

Siebenschläfer: Schlafbegabt, kletteraffin & meteorologieversiert

Naturschutzbund zum Siebenschläfertag am 27. Juni

Die Bauernregel „Ist der Siebenschläfer nass, regnet's ohne Unterlass“ besticht durch eine erstaunlich hohe Trefferquote. Der Siebenschläfer ist nicht nur einer der versiertesten tierischen Hobby-Meteorologen, der Klettermax ist auch absolut schlafbegabt: Er hält – abhängig von der Region, in der er lebt – jährlich rund 195 Tage Winter- bzw. Sommerschlaf. Wie man den bemerkenswerten Bilch am besten unterstützen kann, verrät der Naturschutzbund zum Siebenschläfertag.



© pixabay

Die Siebenschläferregel: Meteorologisches Phänomen statt Aberglaube

Dass alte Bauernregeln mehr als Folklore sind, beweist u.a. die Siebenschläferregel erstaunlich gut. Denn um den Monatswechsel von Juni auf Juli – rund um den Siebenschläfertag – pendelt sich tatsächlich die großräumige Wetterlage über Europa für den restlichen Sommer ein. Verantwortlich ist der sogenannte „Jetstream“ in der Höhe: Stabilisiert sich dieses Starkwindband nördlich der Alpen, hält es Tiefdruckgebiete wochenlang von Österreich fern. Mit einer statistischen Trefferquote von 60 bis 70 Prozent im ostalpinen Raum gilt die Regel bis heute als verlässlicher Indikator für den Charakter des heimischen Sommers.

Wie & wo der schlafbegabte Klettermax lebt

Siebenschläfer gehören zur Familie der Bilche – auch Schlafmäuse genannt. Und ihr Name hält, was er verspricht: Sie halten tatsächlich jährlich rund 195 Tage Winterschlaf – und zwar in Erdhöhlen. Neben dem Siebenschläfer sind auch die Haselmaus, der Baumschläfer und der Gartenschläfer Bilche bzw. Schlafmäuse. Sie alle haben gemeinsam, dass sie in unseren Breiten Winterschlaf halten, anstatt Nahrungsvorräte anzulegen – in mediterranen Regionen halten sie umgekehrt teilweise Sommerschlaf. Abgesehen davon, dass Siebenschläfer überdurchschnittlich schlafbegabt sind, sind sie im Wachzustand auch ausgesprochene Kletterkünstler, so sie die passende Umgebung dafür vorfinden: Sie sind angepasst an alte Laubwälder (Buchen- und Eichenwälder) mit ausgeprägter Strauchschicht, einem hohen Nahrungsangebot. und gute Versteckmöglichkeiten wie Baumhöhlen. In der Regel meiden sie den Boden und huschen über Bäume und durch Sträucher. Naturnahe Wälder bieten ihnen nicht nur Schutz vor natürlichen Feinden, sondern auch einen reich gedeckten Tisch – hier finden sie Knospen, Früchte, Samen und Insekten. Wenn Bäume und Sträucher Hecken bilden und diese dann auch noch Wälder vernetzen, so erweitert das den Bewegungsradius der kleinen Felligen immens und gesund durchmischten Siebenschläfer-Populationen steht nichts mehr im Wege.

Wie man Siebenschläfer unterstützen kann

Der Siebenschläfer ist zwar (noch) der häufigste unter den Bilchen, dennoch ist auch er durch Lebensraumverlust, insbesondere der Zerschneidung geeigneter Habitats durch Straßen- und Siedlungsbau sowie der Förderung von monotonen Fichtenwäldern, gefährdet. Zugleich kommt jede Maßnahme zum Schutz von Siebenschläfer und Co. auch vielen anderen heimischen Arten von Singvögeln über Igel bis hin zum Mauswiesel sowie zahlreichen Insekten zugute, und – geeignete Lebensräume für Siebenschläfer sind mit einigen wenigen „Kniffen“ geschaffen:

Gärten Siebenschläfer-fit machen, indem man ...

- Hecken setzt: Diese können als Zentren der Artenvielfalt fungieren und selbst die anspruchsvollen Siebenschläfer und ihre nahen Verwandten anlocken. Sie dienen ihnen als Lebensraum wie auch als „Leitstrukturen“, entlang derer sie zwischen unterschiedlichen Lebensräumen wandern. Wichtig dabei: Die Hecken sollten aus einer Vielfalt verschiedener heimischer Straucharten zusammengesetzt sein und vereinzelt Bäume enthalten.
- keine giftigen Pflanzenschutzmittel verwendet.
- Hecken zwischen März und September nicht schneidet: Denn Bilche und Vögel brauchen ungestörte Bereiche für ihre Nester und die Jungenaufzucht.
- Herbstlaub unter die Hecke recht, anstatt es zu entfernen: Das Laub bietet Siebenschläfern Winterquartiere und Pflanzen neue Nährstoffe.

Wälder Siebenschläfer-fit machen, indem man ...

- deren Struktureichtum fördert – beispielsweise durch das Liegenlassen von Totholz, eine stufige Waldrandgestaltung inklusive Sträucher sowie das Zulassen von kleineren Lücken im Kronendach für lichte Wälder mit nahrungsreichem Unterwuchs.
- knorrige Bäume mit Höhlen stehen lässt.
- die Vegetation entlang von Fließgewässern belässt.
- Nistkästen aufhängt.

Für alle, die noch mehr für den Schutz der felligen Schlafhauben tun wollen: Der Naturschutzbund freut sich über jede einzelne Siebenschläfer-Beobachtung, die via Foto auf www.naturbeobachtung.at oder der

gleichnamigen [App](#) geteilt wird.

23.06.2026