

Eine Hecke oder ein Hag (alte germanische Bezeichnung) sind linienförmig, dicht stehende, verzweigte Sträucher.



# Ab in die Hecke!

**In der Hecke sitzt die Schnecke im Verstecke...**

Eine ideale Hecke besteht aus verschiedenen Schichten.

Wurzelschicht

Bodenschicht

Krautschicht

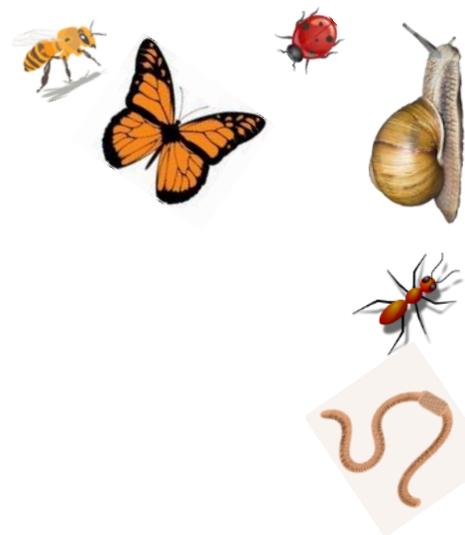
Strauchschicht

Baumschicht

Jede Schicht hat ihre eigenen Bewohner. Wer wohnt wohl wo?

Viele haben sich gut versteckt, nur ein paar sind zu sehen!

Oft lassen sich nur Spuren der Bewohner in der Hecke entdecken!



**Warum waren Hecken früher so wichtig?**

Eine dichte, stachelige und dornige Hecke um Häuser und Viehweiden bot Schutz für Mensch und Tier vor Räubern, Wölfen, Bären...

Außerdem konnte man Früchte und Nüsse sammeln und zubereiten, Viehfutter gewinnen, Feuerholz sammeln, ....

## Was wächst denn da in der Hecke?

Zu den heimischen Heckenpflanzen zählen zum Beispiel Wildrose (**Hagerose**), Weißdorn (**Hagapfel**), Hasel (Hexenstrauch), Schlehdorn (**Hagedorn**), Weide, **Hainbuche** (**Hagebuche**), Holunder (Teufelsbaum), Pfaffenhütchen (Rotkehlchenbeere)...

Die alten Namen verraten oft etwas über die Pflanzen.

**Achtung, manche Pflanzen sind auch giftig!**

## Von der Pflanzennahrung zur Pflanzenheilkunde

Schon vor langer Zeit wurde entdeckt, dass Pflanzen nicht nur Nahrung liefern, sondern auch als Heilmittel gegen Krankheiten genutzt werden konnten.

Oft waren es Frauen, die das Wissen um die Pflanzenheilkunde erlernten. Das war nicht einfach. Die richtige Menge einer Heilpflanze konnte gesund machen, die falsche Menge zum Tod führen.

Als es schließlich Ärzte gab, konnten sich die nur sehr wenige Menschen leisten.

## Was machte denn die Hexe in der Hecke?

Kräuterfrauen suchten allerlei Pflanzen im Wald, auf den Wiesen und in den Hecken.

Das Wort „**Hexe**“ (früher "**Hagezusse**") bedeutet etwa "**Weib im Hag**", beziehungsweise „**Frau in der Hecke**“.



## Zum Teufel mit der Hexe!

Früher hatte man noch keine Erklärung für die Wirkung von Heilpflanzen.

Was man nicht kannte machte Angst.

„Da kann doch nur der Teufel dahinterstecken!“

dachten manche Menschen.

So wurde aus einer heilkundigen Frau schnell eine böse Hexe, die mit

dem Teufel einen Pakt eingegangen ist.



## Das Wissen von Kräuterfrauen war sehr gefragt

Kräuterfrauen streiften auf der Suche nach Heilpflanzen viel in der Wildnis umher. Dabei verließen sie den „behaglichen“, geschützten Bereich des Dorfes. So mutig musste man erst mal sein! Lebten im Wald doch die Geächteten, Gesetzlosen, Räuber und Mörder. Viele dachten, das konnte nicht mit rechten Dingen zugehen, dass eine Frau sich sowas traute und wieder heil nach Hause kam. Doch denkt an die Geschichte von Robin Hood, auch Geächtete schätzten heilkundiges Wissen! Die Frauen waren also auf beiden Seiten der Hecke wegen allerlei Krankheiten und Wehwehchen sehr gefragt.

## Zauber und Dämonen

Die Welt der Menschen war früher geprägt von Aberglaube, Zauber und Magie. Dämonen und Geister wurden für Krankheiten verantwortlich gemacht. Um sie wieder loszuwerden gab es magische Rituale. So glaubte man Fieber mit einem Knoten an einen **Zweig** binden zu können um es los zu werden, oder die Gicht an einem **Busch** abstreifen zu können.

## Und wie ging es dann weiter?

Mit der Christianisierung wurden bei uns viele heidnische und abergläubische Bräuche verboten. Doch die Heilkraft der Pflanzen wurde erkannt und weiter erforscht. Es wurden Klostergärten mit Heilpflanzen angelegt. Das heilkundige Wissen wurde niedergeschrieben und in den Klosterbibliotheken bewahrt. Die Berufe des Arztes und des Apothekers etablierten sich.





