</i>	Gewöhnlicher Dost	m	20-50													w	WHS	
<i>Primula veris</i>	Wiesen-Schlüsselblume	m	10-30													s	WHS	
<i>Prunella grandiflora</i>	Großblütige Braunelle	m	10-30													w	WHS	
<i>Pulsatilla vulgaris</i>	Gewöhnliche Küchenschelle	m	5-15													s	WHS	ja





## Weiterführende Informationen & Literaturquellen für diese Info-Broschüre

### Tipps und Anlaufstellen für Rheinstetten, Karlsruhe und Umgebung

- Naturgarten-Experten Baden-Württemberg:  
<https://naturgartenwelt.de/naturgarten-experten/baden-wuerttemberg/>
- NaturGartenWelt – Marktplatz: Anbieter von Wildpflanzen, Saatgut und Nützlichem:  
<https://naturgartenwelt.de/marktplatz/>
- GartenSpielRaum GbR in Karlsruhe:  
<https://gartenspielraum.de/>
- Naturgarten e.V. Regionalgruppe Karlsruhe/Südpfalz:  
<https://www.naturgarten.org/regionalgruppen/karlsruhesuedpfalz.html>
- Gartenpflege Birgit Mayer, Dipl.-Ing. (FH):  
<http://www.gartenpflege-karlsruhe.de/>
- Baumpflege und Gartengestaltung Rüdiger Hofmann:  
[http://www.baumpflege-hofmann.de/ueber\\_uns.htm](http://www.baumpflege-hofmann.de/ueber_uns.htm)
- Karlsruher Kompostierungsanlage – Kostenlos Kompost erhältlich:  
<https://www.karlsruhe.de/b4/buergerdienste/abfall/einrichtungen/kompostierungsanlagen>  
(ACHTUNG: Die Karlsruher Blumenerde, die dort ebenfalls erhältlich ist, enthält Torf!)

### Was ist ein naturnaher Garten?

- Natur im Garten - Broschüre „Lebensraum Naturgarten“:  
<https://www.naturimgarten.at/files/content/Brosch%C3%BCren/2019/Lebensraum%20Naturgarten.pdf>
- Naturgartenwelt – „Was ist ein Naturgarten?“:  
<https://naturgartenwelt.de/wissen/was-ist-ein-naturgarten/>
- Naturgarten e.V. - „Der Naturgarten“:  
<https://naturgarten.org/wissen/der-naturgarten/>
- NABU – „Schritt für Schritt zum Naturgarten“:  
<https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/oekologisch-leben/balkon-und-garten/grundlagen/index.html>
- Tausende Gärten - Naturgartenhandbuch:  
[https://www.tausende-gaerten.de/media/tgta-naturgartenhandbuch\\_2020.pdf](https://www.tausende-gaerten.de/media/tgta-naturgartenhandbuch_2020.pdf)



## Balkon & Terrasse

- Natur im Garten - Broschüre „Gärtnern auf Balkon & Terrasse“:  
[https://www.naturimgarten.at/files/content/4.%20GARTENWISSEN/4.3%20Brosch%C3%BCren%20und%20Infobl%C3%A4tter/4.3.1%20Brosch%C3%BCren/ab%202019%20neue%20CI/Gaertnern%20auf%20Balkon+Terrasse\\_2019\\_RZ\\_HP.pdf](https://www.naturimgarten.at/files/content/4.%20GARTENWISSEN/4.3%20Brosch%C3%BCren%20und%20Infobl%C3%A4tter/4.3.1%20Brosch%C3%BCren/ab%202019%20neue%20CI/Gaertnern%20auf%20Balkon+Terrasse_2019_RZ_HP.pdf)
- NABU Hamburg – „Natur auf kleinstem Raum“:  
<https://hamburg.nabu.de/tiere-und-pflanzen/garten/naturnaher-balkon/05216.tml>
- NABU Hamburg – „Vielfalt auf kleinstem Raum“:  
<https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/oekologisch-leben/balkon-und-garten/grundlagen/balkon/>
- Wilder Meter - Das Online-Magazin für Ihren insektenfreundlichen Natur-Balkon:  
[www.wildermeter.de](http://www.wildermeter.de)

## Torffrei Gärtnern

- BUND - „Gärtnern ohne Torf – Moore selber schützen“:  
<https://www.bund.net/themen/naturschutz/moore-und-torf/torffrei-gaertnern/>
- BUND - „Einkaufsführer für torffreie Erden“:  
<https://www.bund.net/service/publikationen/detail/publication/bund-einkaufsfuehrer-fuer-torffreie-erden/>
- NABU - „NABU-Aktion torffrei gärtnern“:  
<https://baden-wuerttemberg.nabu.de/umwelt-und-leben/umweltbewusst-leben/naturgarten/16478.html>

## Gute Informationsseiten

- Natur im Garten:  
<https://www.naturimgarten.at/>
- Natur im Garten – Broschüren:  
<https://www.naturimgarten.at/gartenwissen/broschüren-und-infoblätter.html>
- NABU – „Naturnah gärtnern: So geht es“:  
<https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/oekologisch-leben/balkon-und-garten/aktivitaeten/gaerten/18766.html>
- Naturgarten e.V.: <https://naturgarten.org/>
- Kampagne „Tausende Gärten - Tausende Arten“: <https://www.tausende-gaerten.de/>

