

40.000 Bäume wachsen im Herzenswald

Brigitta Brüning-Bibo, Initiatorin des Schmittener Aufforstungsprojektes, zieht nach fünf Jahren stolz Bilanz

Schmitten – Brigitta Brüning-Bibo hat Grund zur Freude. Die Initiatorin des Schmittener Herzenswaldes schaut auf die inzwischen fünf Jahre währende Erfolgsgeschichte dieses Projektes der Feldberginitiative zurück.

Vor fünf Jahren, am 17. April 2021, wurden im Herzenswald die ersten 60 Bäume gepflanzt. „Niemand von uns hätte geholt, welche Entwicklung das Projekt nehmen würde“, sind Brüning-Bibo und Dr. Olaf Gierke, der Vorsitzende der Feldberginitiative, überzeugt. Denn heute wachsen rund 40.000 Bäume in den drei Herzenswäldern, entlang der Herzenswald-Allee, im Bildungswald und auf weiteren Aufforstungsflächen rund um Schmitten. Allein im ersten Halbjahr 2026 sind 3000 neue Bäume in die Erde gebracht worden.

Eine Gemeinschaft, die Menschen verbindet

Besonders wichtig ist für die Initiatorin: „Rund um den Wald ist eine Gemeinschaft entstanden, die Menschen verbindet und gemeinsam Verantwortung für die Natur übernimmt.“ Ziel sei es von Anfang an gewesen, Wiederaufforstung und Naturschutz mit der Tradition, zu besonderen familiären Anlässen einen Baum zu pflanzen,

zu verbinden.

Inzwischen setzen nicht nur Schmittener Bürger, Vereine und Firmen ein solches Zeichen und leisten gleichzeitig einen sichtbaren Beitrag für die Zukunft und den Erholungswert des Waldes: Immer mehr Unternehmen aus dem Rhein-Main-Gebiet und darüber hinaus engagieren sich regelmäßig bei Pflanzaktionen.

Auch der Bildungswald in Kooperation mit accadis Bildung in der Nähe des Naturfreundehauses wächst ständig weiter. „Der Bildungswald entwickelt sich immer stärker zu einem Ort, an dem Natur nicht nur erklärt, sondern erlebt wird“, so Brüning-Bibo. Besonders stolz ist sie darauf, dass das Projekt Bildungswald mit dem zweiten Platz beim Klimaschutzpreis 2025 des Hochtaunuskreises ausgezeichnet worden ist.

Und längst nicht mehr werden nur zweimal im Jahr, im Frühjahr und Herbst, unterstützt von Hessen Forst, gemeinsam neue Bäume auf den Kahlflecken gepflanzt. Brüning-Bibo gelingt es immer häufiger, Unternehmen, Schulen, Vereine, Kirchengemeinden, Familien und Ehrenamtliche, die schon an Pflanzaktionen beteiligt waren, auch für Pflegeaktionen zu gewinnen. Dann wird Begleitvegetation zurückgeschnitten und der



Brigitta Brüning-Bibo zieht Bilanz nach fünf Jahren Herzenswald.

KREUTZ

Wildverbisschutz kontrolliert und gegebenenfalls repariert oder erneuert, damit die neu gepflanzten Bäumchen auch die Chance haben, zu einem klimastabilen Mischwald heranzuwachsen. Zur Förderung der

Artenvielfalt sind inzwischen die ersten Wildbienenhotels und Käferkeller entstanden.

Und ein kreativer, handwerklich begabter Waldfreund, der Waldschrat Taunus, der seinen Namen nicht nennen möchte,

erstellt seit geraumer Zeit Holzsulpturen entlang der Herzenswald-Allee und in der Nähe von Pflanzflächen. Aus Baumstümpfen kreiert er Figuren und bildet dabei nicht nur Bewohner des Waldes wie den

Igel, den Schwarzspecht oder den scheuen Luchs nach. Der hölzerne Pumuckl in der Nähe des Naturfreundehauses hat es vor allem den Kindern angetan.