## Warum sind Hecken heute so wichtig?

Heute weiß man um den Wert des Biotops Hecke.

Hier können sich Vögel, Säugetiere und Insekten "behaglich" zurückziehen und Nahrung und einen ruhigen Platz zur Aufzucht ihres Nachwuchses finden.

Eine **Hecke** trägt bei zur Reduzierung des Artensterbens, zur Biotopvernetzung, dem Sicht- und Lärmschutz, dem Erosionsschutz, dem Windschutz, zur Bodenverbesserung....

....und man kann sich super gut **verstecken in den Hecken!**

Holunderzweig mit blühenden „Schirmrispen“



### Insektenfreundlich!

Am beliebtesten sind die **Blüten** des Holunders. Er ist eine sehr wertvolle, robuste Heckenpflanze!

**Achtung: Blätter, Rinde und rohe Beeren sind giftig!**



# Schwarzer Holunder

„Der Sagenumwobene“ – Sambucus nigra



## Verwendung in der Küche

Blüten und gekochte Beeren werden gerne zu „Hollerkücherl“, Saft und Marmelade verarbeitet.

### Rezept Hollerkücherl :

¼ l Milch, 1 Ei und 200g Mehl mit einer **Prise Salz** und **etwas Zucker** verrühren. Die über Papier ausgeklopfen **blühenden Rispen des Holunders** am Stiel halten und durch den Teig ziehen. (Der Stiel wird später nicht gegessen.) In heißem **Fett** goldgelb herausbacken. Mit **Pudersucker** bestäuben und **Vanilleeis** dazu reichen.

## Volkshelkunde

Holunder ist eine vielseitige Heilpflanze. Alle Teile der Pflanze fanden früher Verwendung in der grünen Hausapotheke. Heute nutzt man hauptsächlich die Blüten und Beeren.





Die Beeren des Holunders werden blau-schwarz, wenn sie richtig reif sind.

Roh sind sie giftig, aber gekocht schmecken sie prima und sind sehr gesund. Sie enthalten viele Vitamine, Mineralstoffe und Vitamin C.

Es ranken sich viele Geschichten und Mythen um den Holunder. Kennst Du eine?

„GIBST DU MIR - GEB' ICH DIR“  
Die Germanen legten Opfertiere für die Göttin Frija, der Schutzgöttin der Liebe und des Lichtes, unter den Holunderbusch und erhofften sich so ihren Beistand.

Im Volksglauben wohnen die guten Hausgeister im Holunderbusch, deshalb wird er gerne an Hauswänden und Scheunen gepflanzt.

**Holunder-Blasrohr:** ausgehöhlter Holunderzweig , ca. 20 cm lang  
- zum „Laden“ Wasser oder getrocknete Erbsen einfüllen.

# Schwarzer Holunder

„Der Sagenumwobene“ – Sambucus nigra



**Tipp für Kids:**  
Insektenhotel selbstgemacht:

Du brauchst:

- Blechbüchse
- Gartenschere
- alte Stricknadel
- Zweige des Holunders (Mark mit der Stricknadel entfernen)
- eine Schnur zum Aufhängen der Dose
- und etwas Geschick 😊

Die Blüten von Rosengewächsen besitzen fünf Blütenkronblätter bzw. ein Vielfaches davon (z.B. bei Rosen). Eine Ausnahme ist die gelb blühende Blutwurz mit nur 4 Blütenkronblättern.



# Wildrosen

Wildrosen gehören zur Familie der „Rosengewächse“.

## Verwendung

- Verwendung als Heilpflanze und in der Küche z. B. als Hagebuttenmus.
- Aus Rosenblüten wird durch Wasserdampf-Destillation wertvolles ätherisches Rosenöl gewonnen
- Als Heckenpflanzen bieten sie Schutz und Nahrung.



Nektarreich sind ungefüllte Rosenblüten, doch auch Blätter und Früchte sind beliebtes Futter von vielen Insekten, Vögeln und Säugetieren.

## Wissenswertes

- „Unter Rosen gesprochen“ hieß früher soviel wie: „Das bleibt unter uns!“
- Rosen haben eine große symbolische Bedeutung in vielen Religionen, Märchen und Legenden.



### Tipp für Kids:

Hagebutten sammeln und entkernen. Danach mit den Fruchtschalen Tee kochen und sich das Märchen von Dornröschen vorlesen lassen.



**Hättest Du's gewusst?**  
**Auch Pflanzen haben eine Familie!**  
 Zur Familie der Rosengewächse gehören neben den Rosen z. B. auch Apfel, Birne, Zwetschge, Pflaume, Vogelbeere, Kirsche, Quitte und Beerenobst-Arten wie Johannisbeere, Himbeere, Brombeere, Stachelbeere, Aroniabeere und Erdbeere.

