

Der Garten als Vogelparadies

VÖGEL BEI ANHALTENDER TROCKENHEIT UNTERSTÜTZEN: So einfach geht's

Die Trockenheit macht nicht nur unseren Pflanzen zu schaffen – auch die heimische Vogelwelt leidet zunehmend unter ausbleibendem Regen, versiegelten Flächen und fehlender Nahrung. Doch Gartenbesitzende können viel tun, um Amsel, Zaunkönig & Co. in der trockenen Jahreszeit zu unterstützen. Gerade jetzt ist ein naturnah gestalteter Garten mit Wasserstelle, Lehmpfütze und heimischen Gehölzen mehr als nur ein schöner Anblick – er wird zur lebensrettenden Oase für viele Vogelarten. Der Naturschutzbund NABU gibt Tipps.

WASSER IST LEBEN – AUCH FÜR VÖGEL

Wenn es nicht regnet, finden Vögel kaum natürliche Wasserstellen. Deshalb sind Vogeltränken besonders wichtig. Schon eine einfache flache Schale kann wertvolle Dienste leisten – vorausgesetzt, das Wasser wird täglich erneuert und die Schale regelmäßig mit heißem Wasser gereinigt, um Keime abzutöten. Wichtig ist: Die Wasserstelle sollte erhöht stehen, um Katzen und andere Fressfeinde fernzuhalten.

Wer mehr Platz hat, kann auch einen Gartenteich mit flachem Ufer anlegen, in dem Bachstelze & Co. baden und trinken können.

LEHMPFÜTZEN FÜR SCHWALBEN

Ein oft übersehener Aspekt: Viele Vögel, besonders Schwalben, brauchen feuchten Lehm zum Nestbau. Doch genau dieser fehlt immer häufiger – versiegelt durch Asphalt und Beton, während die anhaltende Trockenheit ihr Übriges tut. Wer ihnen helfen möchte, legt im Garten eine einfache Lehmpfütze an. Dafür braucht es nur Lehm, Wasser und etwas Stroh, angerührt in einer flachen Mulde oder Wanne. Wichtig: Die Pfütze sollte in Nestnähe liegen und möglichst offen sein, damit Räuber keine Deckung finden.

HEIMISCHE PFLANZEN: NATÜRLICHES BUFFET

Ein vogelfreundlicher Garten bietet mehr als Wasser. Heimische Gehölze wie Weißdorn, Holunder oder Schlehe tragen nährstoffreiche Beeren, die viele Vogelarten ernähren – besonders in Trockenzeiten, wenn Insekten seltener sind.

Auch sogenannte „Unkräuter“, Laubhaufen oder Kompost bieten wertvolle Lebensräume. Der Weißdorn allein zieht Hunderte Insektenarten an – eine wichtige Nahrungsquelle für insektenfressende Vögel wie den Zilpzalp.



Es muss nicht gleich ein Vogelbad wie dieses sein, um den Garten einladend für gefiederte Freunde zu machen. Auch mit einigen einfachen Tricks ist ein vogelfreundlicher Garten umsetzbar. Symbolfoto: Jeswin Thomas /Pexels

WILDE ECKEN, LEBENDIGE VIELFALT

Strukturvielfalt ist das A und O eines naturnahen Gartens. Wildrosenhecken, Totholzhaufen, offene Natursteinmauern und ein Komposthaufen bieten Nahrung, Schutz und Nistmöglichkeiten. Künstliche Nisthilfen

– vor allem Halbhöhlen für seltenere Arten wie den Gartenrotschwanz – sind besonders hilfreich, wenn alte Bäume fehlen. Und: Verzichten Sie auf Pestizide! Sie vergiften nicht nur Insekten, sondern auch deren gefiederte Fresser.

Wer heute seinen Garten naturnah gestaltet, tut aktiv etwas

für den Erhalt der Artenvielfalt. Besonders während der aktuellen Trockenheit kommt es auf jedes Wasserbecken, jede Beere und jede schattige Ecke an. Mit einfachen Mitteln schaffen Gartenbesitzende kleine Paradiese – in denen Vögel nicht nur überleben, sondern auch singen, baden und brüten können.

