

# Einheimische Stauden und Sträucher bringen Leben in den Garten...

...denn sie sind zusammen mit einheimischen Sträuchern und Bäumen DIE Nahrungsgrundlage für heimische Tiere. Die können mit den Exoten Rhododendron, Kirschlorbeer und Co. nämlich nichts anfangen - Schmetterlinge, Schwebfliegen, Bienen und Käfer finden sind auf einheimische Pflanzen spezialisiert und finden in der Regel nur auf ihnen Nektar und Pollen. Und wo Insekten Nahrung finden, ziehen auch Vögel ihren Nachwuchs auf, fühlen sich Igel und Co. wohl...

Einheimische Stauden sind leicht zu pflegen, robust, schön - und mittlerweile eine Rarität; Exoten stehen in jedem Garten, einheimische Pflanzen machen Ihren Garten zu etwas Besonderem und zu einer Oase für teilweise selten gewordene Tiere.

Sie erhalten die Pflanzen mit etwas Glück in einem guten Gartencenter oder einer Baumschule in Ihrer Nähe - fragen Sie gezielt und achten Sie, wenn möglich, auf den wissenschaftlichen Namen (in den Listen in der zweiten Spalte); er steht in guten Baumschulen auf dem Etikett - und nur dieser Name ist exakt; vertrauen sie auf Ihr Urteil: häufig sind die meisten Fachkräfte nicht mehr so geschult, dass Sie richtig bedient werden.

Vermeiden Sie beim Kauf unbedingt sog. "gefüllte" Sorten: Bei ihnen sind die Blüten züchterisch so verändert, dass sie keinen Pollen und Nektar mehr produzieren!

Bevorzugen Sie einheimische Arten (in der Liste grau unterlegt); die klassischen Bauerngartenstauden sind aber auch gut geeignet – sie stammen meist ebenfalls aus Europa und kommen bei Schmetterling und Co. ebenfalls gut an.

Sie können die Stauden entweder als Samen oder als Pflanze kaufen: Das Selbstziehen aus Samen ist aufwändiger und erfordert ein bisschen Können – dafür können Sie preiswert sehr viele Stauden aufziehen. "Fertige", gekaufte Stauden können Sie sofort verwenden, allerdings ist es sehr teuer, auf diese Art seinen Garten mit vielen Stauden zu bepflanzen – es gibt aber einen Ausweg: Viele ausgewachsene Stauden lassen sich im Frühjahr oder Herbst sehr leicht teilen, so dass Sie aus einer großen bis zu 10 (zunächst) kleine Stauden machen können. Gute Bücher dazu gibt's in Buchhandlungen und Büchereien.

Alle genannten Sträucher mit Ausnahme der Vogelbeere können Sie im Winter beliebig zurückschneiden - Sie brauchen also keine Angst zu haben, dass sie Ihnen über den Kopf wachsen - die Pflanzen werden im nächsten Frühjahr wieder dicht von unten austreiben.

Problemlos bekommen Sie einheimische Stauden bei spezialisierten Versandhändlern wie:

Wildstaudenshop  
Breykamp 80  
48653 Coesfeld  
[www.wildstaudenshop.de](http://www.wildstaudenshop.de)

Hof Berg-Garten GbR  
Lindenweg 17  
79737 Herrischried  
[www.hof-berggarten.de](http://www.hof-berggarten.de)

naturagart, Natur und Garten GmbH & Co KG  
Riesenbecker Str. 63  
49479 Ibbenbüren-Dörenthe  
[www.naturagart.com](http://www.naturagart.com)

Gärtnerei naturwuchs  
Bardenhorst 15  
33739 Bielefeld  
[www.naturwuchs.de](http://www.naturwuchs.de)

"googlen" bringt garantiert weitere Adressen an den Tag...

Sehr empfehlenswert ist bei auch ein Gang in Ihre Stadtbücherei oder in eine Buchhandlung: Fast immer gibt es im Gartenbücherbereich schöne Bücher zu Naturgärten und einheimischen Pflanzen.

**Zahlreiche Informationen finden Sie unabhängig davon hier: [www.nabu.de](http://www.nabu.de)**

Viel Spaß beim Entdecken des Paradieses im eigenen Garten!

Tabelle empfehlenswerter Stauden; einheimische Arten sind grau unterlegt.

"auch Wiese" = die Pflanze eignet sich auch für Wiesen

(Alle Stauden der Tabelle sind gute Pflanzen für einheimische Insekten – bei einigen findet man als Ergänzung trotzdem den Hinweis auf besondere Beliebtheit für bestimmte Arten.)