Die von Marius Keppler entwickelte Herzenswald-App macht den Wald auch digital. Die von Leader Hoher Taunus unterstützte digitale Plattform verbindet Baumstandorte, Pflanzaktionen, Waldpflege und gemeinsames Engagement und kann kostenlos genutzt werden. Allmählich entsteht ein lebendiges digitales Waldtagebuch des Herzenswaldes.

Natur, Bildung, Kunst und Fantasie

Geplant ist ein naturnaher Waldgeschichten-Weg, der künftig die Figuren des Waldschrat Taunus mit kleinen Geschichten, Waldwissen und der Herzenswald-App miteinander verbinden wird. „So entsteht nach und nach ein neues Angebot für Familien, das Natur, Bildung, Kunst und Fantasie auf einzigartige Weise zusammenführt“, schaut Brüning-Bibo in die Zukunft. Im Herbst finden die nächsten Pflanzaktionen statt. Unter anderem wird begonnen, zwischen Parkplatz Hegewiese und Sandplacken eine weitere Allee anzupflanzen.

EVELYN KREUTZ

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Gute Nacht Deutschland! So finden Sie zurück in den Schlaf

Warum ein spezielles Schlafmittel Millionen Betroffenen Hoffnung schenkt und was Experten dazu sagen

Der Kampf gegen die Schlaflosigkeit: Mehr als 50 Prozent schlafen hierzulande schlecht ein, fast 70 Prozent leiden an Durchschlafproblemen – Schlafstörungen sind zur wahren Volkskrankheit geworden.

Ausgerechnet die historisch viel diskutierte Heilpflanze Baldrian, der man bereits von der Antike bis zum Mittelalter vielfältige Heilwirkungen zuschrieb, steht nun wieder im Fokus von Millionen Menschen als vielversprechende Hilfe gegen die zermürbenden Schlafprobleme.

Wiederkehrende Schlafstörungen belasten Millionen Deutsche

Sich stundenlang im Bett hin- und herwälzen und einfach nicht zur Ruhe kommen – jeder zweite Deutsche kennt diese Probleme beim Einschlafen. Doch ein noch größeres Problem ist das Durchschlafen: Fast 70 Prozent leiden unter Durchschlafstörungen. Die Auslöser von Schlafstörungen, die Millionen Deutsche jede Nacht quälen, sind vielfältig, allen voran Stress und seelische Belastungen. Andauernder Schlafmangel kann auch langfristige negative Folgen nach sich ziehen. So verdichten sich die Hinweise zunehmend, dass chronische Schlafstörungen u. a. zu Erkrankungen wie Diabetes mellitus, einem geschwächten Immunsystem oder psychischen



Erkrankungen wie Depressionen führen können.

Die erste klassische Hilfe, die Betroffene oft wählen, sind chemisch-synthetische Schlafmittel. Doch diejenigen, die zu diesen Präparaten als schnelle Einschlafhilfe greifen, stellen häufig fest: Eine langfristige Lösung kann dies

kaum sein. Denn zum einen reduzieren chemisch-synthetische Schlafmittel meist den Tiefschlaf, worunter die Schlafqualität enorm leiden kann. Betroffene kämpfen dann meist mit Müdigkeit am Folgetag. Zum anderen gewöhnt sich unser Körper häufig an viele Präparate, sodass ihre Wirkung mit der Zeit nachlässt.

Das meistverkaufte pflanzliche Schlafmittel in deutschen Apotheken: Baldriparan – Stark für die Nacht

Das deutsche Forscherteam der traditionsreichen Apothekenmarke Baldriparan hatte sich daher umfassend mit der historisch bemerkenswerten Arzneipflanze Baldrian und

vor allem deren Dosierung beschäftigt: Sie extrahierten einen hochdosierten Trockenextrakt aus der Baldrianwurzel und bereiteten ihn in spezieller hoher Dosierung im Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke) auf. So entstand ein gut verträgliches, pflanzliches Arzneimittel, welches bei nervös bedingten Schlafstörungen helfen kann. Dabei beschleunigt Baldriparan nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen – und das ohne Gewöhnungseffekt. Das Präparat wirkt rein pflanzlich, verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase und fördert so das Durchschlafen.¹



Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)
www.baldriparan.de

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 • Abbildung Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT, Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Saccharose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSOP GmbH, 82166 Gräfelfing