## Video und Audio zu naturnahen Gärten

- NaturGarten eV- Filmlinks und Audiointerviews:  
<https://www.naturgarten.org/filme/filmlinks-interviews.html>
- Natur im Garten – YouTube-Playlist „Gartentipps schnell erklärt“:  
[https://www.youtube.com/playlist?list=PLjTUCnTyJ-U3OXIo0S\\_3AuMguXA2ax\\_oi](https://www.youtube.com/playlist?list=PLjTUCnTyJ-U3OXIo0S_3AuMguXA2ax_oi)
- Gartenradio – Podcast: <http://gartenradio.fm/sendungen>

## Bezugsquellen für Pflanzen und Saatgut

- NABU – Bezugsadressen für Samen & Pflanzen:  
<https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/oekologisch-leben/balkon-und-garten/trends-service/empfehlungen/00592.html>
- Hof-Berg-Garten – Anbieter für verschiedenste Wildpflanzen aus biologischen Anbau:  
<https://www.hof-berggarten.de/>
- Staudengärtnerei Gaißmayer: <https://www.gaissmayer.de/>
- Rieger-Hofmann GmbH – Anbieter für Samen und Pflanzen gebietseigener Wildblumen/-gräser aus gesicherten Herkünften: [www.rieger-hofmann.de](http://www.rieger-hofmann.de)
- Kräuter- und Wildpflanzengärtnerei Strickler: [www. gaertnerei-strickler.de](http://www.gaertnerei-strickler.de)

## Literaturempfehlungen

### „Tiere pflanzen“

Aufderheide, Ulrike  
Verlag: pala  
Seiten/Umfang: 176 Seiten  
Gebundene Ausgabe

### „Naturgärten gestalten“

Verlag: GU  
Seiten/Umfang: 144 Seiten  
über 250 Farbfotos und Pflanzpläne  
Hardcover

### „Rasen und Wiesen im naturnahen Garten“

Aufderheide, Ulrike  
Verlag: pala  
Seiten/Umfang: 180 Seiten  
Hardcover

### „Lebensräume schaffen“

Verlag: pala-Verlag, Darmstadt  
Seiten/Umfang: 180 Seiten  
Hardcover

### „Der unkrautfreie Garten“

Verlag: Obst-und Gartenbauverlag, München  
Seiten/Umfang: 96 Seiten  
142 Farbfotos

### „Der sanfte Schnitt – schonend schneiden im Naturgarten“

Aufderheide, Ulrike  
Verlag: pala verlag  
Seiten/Umfang: 196 Seiten

### „Natur sucht Garten“

Verlag: Ulmer Verlag  
Seiten/Umfang: 14 Seiten  
180 Farbfotos

„Der Selbstversorger - Mein Gartenjahr“

Verlag: GU

Seiten/Umfang: 128 Seiten

gebunden, inkl. DVD und App

„Gärten intelligent planen und gestalten“

Verlag: Eugen Ulmer Verlag

Seiten/Umfang: 256 Seiten

Gebundene Ausgabe

„Natur für jeden Garten. 10 Schritte zum Natur-Erlebnis-Garten“

Reinhard Witt

Verlag: Naturgarten-Verlag

Seiten/Umfang: 432 Seiten, mit Biodiversitätstest

Gebundene Ausgabe

„unkrautEX“

Reinhard Witt

Verlag: Naturgarten-Verlag

Seiten/Umfang: 72 Seiten

„Das Wildpflanzentopfbuch, Ausdauernde Arten für Balkon, Terrasse & Garten“

Reinhard Witt

Verlag: Naturgarten-Verlag

Seiten/Umfang: 392 Seiten

Gebundene Ausgabe

„Naturnahe Rosen Band 1 - Strauchrosen“

Reinhard Witt

Verlag: Naturgarten-Verlag

3. Auflage: 384 Seiten

„Naturnahe Rosen Band 2 - Kletter & Kleinstrauchrosen“

Reinhard Witt

Verlag: Naturgarten Verlag

3. Auflage: 216 Seiten

„Besonders: Schmetterlinge“

Michael Altmoos

Verlag: pala

Seiten/Umfang: 206 Seiten

Hardcover

## Impressum

Karlsruher Institut für Technologie (KIT)  
Institut für Technikfolgenabschätzung & Systemanalyse (ITAS)

Projekt GrüneLunge  
[www.projekt-gruenelunge.de](http://www.projekt-gruenelunge.de)

Autor\*innen und Mitwirkende:  
Annika Fricke (ITAS), Annalena Noel, Helena  
Trenks (ITAS), Ingrid Eberhagen, Regine Frank  
(ITAS), Michaela Senk, Ulrike Wolff,  
Martina Mayus, Martin Reuter,  
Somidh Saha (ITAS)

Grafik & Layout:  
Cedrik Hurst (ITAS), Regine Frank (ITAS)

*Naturnah Gärtnern – Für Mensch, Tier und Klima ist eine Kampagne von GrüneLunge im Dialog, einem Projekt des Quartier Zukunft vom Karlsruher Institut für Technologie (KIT) und Teil des vom KIT zusammen mit dem DWD, der FVA und den Städten Karlsruhe und Rheinstetten durchgeführten Projekts GrüneLunge: Inter- und transdisziplinäre Entwicklung von Strategien zur Erhöhung der Resilienz von Bäumen in wachsenden Städten und urbanen Regionen (2018 - 2021).*



GARTENSPIELRAUM



GEFÖRDELT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung



Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz (CC BY-SA 4.0):  
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>