Alle Vögel sind nicht mehr da

HANNOVER. In Niedersachsens Gärten und Parks piept und zwitschert es immer weniger. Mehr als 6.400 Menschen haben an der diesjährigen „Stunde der Gartenvögel“ in Niedersachsen teilgenommen und über 135.000 Vögel gemeldet. Jetzt liegen die Ergebnisse von Deutschlands größter Citizen-Science-Aktion vor, die bereits zum 21. Mal vom NABU und seinem bayerischen Partner LBV organisiert wurde. Auf Platz eins der am häufigsten gesichteten Vögel in Niedersachsen landete – wie fast immer – der Haussperling, gefolgt von Star und Kohlmeise.

Die stetig sinkende Zahl an Vogelbeobachtungen überrascht Lamin Neffati, Pressesprecher des NABU Niedersachsen, nicht. „Neben spezifischen Faktoren wie dem Auftreten von Krankheiten, die einzelne Arten betreffen, leiden viele Vogelarten in unseren Siedlungsgebieten unter Nahrungsmangel und extremen Wetterbedingungen“, erklärt Neffati. „Geht die biologische Vielfalt auf unseren Feldern, an Waldrändern oder in

Gärten zurück, verlieren immer mehr Vögel ihre Lebensgrundlagen.“

Bei der Zählung stand die Amsel besonders im Fokus. Hier bestand der Verdacht, dass das in einigen Regionen im vergangenen Sommer wieder stark aufgetretene Usutu-Virus sich bei den Sichtungen bemerkbar machen könnte. „Das scheint sich leider zu bewahrheiten“, so Neffati.

Eine Infektion mit dem tropischen Virus verläuft bei Amseln häufig tödlich, was den Bruterfolg im Vorjahr deutlich beeinflusst haben kann und sich nun offenbar in den verminderten

Sichtungen niederschlägt. In Niedersachsen sind es 27 Prozent weniger Amselsichtungen als im Vorjahr.

Die NABU-Ornithologen können sich dank der zahlreichen engagierten Teilnehmenden ein gutes Bild der Bestands-trends über die Jahre machen. Bei der diesjährigen „Stunde der Gartenvögel“ haben exakt 6.406 Men-



Bei der „Stunde der Gartenvögel“ 2025 setzt sich der Abwärtstrend der gesichteten Vögel fort. Symbolfoto: Denitsa Kireva / Pexels

schen in Niedersachsen mitgemacht und 135.846 Vögel aus 4.427 Gärten und Parks gemeldet.

ANZEIGE



Julia Marschallek, GEERS Expertin

Positive Auswirkungen auf das Demenzrisiko untersucht. Neue Studie: Gutes Hörvermögen unterstützt die geistige Fitness.

Wussten Sie, dass gutes Hören mit einem geringeren Demenzrisiko verbunden ist?¹ **Neueste Studien zeigen, dass bei älteren Erwachsenen eine Verbesserung des Hörvermögens einen positiven Einfluss auf die geistige Fitness haben kann.**^{2,3}

„Die meisten Menschen glauben, dass bei einem Hörverlust nur das Gehör Schaden nimmt“, erklärt GEERS Expertin Julia Marschallek. Doch die Anstrengung, unvollständige Informationen zu verarbeiten, kann das Gehirn ermüden und stressen.⁴ So fand eine Studie aus Dänemark heraus, dass Menschen mit unbehandeltem Hörverlust ein erhöhtes Demenzrisiko haben.¹

Hörgeräte können helfen. Hörgeräte können bei frühzeitiger Anwendung den Hörverlust ausgleichen und somit die geistige Belastung reduzieren. Sie ermöglichen es dem Gehirn, Klänge und

Gespräche besser zu verarbeiten, was die geistige Fitness unterstützen kann.^{2,3}

Hörvermögen regelmäßig testen. In diesem Zusammenhang möchten wir von GEERS Sie einladen, Ihr Hörvermögen testen zu lassen. Der Test ist kostenlos und unverbindlich, dauert nur 15 Minuten und erfordert keine Überweisung des Hausarztes. Im Rahmen einer bundesweiten Aktion zur Vorsorge bietet GEERS diesen Test auch in Hannover ohne vorherige Terminvereinbarung an. Nutzen Sie die Gelegenheit, um Ihre geistige Fitness zu unterstützen!

