
HECKENPFLANZEN

HEILKRÄFTIG, SCHÜTZEND
UND WERTVOLL

Tanja Sixt – www.gaerten-in-muenchen.de



VORWORT

Hecken und Menschen gehören seit Urzeiten zusammen.

Sie sind eine einzigartige Verbindung aus natürlich und menschengemacht.

Schon immer hatten sie eine wichtige Schutzfunktion, sei es im Volksglauben oder wie aktuell als letzte Nahrungsquelle und Unterschlupf für viele Tiere.

Tanja Sixt – www.gaerten-in-muenchen.de

2

GESCHICHTE ZUR HECKE



- Wortursprung: hegga (umzäunen) -> Hag (in Hagerose, Hagedorn...)
- Tür zu anderen Welten (Kultorte mit Hecken umfriedet)
- Hecke als Teil der bäuerlichen Kultur
- Heckenfutter für das Vieh
- Produktionsmittel Heckenholz
- Schutzhecke gegen Angreifer
- Nahrung + Heilsames aus der Hecke
- Leider sind in den 1970er Jahren durch die Flurbereinigung viele Hecken gerodet worden



ÖKOLOGISCHE BEDEUTUNG DER HECKE

- Bilden ein eigenes Mikroklima, bremsen Wind, fördern Taubildung, sind temperaturnausgleichend
- Verhindern Bodenerosion, festigen Böschungen, Terrassen und Uferbereiche
- Luftfilter für Staub und andere Schadstoffe, Lärmschutz
- Schutz, Nahrung und Heimat für Nützlinge und Bestäuber

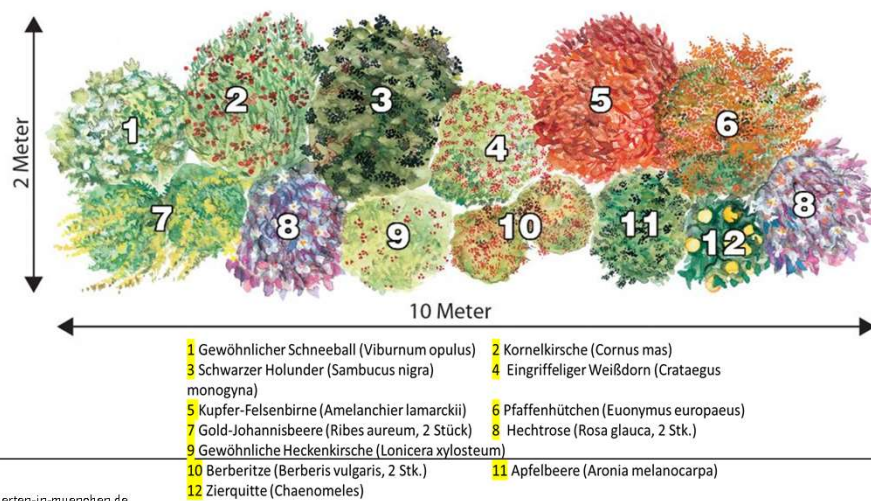
AUFBAU DER HECKE



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

5

BEISPIEL FÜR DEN HAUSGARTEN



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

6

HITPARADE DER HECKENPFLANZEN

(X) = Anzahl der jeweiligen Arten

Die 10 besten für Vögel

- Vogelbeere (63)
- Schwarzer Holunder (62)
- Vogelkirsche (48)
- Traubenholunder (48)
- Gemeiner Wacholder (43)
- Faulbaum (36)
- Weißdorne (32)
- Wilde Brombeere (32)
- Hundsrose (27)
- Roter Hartriegel (24)

Die 10 besten für Insekten

- Salweide (213)
- Weißdorn (163)
- Schlehe (137)
- Haselnuss (112)
- Wildrosen (103)
- Wilde Brombeere (85)
- Vogelbeere (72)
- Faulbaum (45)
- Kreuzdorn (45)
- Rote Heckenkirsche (40)

Die 10 besten für Menschen

- Wildrosen
- Sanddorn
- Vogelbeere
- Schwarzer Holunder
- Haselnuss
- Wilde Brombeere
- Schlehe
- Gemeine Berberitze
- Kornelkirsche
- Gemeine Traubenkirsche

Fraßpflanzen für Schmetterlinge

- Eiche (170)
- Weiden (130)
- Birken (118)
- Himbeere (3)
- Wilde Brombeere (3)
- Weißdorn (2)
- Zitterpappel (1)
- Faulbaum (1)