<b>überwiegend sonnig – halbschattig, normalfeucht</b>		
<b>deutscher Name</b>	<b>wissenschaftlicher Name</b>	<b>Aussehen, Ansprüche + Nutzen</b>
Echter Eibisch	<i>Althaea officinalis</i>	rosa, sonnig
Ochsenzunge	<i>Anchusa officinalis</i>	sonnig, Bienen, Hummeln
Arnika	<i>Arnica montana</i>	gelb, sonnig, auch Wiese
Bärtige Glockenblume	<i>Campanula barbata</i>	sonnig – halbschattig, auch Wiese
Wiesenglockenblume	<i>Campanula patula</i>	blau, sonnig, auch Wiese, mehrjährig
Pfirsichblättrige Glockenblume	<i>Campanula persicifolia</i>	blau, sonnig – halbschattig
Rapunzelglockenblume	<i>Campanula rapunculoides</i>	blau, sonnig – halbschattig, auch Wiese, Wildbienen
Wiesenflockenblume	<i>Centaurea jacea</i>	rosa, sonnig, auch Wiese, Wildbienen, Hummeln
Schwarze Flockenblume	<i>Centaurea nigra</i>	violett, sonnig, auch Wiese, Bienen
Skabiosenflockenblume	<i>Centaurea scabiosa</i>	violett, sonnig, auch Wiese
Tausendgüldenkraut	<i>Centaurium erythraea</i>	rosa, sonnig
Karthäuser Nelke	<i>Dianthus carthusianorum</i>	violett, sonnig
Prachtnelke	<i>Dianthus superbus</i>	rosa, sonnig
Großblütiger Fingerhut	<i>Digitalis grandiflora</i>	gelb, sonnig – halbschattig
Natternkopf	<i>Echium vulgare</i>	blau, sonnig, Bienen
Geissraute	<i>Galega officinalis</i>	rosa, sonnig, Bienen
Wiesenstorchschnabel	<i>Geranium pratense</i>	blau, sonnig, auch Wiese
Nachtviole	<i>Hesperis matronalis</i>	violett, sonnig - halbschattig, Schmetterlinge
Staudenlein	<i>Linum perenne</i>	blau, sonnig
Mondviole	<i>Lunaria rediviva</i>	rosa, sonnig
Pechnelke	<i>Lychnis viscaria</i>	rosa, sonnig
Gartenmalve	<i>Malva sylvestris</i>	dunkelviolett, sonnig
Schlüsselblume	<i>Primula veris</i>	gelb, sonnig
Nelkenleimkraut	<i>Silene armeria</i>	rosarot, sonnig
Lichtnelke	<i>Silene dioica</i>	rosa, sonnig
Goldrute	<i>Solidago virgaurea</i>	gelb, sonnig
Teufelsabbiss	<i>Succisa pratensis</i>	rosa, sonnig, Bienen, Hummeln
Gamander	<i>Teucrium chamaedris</i>	rosa, sonnig, Mauerbiene, Pelzbiene
Eisenkraut	<i>Verbena officinalis</i>	violett, blau, sonnig – halbschattig, Hummeln, Schmetterlinge
Strauchiger Ehrenpreis	<i>Veronica fruticulosa</i>	blau, sonnig, trocken
Büschelehrenpreis	<i>Veronica teucrium</i>	blau, sonnig, Sandbiene

<b>überwiegend, schattig – halbschattig, normalfeucht – feucht</b>		
<b>deutscher Name</b>	<b>wissenschaftlicher Name</b>	<b>Aussehen, Ansprüche + Nutzen</b>
Eisenhut	<i>Aconitum napellus</i>	blau, schattig – halbschattig
Gelber Eisenhut	<i>Aconitum vulparia</i>	gelb, schattig – halbschattig
Blaue Akelei	<i>Aquilegia vulgaris</i>	blau, schattig – halbschattig
Waldgeissbart	<i>Aruncus dioicus</i>	weiß, schattig – halbschattig
Sterndolde	<i>Astrantia major</i>	cremefarben, schattig – halbschattig
Waldglockenblume	<i>Campanula latifolia</i>	blau, schattig – halbschattig
Gelber Fingerhut	<i>Digitalis lutea</i>	gelb, schattig – halbschattig
Waldwitwenblume	<i>Knautia sylvatica</i>	blau, schattig – halbschattig, Sandbienen, Scherenbienen
Wiesenschlüsselblume	<i>Primula elatior</i>	gelb, schattig – halbschattig, auch Wiese
Waldziest	<i>Stachys sylvatica</i>	rot, schattig, Bienen
Waldehrenpreis	<i>Veronica officinalis</i>	rosa, schattig – halbschattig, Sandbienen, Furchenbienen

