

# 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>Centaureum 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             |
| Kirschköniging               | <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 |
| Ochsenaugen                  | <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><br>"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   |