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

7



Heckenpflanzen im Porträt

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

8

HECKENROSE- ROSA CANINA



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Feldrose, Hundsrose, Hagebutte, Hagedorn, Hainrose, Frauendorn, Hyffa, Mariendorn
- hundsgemein, allgemein, überall zu finden
- Rosengewächse
- Blüte: Juni - Juli
- gedeiht an Waldrändern und in Gebüsch. Sie braucht tiefgründigen Lehmboden. In den Alpen findet man sie bis zu einer Höhe von 1500 m.
- stacheliger Strauch, der bis zu einer Höhe von 3 m wächst.
- weiße, bis rosafarbene Blüten, die 5 Blütenblätter tragen.
- die roten Früchte, die Hagebutten, reifen im Spätsommer heran und bleiben noch bis in das nächste Jahr an den Zweigen hängen.

9

HECKENROSE- ROSA CANINA



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Verwechslungsmöglichkeit mit anderen Wildrosen.
- Früchte sind bekannt für ihren hohen Gehalt an Vitamin C (mindestens 400 mg/100g).
- enthalten aber auch die Vitamine A, B1, B2 sowie Mineralstoffe, Flavonoide und Gerbstoffe.
- somit beugen Hagebutten Erkältungs- und Infektionskrankheiten vor.
- festigen die Gefäße, z. B. bei Venenleiden, helfen bei Zahnfleischbluten und Parodontose und verbessern die Sauerstoffversorgung der Körperzellen.
- Marmelade hilft bei Appetitlosigkeit (teelöffelweise verabreicht).
- die reifen Hagebutten können gesammelt werden, danach entkernt man sie und trocknet die Fruchthülle bei 40 Grad.

10

HECKENROSE

Name	Hagebutten*	Standort
Apfelrose (<i>Rosa villosa</i>)	sehr viel	hohe Schattenverträglichkeit
Bibernellrose (<i>Rosa spinosissima</i>)	mittel	mittlere Schattenverträglichkeit
Essigrose (<i>Rosa gallica</i>)	viel	hohe Schattenverträglichkeit
Filzrose (<i>Rosa tomentosa</i>)	sehr viel	geringe Schattenverträglichkeit
Kriechrose/Ackerrose (<i>Rosa arvensis</i>)	sehr viel	hohe Schattenverträglichkeit
Rotblättrige Rose (<i>Rosa glauca</i>)	viel	geringe Schattenverträglichkeit
Weinrose (<i>Rosa rubiginosa</i>)	sehr viel	geringe Schattenverträglichkeit
Zimtrose (<i>Rosa majalis</i>)	mittel	hohe Schattenverträglichkeit

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

11

SCHLEHE - PRUNUS SPINOSA



- Schlehdorn, Bockbeerli, Dornschlehe, Haferpflaume, Hagedorn, Sauerpflaume, Schwarzdorn
- spinosa = dornig, stachelig + prunus = griechischer Name für Baum
- Rosengewächse
- Blüte: März - April
- Waldrand trifft man häufig auf Schlehdorn-Sträucher. Im Frühling sind sie über und über mit Blüten bedeckt
- in ganz Europa an Waldrändern, in Hecken und an Feldrändern, bevorzugt kalkhaltige Böden, wird bis zu drei Meter hoch.
- Früchte der Schlehe erinnern mit ihrer Farbe an winzige Pflaumen, schmecken vor dem Frost aber sehr herb und zusammenziehend.

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

12

SCHLEHE - PRUNUS SPINOSA



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Tee aus den Schlehenblüten wirkt als mildes Abführmittel, Stärkung des Magens. Hilft auch bei Hautproblemen, Verschleimung und gegen geschwollene Füße.
- Fruchtmus hilft gegen Verstopfung.
- Abkochung der Wurzel hilft gegen Fieber.
- bekannt ist auch Schlehenwein.
- in der Volksheilkunde nutzte man die Pflanze zur: Blutreinigung, bei Husten, verzögerter Menstruation, Steinleiden und Wassersucht.
- äußerlich wendete man sie bei Hautausschlägen von Kinder an.
- Geschichtliches + Mythologie...

