

NATUR GARTEN FREUDE

Lebendiges Zuhause



NATUR *um uns*



Um uns herum existiert eine Welt voller Wunder, die wir oft kaum noch wahrnehmen. Dabei ist die Natur nicht nur vielfältig und faszinierend, sie ist auch ein Ort, der uns erdet, inspiriert und nachweislich unserer seelischen Gesundheit guttut. Sich mit ihr zu beschäftigen, heißt immer auch, sich selbst besser zu verstehen.

Die verheerende Flut im Juli 2021 hat neben sichtbaren Zerstörungen auch tiefe seelische Wunden hinterlassen. Die unserem Verein NAK-karitativ anvertrauten Spendenmittel wollten wir daher bewusst so einsetzen, dass beide Aspekte berücksichtigt werden. Während äußere Schäden allmählich behoben werden, bleiben innere Verletzungen oft verborgen und beginnen erst später zu wirken.

So entstand die Idee, lebendige, nachhaltige Räume zu schaffen, die Natur erfahrbar machen, für Kinder und Erwachsene gleichermaßen. Orte, die heilsam wirken, zum naturnahen Wiederaufbau inspirieren und das Bewusstsein für ein intaktes Ökosystem stärken.

Mit dieser und weiterer Broschüren zeigen wir anhand ausgewählter Projekte, was den Zusammenhalt von Mensch und Natur ausmacht: die „Stadtoase“, der „Waldentdeckerpfad“, „Leben im Wasser am Quarzkaul“, Installationen an

Baumlehrpfaden und Streuobstwiesen sowie Schulgärten. Sie stehen exemplarisch dafür, wie Natur wieder als wertvoll und schützenswert erlebt werden kann.

Besonders bewegend ist die Freude der Kinder, die diese Orte neu entdecken. Zurückhaltende Kinder blühen auf, wenn sie sehen, dass aus einem selbst gepflanzten Samen eine Pflanze wächst. Auffällige Kinder kommen ins Staunen, wenn sie einen Käfer beobachten. So entstehen Erfahrungen, die bleiben, und der Schmerz von manch einer Wunde klingt ab. Die Natur ist ebenso empfindsam wie unsere Seele, wir können sie rehabilitieren und schützen, aber erfolgte Schäden nicht rückgängig machen.

Mein Dank gilt allen Unterstützerinnen und Unterstützern sowie unserer Kollegin Dr. Ragna Neumann-Franz, die mit ihrem Fachwissen, ihrer Begeisterung und als Flutbetroffene maßgeblich zum Gelingen beigetragen hat. Wir hoffen, dass diese Projekte langfristig wirken und zur Heilung beitragen. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Gestalten und Entdecken!

Ihre
Tatjana Augustin
Geschäftsführerin NAK-karitativ e.V.

Die klimatischen Veränderungen bringen Trockenheit, Hitze und Starkregen mit sich

Klimatische Veränderungen sind zunehmend spürbar – heißere Sommer, Trockenphasen und Starkregenereignisse fordern uns heraus. Die Flutkatastrophe im Sommer 2021 hat deutlich vor Augen geführt, wie verwundbar ganze Regionen, wie das Ahrtal, gegenüber extremen Wetterereignissen sind. Umso wichtiger ist es, beim gemeinsamen Wiederaufbau gezielte Maßnahmen zur Klimaanpassung zu ergreifen und der Natur mehr Raum zu geben.

Diese können bereits im Kleinen beginnen. Jeder Quadratmeter zählt: Öffentliche Grünflächen, aber auch eigene Gärten und selbst Balkone bergen ein enormes Potential für biologische Vielfalt.

Im Folgenden findest du Impulse für einen einfachen Einstieg in einen hitzetoleranten Naturgarten. Neben der Hitzetoleranz der Pflanzen ist die richtige Auswahl auch eine hervorragende Nahrungsgrundlage für Insekten und damit wertest du die innerstädtische Biodiversität auf.

Was kann ich tun?