<b>überwiegend sonnig, feucht</b>		
<b>deutscher Name</b>	<b>wissenschaftlicher Name</b>	<b>Aussehen, Ansprüche + Nutzen</b>
Wasserdost	<i>Eupatorium cannabinum</i>	rosa, sonnig – halbschattig, Schmetterlinge
Mädesüß	<i>Filipendula ulmaria</i>	weiß, sonnig
Kuckuckslichtnelke	<i>Lychnis flos-cuculi</i>	rosa, sonnig, Insekten
Blutweiderich	<i>Lythrum salicaria</i>	rosarot, sonnig – halbschattig
Wiesensalbei	<i>Salvia pratensis</i>	blau, sonnig, auch Wiese
Wiesenraute	<i>Thalictrum aquilegifolium</i>	rosa, halbschattig
Trollblume	<i>Trollius europaeus</i>	gelb, sonnig, feucht

<b>Bauerngartenstauden</b>		
<b>deutscher Name</b>	<b>wissenschaftlicher Name</b>	<b>Aussehen, Ansprüche + Nutzen</b>
Goldschafgarbe	<i>Achillea filipendula</i> "Parkers Varietät"	gelb, sonnig – halbschattig
Kirschkönigin	<i>Achillea millefolium</i> "Kirschkönigin"	rot, sonnig
Sternkugellauch	<i>Allium christophii</i>	violett, sonnig
Weißer Graslilie	<i>Anthericum liliago</i>	weiß, sonnig – halbschattig, auch Wiese
Ochsenauge	<i>Bupthalmum salicifolium</i>	gelb, sonnig
Büschelglockenblume	<i>Campanula glomerata</i>	blau, sonnig – halbschattig
Nesselblättrige Glockenblume	<i>Campanula trachelium</i>	blau, sonnig – halbschattig, auch Wiese
Gelbe Flockenblume	<i>Centaurea macrocephala</i>	gelb, sonnig
Bergflockenblume	<i>Centaurea montana</i>	violett, sonnig, Bienen, Hummeln
Rote Spornblume	<i>Centranthus ruber</i>	rot, sonnig, trocken

<b>Bauerngartenstauden</b>		
<b>deutscher Name</b>	<b>wissenschaftlicher Name</b>	<b>Aussehen, Ansprüche + Nutzen</b>
Margerite	<i>Chrysanthemum leucanthemum</i>	weiß, sonnig
Mädchenauge	<i>Coreopsis lanceolata</i>	gelb, sonnig – halbschattig
Gartenrittersporn	<i>Delphinium elanium</i>	blau, sonnig
Bartnelke	<i>Dianthus barbatus</i>	rot – rosa, sonnig – halbschattig
Diptam	<i>Dictamnus albus</i>	weißrosa, sonnig
Roter Fingerhut	<i>Digitalis purpurea</i>	rosa, halbschattig
Gemswurz	<i>Doronicum orientale</i>	gelb, sonnig – halbschattig
Purpursonnenhut	<i>Echinacea purpurea</i>	rotviolett, sonnig – halbschattig
Roter Natternkopf	<i>Echium russicum</i>	rot, sonnig, trocken
Schwertalant	<i>Inula ensifolia</i>	gelb, sonnig – halbschattig
Schweizer Alant	<i>Inula helenium</i>	gelb, sonnig – halbschattig
Kaukasischer Alant	<i>Inula magnifica</i>	gelb, Bienen, Schmetterlinge, sonnig
Goldkolben	<i>Ligularia dentata</i>	gelb, feucht
Kerzengoldkolben	<i>Ligularia przewalskii</i>	gelb, halbschattig – schattig
Brennende Liebe	<i>Lychnis chalconica</i>	rot, sonnig
Rosenmalve	<i>Malva alcea</i>	rosa, sonnig
Moschusmalve	<i>Malva moschata</i>	dunkelrosa, sonnig, trocken
Orientalischer Mohn	<i>Papaver orientale</i>	rot, sonnig
Phlox	<i>Phlox paniculata</i>	blau, rot, rosa, sonnig – halbschattig, Schmetterlinge
Teufelskralle	<i>Phyteuma orbiculare</i>	blauviolett, sonnig
Ballonblume	<i>Platycodon grandiflorus</i>	blau, sonnig
Blaue Himmelsleiter	<i>Polemonium caeruleum</i>	blau, schattig
Sonnenhut	<i>Rudbeckia fulgida</i> "Goldsturm"	gelb, sonnig - halbschattig
Sonnenhut	<i>Rudbeckia hirta</i>	gelb, sonnig – halbschattig
Großlütiger Ziest	<i>Stachys officinalis</i>	rosa, blau, sonnig – halbschattig, Bienen, Hummeln
Wollziest	<i>Stachyx byzantina</i>	silbrig, Wollbienen
Telekie	<i>Telekia speciosa</i>	gelb, Sonne
Gelbe Königskerze	<i>Verbascum densiflorum</i>	gelb, sonnig
Schwarze Königskerze	<i>Verbascum nigrum</i>	gelb, sonnig
Blauer Ehrenpreis	<i>Veronica spicata</i>	blau, sonnig – halbschattig