Weitere Informationen erhalten Sie online auf geers.de/hannover oder telefonisch über unsere gebührenfreie Service-Hotline **0800 724 000 261**.

Kommen Sie zum

Gratis-Hörtest!

Jetzt einlösen bei:

1. Vahrenwalder Platz 3, 30165 Hannover, Tel.: 0511 3501619
2. Lister Meile 25, 30161 Hannover, Tel.: 0511 317038
3. Karl-Wiechert-Allee 3, 30625 Hannover, Tel.: 0511 52950125

Einfach Coupon ausschneiden und im Fachgeschäft vorzeigen.

Code für Filiale



GEERS

Diese GEERS Fachgeschäfte werden betrieben von der Sonova Retail Deutschland GmbH, Otto-Hahn-Straße 35, 44227 Dortmund

¹ Cantuaria, et al. (2024). Hearing loss, hearing aid use, and risk of dementia in older adults. JAMA Otolaryngology-Head & Neck Surgery, 150(2), 157-164.
² Sarant et al. (2024). ENHANCE: a comparative prospective longitudinal study of cognitive outcomes after 3 years of hearing aid use in older adults. Frontiers in Aging Neuroscience, 15, 1302185. <https://audiologyblog.phonakpro.com/results-of-the-enhance-study-after-3-years-of-hearing-aid-use/>
³ Lin, et al. (2023). Hearing intervention versus health education control to reduce cognitive decline in older adults with hearing loss in the USA (ACHIEVE): a multicentre, randomised controlled trial. The Lancet, 402(10404), 786-797. <https://www.achievestudy.org/>
⁴ World Health Organization. (2021). World report on hearing. Geneva: World Health Organization. Retrieved March 8th, 2021. <https://www.who.int/publications/i/item/world-report-on-hearing>

Mythen ums Maiglöckchen

Sie sollen Glück bringen und den Frühling ankündigen. Früher waren die Blumen als Heilpflanze beliebt, heute weiß man, dass sie giftig sind

Maiglöckchen gelten als Boten des Frühlings: Sobald sie beginnen, aus der Erde zu sprießen, darf man sich auf wärmere Tage freuen, heißt es. Den kleinen weißen Blumen werden aber noch mehr Bedeutungen zugeschrieben, und sie sind Teil verschiedener Brauchtümer.

Maiglöckchen gehören zur Gruppe der Spargelgewächse, sie kommen in ganz Europa, in Asien und Nordamerika vor. In der Natur findet man sie vor allem in lichten, nicht zu dicht bewachsenen Laubwäldern. Der schwedische Naturforscher Carl von Linné taufte sie auf den lateinischen Namen Convallaria majalis, wobei majalis für den Monat Mai und Convallaria für Tal steht, denn die kleinen Glöckchen wurden besonders oft am halbschattigen Boden von Tälern gefunden. Auch die botanische Bezeichnung Lilium convallis und der englische Name Lily of the valley weisen darauf hin.

Weitere im deutschen Sprachraum gebräuchliche Namen sind Maieriesli (Schweiz), Aprilglöckle, Maienblumen oder auch Marientränen: Einer Legende des Christentums nach sollen die Maiglöckchen aus den Tränen entstanden sein, die Maria bei der Kreuzigung von Jesus weinte. In der griechischen Mythologie hingegen wurden sie vom Gott Apollon geschaffen. Er bedeckte demnach den Waldboden mit Maiglöckchen, damit seine Musen nicht auf der bloßen Erde laufen mussten.

Weil die Natur im Frühling mit den ersten Blumen wieder zum Leben erwacht, stehen die Maiglöckchen auch für die Rückkehr des Glücks. Und wegen des Bezuges zu Maria außerdem für Reinheit und Bescheidenheit.

In Frankreich werden traditionell am 1. Mai kleine Sträuße von Maiglöckchen verschenkt, um nahestehenden Menschen Glück und Gesundheit zu wünschen. Diese Tradition soll auf einen Brauch aus dem 16. Jahrhundert zurückgehen. So soll der französische König Karl IX – damals noch ein Kind – damit begonnen haben, Maiglöckchen an die Hofdamen zu verschenken.