Mit hitzeresistenten Pflanzen und naturnaher Gestaltung werden Ihre Gärten zu einem Lebensraum und Kleinod. Gleichzeitig benötigen sie weniger Wasser und verbessern das Mikroklima.

KLIMAWANDEL

Dieser Hauch von
NICHTS
bedeutet für uns
ALLES!



Was ist
entscheidend
bei der

PFLANZENWAHL?

Bei der Pflanzenauswahl sollte bevorzugt auf heimische Arten zurückgegriffen werden: Wildstauden, Sträucher, Bäume und Kräuter. Neben der Speicherung von Kohlendioxid und der Produktion von Sauerstoff leisten sie einen erheblichen Beitrag zur Artenvielfalt. Denn unsere heimische Tier- und Pflanzenwelt ist aufeinander abgestimmt! Wildbienen zum Beispiel sind sogenannte Spezialisten, die bestimmte Pflanzenarten für ihren gesamten Lebenszyklus benötigen.

Wie so sollte ich
Bienen unterstützen?

Viele kennen die Leistungen der Honigbienen als Bestäuber in der Natur und im Obst- & Gemüseanbau. Die Bedeutung der Wildbienen als Bestäuber wurde lange unterschätzt. Viele fliegen noch, wenn es den Honigbienen noch zu kalt oder zu nass ist. Mauerbienen bestäuben z.B. um ein vielfaches effizienter als die Honigbienen. Durch ihre Spezialisierung bestäuben Wildbienen Pflanzen, die die Honigbienen aufgrund ihres Körperbaus nicht bestäuben können oder links liegen lassen.



Keine Angst
vor Bienen!



Biologie der Wildbienen | Was macht eine Wildbiene aus?

Einige Wildbienenarten sind nur 5 mm klein. Andere sind bis zu 3 cm groß z. B. Holzbienen und Hummeln. Viele Arten sehen der Honigbiene zum Verwechseln ähnlich. Typisch für Bienen ist eine pelzige Behaarung. Am Bauch oder an den Beinen tragen sie oft den Pollen, das unterscheidet sie von den Wespen.

Die meisten Wildbienen sind Einzelgänger. Nester werden allein von den Weibchen gebaut. Diese versorgen ihre Brutzellen ohne die Hilfe von Artgenossen. Nur Hummeln und einige Furchenbienenarten leben sozial ähnlich der Honigbienen.

Die meisten Wildbienen können
uns nicht mal stechen!



Gärten entstehen nicht zufällig.
Sie sind das Ergebnis von Entschei-
dungen, Verantwortung und dem
Respekt vor dem, was bereits da ist.

Für Staudenbeete bieten sich an:

Fetthenne, Kugeldistel, Löwenmäulchen, Phlox, Flockenblume, Malven und Schleifenblume.

Bienen mögen auch Gehölze wie Kornelkirsche, Hartriegel, Schneeball, Liguster, Weißdorn, Salweide, Efeu, Mehlbeere und Vogelbeere.

Pollen und Nektar in Hülle und Fülle bieten Beerensträucher wie Himbeere, Johannisbeere, Stachelbeere und insbesondere Brombeere.

Zur Gründung von Nutzbeeten eignen sich Phacelia, Buchweizen, Senf, Ackerbohnen, Kleearten, Ringelblumen und Malven.



Pflanz
dir
Tiere!

Wildbienen sind auf heimische
Wildpflanzen angepasst
und umgekehrt:

Wildblumenart	Geförderte Bienenarten
Acker-Hundskamille	Masken-, Furchen-, Schmal-, Seiden- und Lächerbienenarten
Färber-Resede	Sand- und Schmalbienen sowie Reseden-Maskenbiene
Klatsch-Mohn	Furchen-, Schmal- und Mauerbienenarten
Wilde Möhre	Sand-, Furchen- und Schmalbienenarten
Kornblume	Sand-, Furchen-, Pelz-, Mauer- und Rainfarn-Maskenbienen
Ringelblume	Gewöhnliche Lächerbiene



Gib denjenigen Pflanzen Vorzug,
von denen Bienen, Hummeln und
Schmetterlinge auch etwas haben!