Tabelle einheimischer Sträucher; besonders empfehlenswerte sind grau unterlegt.  
 "Blüten" = wichtige Nektar- und Pollenpflanze für Schmetterlinge, Bienen und Co.

<b>deutscher Name</b>	<b>wissenschaftlicher Name</b>	<b>Nutzen</b>
Vogelbeere	<i>Sorbus aucuparia</i>	frische Früchte gekocht essbar als Marmelade, Vitamin C-reich, nur selten schneiden, Blüten
Schwarzer Holunder	<i>Sambucus nigra</i>	Blüten/Früchte nach Erhitzen vielseitig verwendbar
Traubenholunder	<i>Sambucus racemosa</i>	Blüten
Waldhimbeere	<i>Rubus idaeus</i>	Früchte essbar, Blüten
Faulbaum	<i>Rhamnus frangula</i>	Blüten
Wilde rote Johannisbeere	<i>Ribes rubrum</i>	Früchte essbar, Blüten
Eingrifflicher Weißdorn	<i>Crataegus monogyna</i>	Früchte essbar, gutes Vogelschutzgehölz, Blüten
Zweigrifflicher Weißdorn	<i>Crataegus oxyacantha</i>	Früchte essbar, gutes Vogelschutzgehölz, Blüten
Wildbirne	<i>Pyrus pyrastris</i>	gutes Vogelschutzgehölz, Blüten
Roter Hartriegel	<i>Cornus sanguinea</i>	Blüten
Europäisches Pfaffenhütchen	<i>Euonymus europaeus</i>	Blüten
Gewöhnlicher Schneeball	<i>Viburnum opulus</i>	Blüten
Wolliger Schneeball	<i>Viburnum lantana</i>	Blüten
Schlehe	<i>Prunus spinosa</i>	Früchte vielseitig verwendbar, gutes Vogelschutzgehölz, Blüten
Wildapfel	<i>Malus silvestris</i>	gutes Vogelschutzgehölz
Gemeine Berberitze	<i>Berberis vulgaris</i>	Früchte essbar, gutes Vogelschutzgehölz, Blüten
Kreuzdorn	<i>Rhamnus catharticus</i>	gutes Vogelschutzgehölz, Blüten
Sanddorn	<i>Hippophae rhamnoides</i>	Früchte essbar, gutes Vogelschutzgehölz, Blüten
Wilde Stachelbeere	<i>Ribes uva-crispa</i>	Früchte essbar, gutes Vogelschutzgehölz, Wildformen statt der angebotenen Gartenformen pflanzen, Blüten
Haselnuss	<i>Corylus avellana</i>	Nuss essbar
Rote Heckenkirsche	<i>Lonicera xylosteum</i>	Blüten
Wilde schwarze Johannisbeere	<i>Ribes nigrum</i>	Früchte essbar, Blüten
Weiden	<i>Salix-Arten</i>	Als Frühblüher wichtige erste Bienen- und Hummelweide
Gemeiner Liguster	<i>Ligustrum vulgare</i>	Blüten
Hundsrose	<i>Rosa canina</i>	gutes Vogelschutzgehölz, Blüten
Filzrose	<i>Rosa tomentosa</i>	gutes Vogelschutzgehölz, Blüten
Blaugrüne Rose	<i>Rosa vosagiana</i>	gutes Vogelschutzgehölz, Blüten