13

SCHWARZER HOLUNDER - SAMBUCUS NIGER



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Holler, Hollerbusch, Apothekerstrauch, Elderbaum, Falscher Flieder, Schwitztee
- griech. „sambuke“ ist die Bezeichnung für eine dreieckige Harfe, zu ihrem Bau wurde Holunderholz verwendet
- der Name „Holunder“ geht wohl zurück auf eine vorgermanische Mutter- und Fruchtbarkeitsgöttin namens „Hel, Holle, Holde, Hulde“ Sie war zuständig für „schwarz und weiß“, für „Gold und Pech“, für „Tod und Wiedergeburt“
- Geißblattgewächs
- Blüte: Mai - Juni
- Standort: in feuchten Wäldern, in Hecken, an Bächen, auf Schuttplätzen

14

SCHWARZER HOLUNDER - SAMBUCUS NIGER



- er wurde früher als Sippenbaum ans Haus gepflanzt. Unter ihm wurden Ahnen begraben und Nachfahren gezeugt. Man durfte ihn nicht fällen, damit er kein Unglück bringt und erst recht nicht verbrennen.
- Erkennungsmerkmale: der Strauch wird 4-7 m hoch, mit weit ausladenden, glatten Zweigen, die mit weißem Mark gefüllt sind. Die Blätter sind gegenständig angeordnet, mit meist 5 Fiederblättchen, die beim Zerreiben einen starken, eigenwilligen Geruch haben. Die Blüten duften aufgrund der enthaltenen ätherischen Öle sehr stark. Die Fruchtsiele sind rot und der Fruchtstand ist hängend.

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

15

SCHWARZER HOLUNDER - SAMBUCUS NIGER



Verwechslungsgefahr:

- mit dem Zwergholunder (Attich), der allerdings eine giftige Staude ist, die Stängel bleiben unverholzt
- mit dem Trauben- bzw. dem Roten Holunder, der auch ein giftiger Strauch ist, die Rispen sind stehend und die Früchte sind leuchtend rot

Inhaltsstoffe des schwarzen Holunders:

- Inhaltsstoffe in den **Blüten**: ätherische Öle, Fettsäuren, Flavonoide, Gerbstoffe, Schleimstoffe, hoher Gehalt an Kalium
- Inhaltsstoffe in den **Früchten**: ätherische Öle, Flavonoidglykoside, Anthocyane, Fruchtsäuren, viele Vitamine
- Inhaltsstoffe in den **Blättern und der Rinde**: Blausäureglykoside

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

16

SCHWARZER HOLUNDER - SAMBUCUS NIGER



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Wirkung: schweißtreibend, abwehrstärkend, fiebersenkend, harntreibend, schleimlösend, durchblutungsfördernd.
- Verwendungsmöglichkeiten: aromatische Blüten und Beeren für Tee, Süßspeisen, Getränke...
- wegen der intensiven Färbekraft der Inhaltsstoffe dienen die Beeren auch als Quelle für Lebensmittelfarben.

Heilwirkung:

- Die **Blüten** regen die Sekretion der Schweißdrüsen an und können somit bei allen Beschwerden eingesetzt werden, die durch „Ausschwitzen“ verbessert werden.
- Die **Beeren** regen die Nierenfunktion an, so dass sie bei rheumatischen Beschwerden, Gicht und Hautkrankheiten als „Blutreinigungsmittel“ eingesetzt werden.

17

SCHWARZER HOLUNDER - SAMBUCUS NIGER



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

Heilanwendungen:

- Teezubereitung aus den Blüten, 1 EL lässt man 5 Min ziehen und trinkt ihn möglichst heiß.
- als Badezusatz kocht man 250 g Holunderblüten in 1 l Wasser auf und gibt sie dem Badewasser zu.
- für einen Erkältungssaft mischt man 100 ml Holunderbeerensaft mit der gleichen Menge Wasser, erhitzt dies mit 1 Stange Zimt und 1 Gewürznelke und dem Saft einer Zitrone.

18

KORNELKIRSCH - CORNUS MAS



- Dirndlstrauch, Pfeifenstrauch, Dürkitze, Herlitze
- Hartriegelgewächs
- Blüte: Februar - April
- Standort: in Hecken und Gebüsch, an Waldrändern, in Gärten, v.a. auf nährstoffreichen Böden
- Erkennungsmerkmale: bereits im zeitigen Frühjahr sieht man die leuchtend gelben Blüten, noch bevor das Blattgrün sich zeigt. Sie sind mit einer der ersten Blütenspenden für die Insekten. Die Blätter sind gegenständig, eiförmig, spitz und ganzrandig, die Blattrippen treten deutlich hervor. Die etwas länglichen Kirschfrüchte werden im reifen Zustand dunkelrot und fallen dann leicht vom Baum. Sie besitzt das härteste Holz unserer heimischen Gehölze.