Mehr als
nur schön:
Wildstauden

BEET

Für Staudenbeete sollte nicht nur auf Regionalität (gezielt nach Wildstauden fragen) geachtet werden, sondern auch darauf, dass das Blühfenster möglichst breit ist und somit das Nahrungsangebot ganzjährig verfügbar ist.

Hier das Beispiel ‚Wilde Schönheiten‘ unserer ‚Klima-Aktion 2026‘.



Wildstaudenbeet bei der ‚Stadtoase Ahrweiler‘

	Deutscher Name	Botanischer Name	Höhe	Blühfenster
	Christrose	<i>Helleborus niger</i>	25	Dez-März
	Kuhschelle	<i>Pulsatilla vulgaris</i>	30	März-Mai
	Schlüsselblume	<i>Primula veris</i>	20	März-Mai
	Feld-Thymian	<i>Thymus polegiodes</i>	10	Juni-Okt
	Berg-Flockenblume	<i>Centaurea montana</i>	40	Mai-Juli
	Wiesen-Schafgarbe	<i>Achillea millefolium</i>	50	Juni-Okt
	Moschus-Malve	<i>Malva moschata</i>	60	Juni-Okt
	Glockenblume	<i>Campanula persicifolia</i>	50	Juni-Aug
	Nickendes Leimkraut	<i>Silene nutans</i>	40	Juni-Aug
	Wiesen-Salbei	<i>Salvia pratensis</i>	50	Juni-Aug
	Mannstreu	<i>Eryngium planum</i>	80	Juli-Sept
	Alant	<i>Inula ensifolia</i>	50	Juli-Aug

Wildpflanzen Gärtnerei Stricker GbR. Zertifizierte Wildstauden-Gärtnerei

Weitere Pflanzbeispiele findest du u.a. unter:
www.bienenretter.de
www.tausende-gaerten.de

Fast überall lassen sich
Blumenkästen anbringen.
Zum Beispiel auf dem



Küchen-Salbei
Lat. *Salvia officinalis*
Blühzeit: Mai - Juli
Höhe: 30-80 cm



Thymian
Lat. *Thymus vulgaris*
Blühzeit: Mai - Sept.
Höhe: 5-30 cm



Oregano/Dost
Lat. *Oreganum vulgare*
Blühzeit: Juli - Sept.
Höhe: 20-60 cm



Bohnenkraut
Lat. *Satureja*
Blühzeit: Juli - Okt.
Höhe: 10-30 cm



Ysop
Lat. *Hyssopus officinalis*
Blühzeit: Juli - Okt.
Höhe: 25-60 cm



Zitronenmelisse
Lat. *Melissa officinalis*
Blühzeit: Juni/Juli
Höhe: 20-90 cm



Pfefferminze
Lat. *Mentha piperina*
Blühzeit: Juni/Juli
Höhe: 30-90 cm



Lavendel
Lat. *Lavandula*
Blühzeit: Juli-Sept.
Höhe: 20-50 cm

BALKON

Mit dem ‚intelligenten‘ Blumenkasten kannst du gleich mehrere Ziele erreichen. Er ist schön und bunt, aber auch insektenfreundlich und dazu noch küchen-geeignet. Sein Pflegeaufwand ist sehr gering. Mit wenigen Handgriffen kannst du selbst Terrasse und Balkon in ein Schlaraffenland für Bienen, Hummeln und Schmetterlinge verwandeln. Da haben Mensch und Bienen etwas davon. Lass immer genug blühen und schneide die Blüten nicht ab!

Hier ein Beispiel aus ‚unserer Klima-Aktion 2026‘: Naschkräuter in der Kiste!



Etwas
zum
Naschen
für
Mensch
und
Tier

Etwas
Blühendes
auf dem
Fenstersims
bringt
Freude!