**Kennst Du das Lied: „Ein Männlein steht im Walde“?**

Reife Hagebutten sind sehr vitaminreich und schmecken köstlich als Mus. 😊

# Wildrosen

- schön und wehrhaft



**Frage:**  
 Was ist der Unterschied zwischen Dornen und Stacheln?  
 Hat die Rose wirklich Dornen, oder eigentlich Stacheln?

Wenn man jemandem eine Rose schenkt, mag man ihn sehr gerne.



Edelrosen wurden aus Wildrosen gezüchtet!  
 Sie sind sehr schön, haben aber meist weder Nektar noch Pollen für Insekten.

**Rätsel:**  
 Warum hat die Rose Stacheln?

Sie kann damit Fressfeinde abwehren und die Stacheln dienen als Rank- und Kletterhilfe.



**Insektenfreundlich!**  
 Blüten, Blätter,  
 Beeren und Holz  
 liefern Nahrung für  
 Schmetterlinge,  
 Bienen und Käfer...

**Schlehdorn blüht vor dem Blattaustrieb!**

# Schlehdorn

– Prunus spinosa - „Wetterprophet“ der Bauern

## Alte Bauernregeln      Wissenswertes

Die Zeit der Schlehenblüte war für die Bauern ein wichtiges Zeichen für die Aussaat und das weitere Wetter.

**„Ist die Schlehe weiß wie Schnee, ist es Zeit, dass man die Gerste säe.“**

Trug die Schlehe viele Früchte, befürchtete man einen harten, kalten Winter mit vielen Entbehrungen.

**„Viele Schlehen, viele Seufzer“**

- Der Schlehdorn ist eine sehr wertvolle, robuste Heckenpflanze.
- Er ernährt etwa 20 Vogelarten und bietet ideale Bedingungen für Strauchbrüter!
- Vermehrung erfolgt durch Wurzelausschläge.
- Wegen seiner Ausbreitungsfreude und Windbeständigkeit eignet er sich besonders zur Befestigung von Hängen und Böschungen.

**Kennst Du noch andere Bauernregeln?**



Schlehdorn mit Früchten

# Schlehdorn

Der Schlehdorn wird auch „die Schlehe“ genannt.

## Verwendung

- In der Steinzeit wurden bereits Schlehenfrüchte gesammelt.
- Aus der Rinde wurde Tinte hergestellt.
- Die Dornen dienen als Zahnstocher.
- Das Holz ist sehr hart. Es lässt sich gut für Peitschenstiele, Spazierstöcke und Waffen verwenden.
- Mit Schlehenrinde und einer Lauge lassen sich Wolle und Leinen rotbraun färben.
- **Beeren werden gerne zu Mus, Marmelade und Likören verarbeitet.**

## Wissenswertes

### Tipp für Kids:

Die Schlehenfrüchte enthalten sehr viele **Gerbstoffe**. Dadurch wirken sie „**adstringierend**“ auf die Mundschleimhaut. Gerbstoffe kannst du „schmecken“, sie hinterlassen ein „pelziges Gefühl“ im Mund.

**Erst durch lange Reifezeit oder Erhitzen schmecken die Schlehdornfrüchte süß.**



Die Staubgefäße  
der Blüte sind  
pink!

Die weißen Blüten des  
Weißdorns erscheinen im  
Mai **nach** dem Blattaustrieb.

Riech mal an den Blüten!  
Weißdorn muffelt!  
Viele Insekten mögen das!

# Eingriffeliger Weißdorn

(Crataegus monogyna, aus der Familie der Rosengewächse)

## Verwendung

- Verwendung als Heilpflanze zur Stärkung von Herz und Kreislauf.
- Die Früchte lassen sich zu Mus und Likör verarbeiten.
- Fermentierte Blätter dienen als Schwarztee-Ersatz.

### Aberglaube:

- Früher glaubte man, dass Zweige des Weißdorns im Haus vor Blitzschlag schützen würden.

## Wissenswertes

- **Früher hieß Weißdorn auch Hagedorn. Hag ist ein altes Wort für Hecke. Hinter der schützenden Hecke ist es behaglich!**
- **Weißdorn treibt im Frühling zuerst Blätter und dann erst Blüten. Bei der Schlehe ist es umgekehrt!**



### Tipps für Kids:

Hast Du die schon mal überlegt warum Blütenblätter und Blütenpollen oft farbig sind?



„Weiße Dornbeeren-Eis“  
- Winterfutter für die Vögel

An den roten Früchten siehst  
du noch die Reste der fünf  
Blütenkelchblätter.



# Eingriffeliger Weißdorn

- ein sicheres „5-Sterne Hotel mit Vollpension“ für viele Tiere

## Wissenswertes

- Als dornige Heckenpflanze bietet Weißdorn Schutz und Nahrung für Insekten, Vögel und kleine Säugetiere.
- Die Schutzsymbolik der Dornen nutzte man zu „Abwehrzaubern“ gegen Krankheiten beim Vieh.
- Von Bakterien und Viren hatte man früher noch keine Ahnung!



Im Winter erkennst  
Du leicht die  
spitzen Dornen



### **Tipps für Kids:**

Fädelst Du die roten festen Beeren mit einer Nähnadel auf einen Faden, kannst Du Dir ein Armband machen.