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

19

KORNELKIRSCH - CORNUS MAS



- Inhaltsstoffe: Flavonoide, Gerbstoffe, Mineralien, Vitamine, B, C und E
- Heilwirkung:
- die Beeren wirken entzündungshemmend, fiebersenkend und kräftigend.
 - Blätter und Rinde enthalten Gerbstoffe, aus denen man auch eine wundheilende Salbe herstellen kann, die z.B. auch bei Krampfadern hilft.
 - Verwendete Pflanzenteile:
 - Blüten und Blätter nimmt man gerne für Tee, die Blüten v.a. zum Aromatisieren.
 - die Früchte verwendet man für Süßspeisen, Getränke, wie Limo, Wein und Likör...
 - aus den Samen der Früchte kann man von Juli bis Oktober eine Art röstbitteren Kaffee mahlen.

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

20

WEIßDORN - CRATAEGUS MONOGYNA (EINGRIFFELIG) + CRATAEGUS LAEVIGATA (ZWEIGRIFFELIG)



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Schlafbäumchen, Hagedorn
- griech. „krataios“ = „hart, mächtig“ bezieht sich auf die Härte des Holzes, es ist geeignet für Werkzeugstiele, Spazierstöcke
- Rosengewächs
- Blüte: Mai - Juni
- Standort: in sonnigen Gebüsch, in lichten Laubwäldern, an Weg- und Waldrändern
- Erkennungsmerkmale: der Strauch wird zwischen 3-8 m hoch, die Blätter sind mehr oder weniger stark gelappt, sattgrün und glänzend, die 5 weißen Blütenblätter tragen einen oder zwei Griffel, dementsprechend hat er 1 oder 2 Kerne in der Frucht.

21

WEIßDORN - CRATAEGUS MONOGYNA (EINGRIFFELIG) + CRATAEGUS LAEVIGATA (ZWEIGRIFFELIG)



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Crataegus monogyna (eingriffelig) - Blätter sind spitz gelappt
- Crataegus laevigata (zweigriffelig) - Blätter sind leicht gelappt
- Verwandte Art: Rotdorn, Zierform mit dunkelrosa Blüten, geeignet für Gärten
- Inhaltsstoffe: Flavonoide, Gerbstoffe, ätherische Öle, Vitamin C
- Wirkung: positive Wirkung auf die Durchblutung der Herzkranzgefäße, Senkung des Blutdrucks, Stabilisierung und Harmonisierung des Herzrhythmus.
- Die Schutzwirkung für das Herz des Menschen ist ebenso stark wie das Holz selbst.
- Die Heilwirkung von Weißdornpräparaten stellt sich allerdings erst nach längerer Einnahme ein!

22

WEIßDORN - CRATAEGUS MONOGYNA (EINGRIFFELIG) + CRATAEGUS LAEVIGATA (ZWEIGRIFFELIG)



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Heilanwendung: Teezubereitung aus Blüten (Mai/Juni), Blättern (Juli) und Früchten (September/Okttober) zu gleichen Teilen, 1-2 TL pro Tasse lässt man 10 Min ziehen.
- weitere Weißdornzubereitungen: Weißdornwein, Weißdortinkturen oder Fruchtmus.
- zur Stärkung von Herz und Kreislauf haben Crataegut-Präparate heute einen sehr wichtigen Platz in der Naturheilkunde!
- er ist in ganz Europa zu finden und kann bis zu 500 Jahren alt werden

23

FELSENBIRNE- AMELANCHIER OVALIS



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Edelweißstrauch, Felsenmispel, Fliegenbeerstrauch, Gamsbeere, Korinthenbaum
- „Amelanchier“ leitet sich aus dem provenzalischen Namen der Felsenbirne ab: „amelanche“, ein Wort keltischen Ursprungs, das Äpfelchen bedeutet
- ovalis: elliptisch, oval
- Rosengewächs
- Blüte: April-Mai
- Standort: sonnig bis halbschattig, Waldränder, sandig-lehmiger Boden, mäßig trocken bis feucht, kalkliebend

24

FELSENBIRNE- AMELANCHIER OVALIS



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Seit dem 16. Jahrhundert wird die Gemeine Felsenbirne auch als Zierpflanze in Grünanlagen und Gärten kultiviert. Häufiger finden jedoch amerikanische Arten wie die Kupfer-Felsenbirne.
- Inhaltsstoffe: **Blätter** und **Samen** der Felsenbirne enthalten geringe Mengen cyanogene Glykoside (d. h. Blausäure (HCN) abspaltender Glykoside).
- **Früchte** können zu Marmelade verarbeitet werden, wobei der gesundheitsfördernde Gehalt an Anthocyanen so hoch ist, wie in Kultur Heidelbeeren.