STEINMAUERN

Dachbegrünung und Bodendecker

*Scharfer
Mauerpfeffer*



Speichert CO₂ in Form von Apfelsäure.
Lat. Sedum acre
Blühzeit Juni/Juli
Höhe: 5-10 cm

*Weißer
Mauerpfeffer*



Wüchsiger Flächendecker.
Lat. Sedum album
Blühzeit Juni-Aug.
Höhe: 5-10 cm

*Große
Fetthenne*



Bekannt auch als Hohes Fettblatt.
Lat. Sedum telephium
Blühzeit Aug.-Okt.
Höhe: 40-50 cm

*Milder
Mauerpfeffer*



Traditionell als Heilpflanze genutzt.
Lat. Sedum sexangulare
Blühzeit Juni/Juli
Höhe: 5-15 cm

Neben den zahlreichen Küchenkräutern eignen sich beispielsweise auch die Mauerpfefferarten links für eine bienenfreundlichen Bepflanzung.

Diese insektenfreundlichen Arten benötigen nur wenige Nährstoffe, kommen mit geringer Bewässerung zurecht und können deshalb Steinmauern, Steingärten oder Dachbegrünung aufwerten.

Blühpolster-Beispiel unserer „Klima-Aktion 2026“

Sorte	Blühfarbe	Blühfenster
Sedum spathulifolium		Mai-Aug
Sedum acre		Juni/Juli
Sedum sexangulare		Juni/Juli
Sedum album		Juni-Aug
Thymus serpyllum		Mai-Aug
Veronica prostrata		Mai-Juli



*Nicht alles,
was bunt ist,
ist ebendig*



Wildblumenwiese bei der „Stadttoase Ahrweiler“

BIENENWEIDE

Wer einen Garten hat, kann auch eine blühende Blumenweide anlegen. Das ist eine bunte Blumenwiese aus einer Mischung von Kultur- und Wildarten, die meist als Bienenschmaus, Bienenweide oder regionale Blümmischungen in Bio-Qualität im Fachhandel erhältlich sind.

Es gibt Mischungen mit vornehmlich einjährigen Kulturarten wie Phacelia, Buchweizen, Ackersenf, Ringelblume und Koriander. Sie eignen sich für fast alle Standorte und Lagen mit Ausnahme trockener Sandböden.

Mehr Vielfalt und daher sehr empfehlenswert bieten die mehrjährigen Blümmischungen mit einem großen heimischen Wildkräuteranteil: Diese bereichern auch das Nektar- und Pollenangebot für seltene Wildbienen in Gärten, Balkonen und Verkehrsinseln. Blühende Wiesen bieten zusätzlich einen Lebensraum für andere Tiere wie z.B. Bodenbrüter. Kurzinfos findest du auch unter www.bienenretter.de

Zahlreiche Saatmischungen im Einzelhandel sind nur mäßig für unsere Bienen geeignet. Die Zusammenstellung ist häufig nach Preis oder Ästhetik ausgesucht und gerade nicht auf die Förderung von Bienen und biologischer Vielfalt. Hybride Arten, ein günstiger Preis oder eine geringe Anzahl von Arten sind häufig ein Indiz dafür, darunter findet man auch Markenhersteller. Saatgut aus dem Ausland kann zudem mit Samen von Pflanzen verunreinigt sein, die unsere heimische Vielfalt bedrohen.



Zertifiziertes Regio-Saatgut „Wärmeliebender Saum“ von Rieger-Hofmann „Stadttoase Ahrweiler“





FRÜHBLÜHER

Warum so wichtig?

Der Herbst ist die Zeit, um Blumenzwiebeln zu stecken. Vor allem Frühblüher dienen im zeitigen Frühjahr den Bienen und anderen Insekten als **erste wichtige Nahrungsquelle**. Gerade völkerbildende Arten wie Honigbienen und Hummeln sind auf Frühblüher wie Krokusse angewiesen. Nektar und Pollen sorgen für den Aufbau und die Stabilisierung der Völker in einer schweren Zeit. Obwohl bei uns nicht überall ursprünglich, haben sie den Status ‚einheimisch‘ erhalten. Die Attraktivität auch für einige Wildbienenarten ist hoch.