Maiglöckchen sind und waren auch als Hochzeitsblumen in Brautsträußen beliebt. So entschied sich Prinzessin Kate bei ihrer Hochzeit für ein Bouquet mit

Maiglöckchen als Symbol für Vertrauen, Liebe und Hoffnung. Als bei der Hochzeit von Meghan Markle mit Prinz Harry die Blumenkinder Blumen aus Maiglöckchen trugen, hagelte es allerdings Kritik von der britischen Yellow Press: Sie würden das Leben der Kinder gefährden. Auch wenn das übertrieben erscheint und zu einer Klage von Prinz Harry geführt haben soll – Maiglöckchen sind tatsächlich giftig.

Die Blätter, Blüten und roten Beeren der Blume enthalten sogenannte Glykoside, die die Herz-tätigkeit beeinflussen können. Gefährlich ist es vor allem, Pflanzenteile zu essen: Das löst Magen-Darmbeschwerden, Übelkeit, Erbrechen und Schwindel aus. Wurden größere Mengen verzehrt, drohen ein Blutdruckanstieg und im schlimmsten Fall lebensgefährliche Herzrhythmusstörungen.

Schon der Kontakt mit der Blume kann bei manchen Menschen Haut- und Augenreizungen oder allergische Reaktionen auslösen. Deshalb sollte man sicherheitshalber beim Berühren der Pflanzen Handschuhe tragen oder sich danach die Hände waschen. Von Kindern sollte man die Blumen tatsächlich besser fernhalten, ebenso von Haustieren. Auch Hunde, Katzen, Kaninchen und Meerschweinchen können sich nämlich an Maiglöckchen vergiften.

Dass man Maiglöckchen nicht essen sollte, ist zwar im Allgemeinen bekannt – es kommt aber immer wieder zur Verwechslung. Die Blätter der Pflanze sehen nämlich dem Bärlauch sehr ähnlich, den viele Menschen im Frühjahr gern im Wald sammeln. Ein wichtiger Unterschied: Maiglöckchen haben zwei oder drei Stiele,

die einander umwickeln. Bärlauch hat stattdessen einen deutlich erkennbaren, einzelnen Stiel. Knospen von Maiglöckchen sind kugelig, Bärlauch hat eher längliche Knospen.

Zudem riecht Bärlauch stark nach Knoblauch, was man auch beim Zerreiben der Blätter merkt. Der süßliche Geruch der Maiglöckchen hingegen wird von den meisten Menschen als angenehm empfunden und daher in Seifen oder Parfums durch chemische Substanzen oft künstlich nachgeahmt.

Verdünnte Zubereitungen aus Maiglöckchen wurden früher teilweise als Medizin angewendet. Laut dem Deutschen medizinischen Museum in Ingolstadt wurde die Pflanze unter anderem von der russischen Landbevölkerung traditionell bei verschiedenen Erkrankungen des Herzens angewendet. Im 19. Jahrhundert wurden dann Zubereitungen aus Maiglöckchen auch in europäische Arzneibücher aufgenommen.

Und tatsächlich können Glykoside, richtig dosiert und angewendet, auch zur Behandlung bei Herzleiden dienen. Heute gibt es aber längst Medikamente im Handel, die solche Wirkstoffe in einer sicheren Dosierung enthalten. Von einer Eigentherapie mit Maiglöckchenzubereitung ist unbedingt abzuraten.

Wer in diesem Jahr noch Maiglöckchen im Garten oder dem Balkon pflanzen möchte, sollte das bald tun: Die Blütezeit dauert von Mai bis Juni. Die Glöckchen bevorzugen schattige bis halbschattige Standorte, der Boden sollte nährstoffreich sein und vor dem Einpflanzen aufgelockert werden. Bei Kübeln sollte man darauf achten, dass keine Stau-nässe entsteht.



Die Maiglöckchen bevorzugen schattige bis halbschattige Standorte. Foto: IMAGO/Zoomar.com/Dzianis Hadziatski