25

SANDDORN- HIPPOPHAE RHAMNOIDES



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

- Fasan(en)beer(e), Haffdorn, Seedorn, „Zitrone des Nordens“
- Der botanische Gattungsname "Hippophae" enthält die beiden griechischen Wörter "hippos" (Pferd) und "phaes" (leuchtend). Der Artnamen "rhamnoides" geht auf das Wort "rhamnus" zurück, was Dorn bedeutet und auf die Bedornung des Sanddorns Bezug nimmt.
- ist zweihäusig
- Ölweidengewächse
- Blüte: März-Mai
- Standort: bevorzugt kalkhaltige Sand- und Kiesböden in sonnigen Lagen

26

SANDDORN- HIPPOPHAE RHAMNOIDES



- Inhaltsstoffe: hoher Vitamin C-Gehalt, Beta-Karotin und Gerbstoffe
- Wirkung: Frucht: bei Anfälligkeit auf Erkältungskrankheiten, bei fieberhaften Infektionen, das fette Öl fördert die Wundheilung
- seit 2000 Jahren sind die heilenden Kräfte des Sanddorns in Ostasien bekannt. In Europa taucht der Sanddorn erst in den Kräuterbüchern des Mittelalters als Heilmittel auf, vor allem die Beeren werden gegen Seekrankheit und Fieber empfohlen.

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

27

HASELNUSS- CORYLUS AVELLANA



- Hagnuss, Hexenstrauch, Klöterbusch
- Corylus kommt von griechisch corys = Maske, wegen der gefransten Deckblätter, die die Nuss maskenartig umhüllen. Avellana weist auf die Stadt Avella in Kampanien hin, die für ihre Nüsse bekannt war.
- Das deutsche Wort Hasel entwickelte sich aus dem althochdeutschen hasal = Nuss.
- Birkengewächse
- Blüte: Februar-April
- Standort: lichten Laubwäldern, an Waldrändern, Gebüschsäumen, tiefgründigen, lockeren, humosen, oft steinigen, nährstoffreichen Lehmböden

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

28

HASELNUSS- CORYLUS AVELLANA



- **Inhaltstoffe:** Der Anteil an Vitamin E ist im Vergleich mit anderen Nussorten recht hoch.
- **Wirkung:** Die Blätter für Leber und Gallenerkrankungen. Äußerlich als Waschungen und Umschläge für Venenerkrankungen. Die Nüsse sind gut für Gehirn und Nerven und zur Linderung von Gleichgewichtsstörungen. Sie helfen nachweislich bei mangelnder Konzentration und Vergesslichkeit.
- Die Hasel war ein Sinnbild der Frühlingsgöttin.
- Im Volksglauben wurde dem Haselnussstrauch auch eine blitzabwehrende Kraft zugesprochen. Bei Aufzug eines Gewitters steckte man Haselnusszweige ans Fenster.

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

29

PFAFFENHÜTCHEN – EUONYMUS EUROPAEUS



- Bischofsmütze, gewöhnlicher Spindelstrauch, Hahnenhoden, Korallenbaumstaude, Pfaffenholz, Rotkehlchenbrot, Schuhnägelholz
- Euonymus kommt aus dem Griechischen und heißt übersetzt „guter Name, guter Ruf“ was allerdings spöttisch gemeint war, wegen dem üblen Geruch und der Giftigkeit
- Der griechische Schriftsteller Theophrastus sagte, die Blüten würden „nach Mord riechen“
- Spindelbaumgewächse (Celastraceae)
- Blüte: Mai-Juni
- Standort: bevorzugt in Au- und Laubwäldern, Waldsäumen und Hecken, am liebsten sonnig

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

30

PFAFFENHÜTCHEN – EUONYMUS EUROPAEUS



- Wurde 2006 zur Giftpflanze des Jahres gekürt, alle Pflanzenteile sind giftig!
- Von dem Strauch ernähren sich 21 Insektenarten, und von den Früchten 24 Vogelarten, außerdem nagen ca. 15 Säugetierarten an Blättern, Trieben und Früchten wie Gelbhalsmaus und Rötelmaus.
- Wunderschöner Herbstflor!