Gründe, warum Frühblüher wie Krokusse so bedeutend sind:

Frühe Nahrungsquelle: Im Frühjahr ist das Nahrungsangebot für Bienen noch sehr knapp, da die meisten Pflanzen erst später blühen. Krokusse und andere Frühblüher bieten ihnen schon frühzeitig Nahrung.

Energiezufuhr nach dem Winter: Nach dem Winter sind die Bienen oft geschwächt und benötigen dringend Energie in Form von Nektar. Der Blütennektar der Krokusse gibt ihnen die notwendige Energie, um wieder aktiv zu werden.

Pollen als Proteinquelle: Pollen ist für Bienen eine essentielle Eiweißquelle, die sie brauchen, um die Brut zu füttern und so das Wachstum des Bienenvolkes zu fördern.

Erhalt des Honigbienen-Volkes: Die Versorgung durch Frühblüher unterstützt die Königin bei der Eiablage, was für den Fortbestand des Bienenvolkes entscheidend ist.

Diese Frühblüher sind unter anderen Freunde der Bienen:



Wildkrokus
Botanische Krokusse



Kegelblume
Puschkenia libanotica



Blausternchen
Scilla siberica



Sternhyazinthe
Chionodoxa fobesii



Traubenhyazinthe
Muscari armeniacum

ERDE

Bei allen guten Vorsätzen sollte man nicht vergessen, wie wichtig der Boden ist!

Bei der Wahl der Erde bitte auf torffreie Produkte zurückgreifen. Denn bei Erstellung eines neuen Biotops sollte dafür kein natürlicher Lebensraum zerstört werden.

Für die Herstellung torfhaltiger Erde werden Moore zerstört, die nicht nur einen einzigartigen Lebensraum darstellen, sondern auch als großer Kohlendioxid-speicher eine wichtige Rolle im Klimawandel spielen.

Glücklicherweise gibt es inzwischen viel Erfahrung mit Torfersatzstoffen. Viele regionale Anbieter von torffreien Produkten ermöglichen einen „Wirtschaftskreislauf Erde“ ohne lange Transportwege.



Wo leben
und nisten

WILDBIENEN



Lebensraum

Da sich die Lebensräume der Wildbienen unterscheiden, sind nicht überall die gleichen Arten anzutreffen. Für einen Lebensraum muss ein artspezifischer Nistplatz und Nahrungspflanzen in ausreichender Menge vorhanden sein.

Die meisten Arten benötigen zusätzlich Baumaterial für die Brutzellen wie feuchte Erde oder Pflanzenwolle. Der Flugradius von Wildbienen beträgt je nach Art nur 50 bis 300 m, daher sind sie auf standorttreue Blühpflanzen in der Nähe angewiesen.

Totholz

Die meisten Mauerbienen-, Maskenbienen- und Löcherbienenarten, die in Hohlräumen nisten, bohren nicht selbst. Sie beziehen bereits vorhandene Nistgänge, in denen sie ihre Brutzellen bauen. Diese Nistgänge sind Fraßgänge von bestimmten Käferarten. Holzbienen nagen ihre Nistgänge gerne selbst in mürbes Totholz oder in markhaltige Stängel. In unseren aufgeräumten Wäldern und Landschaften gibt es kaum noch Totholz und somit fehlen diese Nistplätze.

Bodenbrüter

Kaum jemand denkt bei Wildbienen an bodenbrütende Arten, dabei sind sie in Deutschland sehr zahlreich. Sand- und Furchenbienenarten nisten in lockeren Sandböden, festgefahretem Boden von Feldwegen oder Böschungen von Sand-/Kiesgruben. Pelz- und Seidenbienenarten präferieren senkrechte Abbruchkanten, Uferböschungen und Lösswände. In Erdspalten, Trockenmauern und Steinhäufen nisten häufig auch Wollbienen und Blattschneiderbienen.

Weitere Anleitungen u.a. unter:

www.bienenretter.de

www.artenschutz-am-pilgerweg.eu

Nisthilfe für Hohlraumbewohner

Wildbienenhotels aus dem Handel sind zwar optisch schön, aber nicht immer nützlich. Selbermachen hilft und macht Spaß: Unbehandelte Holunder-, Bambus- oder Schilfstängel in 10–15 cm lange Stücke schneiden. Bündeln und in eine Dose oder einen Holzkasten stecken. Waagrecht an trockenen Stellen wie sonnigem Balkon oder Dachvorsprung befestigen.

Markhaltige 40 cm lange Stängel von Brombeere oder Königskerze senkrecht am Balkongitter, Zaun oder Pflanzstab befestigen.

Waagrecht gebohrte Löcher in Laubhölzern bieten hohlraumnistenden Arten Zuflucht.

Totholz einfach mal liegen lassen: Holzbienen nagen ihre Nestgänge gerne selbst in mürbes Totholz.



Laubsauger? Nein Danke!

Sie zerstückeln viele Kleinstlebewesen, z.B. Schmetterlinge, Falter und Nützlinge. Lieber zu Rechen und Besen greifen. Mehr zu Nisthilfen:



LEBENSRAUM schaffen



WASSER *im* GARTEN

Wasseranlagen, wie Teiche und Sickermulden bieten nicht nur Lebensraum, sondern stellen auch eine willkommene Abkühlung durch Verdunstung im eigenen Garten dar.

Regenwasser

kann aufgefangen werden und später zum Gießen verwendet werden. Das entlastet die Kanalisation und den Geldbeutel.

„Sickermulde“ in der „Stadtoase Ahrweiler“



Ob Teich, Pfütze oder Sickermulde: solche Orte und Stellen dienen auch immer als willkommene Tränken für Insekten und Vögel und weitere Tiere



Regenwasserreservoir in der „Schul-Naschzeile“



WASSERABLAUF

Beispiel „Fugenbepflanzung im Versickerungspflaster“ mit speziellem Saatgut bei der „Stadtoase Ahrweiler“



Wo immer möglich, halte deine Flächen versickerungsoffen, damit Regenwasser nicht **stehen bleibt**, sondern versickert und damit Pflanzen **gießt** sowie das Grundwasser stärkt.

Oder trage zu einer **Teilentsiegelung** bei und begrüne deine Dächer: Solch eine Dachbegrünung schafft nicht nur Lebensraum, sondern sorgt für angenehme Kühlung im Sommer und einen deutlich verringerten Ablauf des Regenwassers.

Beispiel für eine Dachbegrünung





Neuapostolische Kirche – karitativ e.V.
Kullrichstraße 1 · 44141 Dortmund

E-Mail: info@nak-karitativ.de
Telefon: +49 (0) 231 57700 100

Vernetze dich mit uns!



Erfahre mehr über uns:
www.nak-karitativ.de

Spende und wirke nachhaltig!

Neuapostolische Kirche – karitativ e.V.
Institut: SozialBank AG
IBAN: DE96 3702 0500 0013 1415 16
BIC: BFSWDE33XXX
Vereinsregister Dortmund VR 5447

Unter www.nak-karitativ.de
stehen weitere Broschüren
bereit, die von Bildungseinrichtungen,
Vereinen oder als Inspiration für das
eigene Zuhause genutzt werden können,
um die Natur zu entdecken.



Dank an das Bienenretter-
Bildungsprojekt von FINE e.V.
für die zur Verfügung gestellten
Inhalte. www.bienenretter.de

Konzept: NAK-karitativ
Fotos: © NAK-karitativ,
Bienenretter sowie
z.T. KI-generierte Bilder
Illustrationen & Grafik-Design:
Stephan Maria Glöckner
stephanmaria.de | worteil.de