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

31

VOGELBEERE - SORBUS AUCUPARIA



- Eberesche, Drosselbeere, Krähenbaum, Krammetsbeere, Quitsche
- lat. „aucupium“ setzt sich zusammen aus „avis“ = Vogel und „capere“ = einfangen
- Rosengewächs
- Der Name „Eberesche“ geht zurück auf die frühere Verwendung in der Schweinemast.
- Blüte: Mai - Juli
- Standort: in Gebüsch, in lichten Laub- und Nadelwäldern, in Moorwäldern, an Waldschlägen, zwischen Felsen.
- sie steht meist auf nährstoffarmen Böden, häufig im Gebirge bis auf 1500 m Höhe

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

32

VOGELBEERE - SORBUS AUCUPARIA



- Erkennungsmerkmale: sie wächst als Strauch und wird meist zwischen 5-8 Metern hoch, der Stamm und die Äste haben eine glatte Rinde, ein Blatt besteht aus 9-17 gezähnten Fiederblättchen

Verwandte Arten:

- Elsbeere - Sorbus torminalis - seltenes, einheimisches Laubgehölz
- Mehlbeere - Sorbus aria - findet man oft in Parks oder als Alleebaum
- Speierling - Sorbus domestica

Inhaltstoffe:

- viel Vitamin C, Gerbstoffe, Parasorbinsäure, Pektine, Fruchtsäuren, Carotinoide

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

33

VOGELBEERE - SORBUS AUCUPARIA



- rohe Früchte können in größeren Mengen durch die enthaltene Parasorbinsäure zu Erbrechen und Durchfall führen.
- „Mährische“ Eberesche - Sorbus aucuparia „Edulis“ - um 1810 in Mähren entdeckt. Sie ist auch roh essbar, da sie keine Parasorbinsäure enthält und damit nicht bitter schmeckt.
- für Kompott und Spirituosen verwendet man heute gerne diese bitterstoffarme und zuckerreiche Mährische Eberesche.
- früher hat man aus den Beeren Sorbit - Zuckeraustauschstoff für Diabetiker – gewonnen.
- früher war die Vogelbeere auch ein wichtiges Mittel gegen Skorbut.

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

34

VOGELBEERE - SORBUS AUCUPARIA



- Vögel fressen die Früchte gerne im Winter, sie sind eine wichtige Nahrungsquelle, daher kommt auch der Name „Vogelbeere“
- der Kräuterpfarrer Künzle empfahl einen Absud aus den Beeren zum Gurgeln gegen Heiserkeit. Es galt als Geheimmittel für Redner und Sänger!!!

WEITERE HECKENPFLANZEN

- | | |
|----------------------|------------------------------|
| • Berberitze | • Pimpernuss |
| • Brombeere | • Gemeiner Schneeball |
| • Faulbaum | • Wolliger Schneeball |
| • Hartriegel | • Stechpalme |
| • Rote Heckenkirsche | • Gewöhnliche Traubenkirsche |
| • Kreuzdorn | • Vogelkirsche |
| • Liguster | • Weinrose |
| • Mehlbeere | |



GEEIGNETE WILDSTRÄUCHERLISTE FÜR DEN GARTEN VOM NABU

https://hamburg.nabu.de/imperia/md/content/hamburg/geschaeftsstelle/wildstraecher_garten_nabu_hamburg.pdf



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

37

BEISPIEL FÜR HECKE IM GARTEN IN DER VIELFALTSMACHERN- VIELFALTSFIBEL

<https://www.vielfaltsmacher.de/wp-content/uploads/2022/02/Vielfaltsmacher-Vielfaltsfibel.pdf>



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

38





**GEHEIMNISSE
DER
HECKEN**
Heilkraft, Mythen
und Kulturgeschichte
unserer Sträucher

BUCHEMPFEHLUNGEN:

- **Geheimnisse der Hecken – Heilkraft, Mythen und Kulturgeschichte unserer Sträucher** von Rudi Beiser (Ulmer Verlag)
- **Kleiner Wildkräuterführer – Heimische Wildpflanzen suchen, bestimmen und verwenden** von Margarete Vogls (Emuverlag)



Margarete Vogls
Kleiner Wildkräuterführer
HEIMISCHE WILDPFLANZEN SUCHEN,
BESTIMMEN UND VERWENDEN



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

40



VIELEN DANK