



Kräuternachrichten Nr. 16

Sommer 2021



grün & wild

Marina Delzer
Schöneberg OT Alt-Galow
Kanalstraße 3
16303 Schwedt/ Oder

kontakt@gruen-und-wild.de
gruen-und-wild.de

033338 - 85411
0162 203 60 55

■ *Dipl.-Forstwirtin*
■ *Zertifizierte Natur-
und
Landschaftsführerin*
Uckermark
■ *Zertifizierter
Abschluss des
Lehrganges
Phytotherapie -
Heilpflanzen kompetent
anwenden*

Die gute Nachricht zuerst: Es geht wieder los!

Seit Pfingsten sind wieder Führungen möglich. Derzeit ist die maximale Teilnehmerzahl bei Naturführungen auf 15 begrenzt und wie letztes Jahr auch, müssen die Kontaktdaten der Teilnehmenden erfasst und zwei Wochen lang aufbewahrt werden. Auch die AHA-Regeln gelten weiterhin, aber das ist ja inzwischen für uns alle bereits zur Routine geworden. Ich freue mich darauf, wieder mit Ihnen zu und durch die Kräuter zu wandern. Meine Angebote finden Sie weiter unten. Vorab schon mal zwei Tipps für kommendes Wochenende: [Spaziergang durch den "offenen" Bauerngarten](#) bei Hemme Milch und [Un-Krautführung in der Blumberger Mühle](#).

Das war die gute Nachricht und die schlechte gibt es heute nicht ... Dafür aber einen kurz gehaltenen Beitrag zum Titelfoto:

Walnuss - die welsche Nuss

Ursprünglich im Orient zu Hause, kam die Walnuss (*Juglans regia*) wahrscheinlich über Italien und Frankreich zu uns. "Wal" und "welsch" haben beide den gleichen Ursprung; es

war die alte germanische Bezeichnung für die Römer und romanisierten Kelten. "Welsch" wurde auch für fremdländisch im Allgemeinen gebraucht.

Die spätfrostempfindlichen Walnussbäume werden in erster Linie wegen ihrer schmackhaften, fettreichen Früchte und wegen des edlen Holzes angebaut. Weniger bekannt hingegen ist die **Verwendung der Blätter**

- innerlich als Tee bei Magen-Darmkatarrhen und zur allgemeinen Stärkung,
- äußerlich als Umschlag, Waschung oder Bad bei Hautentzündungen. Aufgrund der Gerbsäure wirken die Blätter adstringierend, entzündungshemmend, juckreizlindernd, schmerzstillend und gewebestärkend.

Der Tee erinnert vom Geschmack ein wenig an Schwarztee - enthält jedoch keine Koffein. Die Blätter (Fiederblätter ohne die Mittelrippe) werden jetzt im Juni um Johanni gesammelt und rasch an einem schattigen, luftigen Ort getrocknet. Man bewahrt sie dann in einer gut schließenden Dose dunkel und trocken auf.

Bemerkenswert ist, dass unter Walnussbäumen kaum andere Pflanzen wachsen. Verantwortlich dafür ist das *Juglon*, eine Substanz, die aus den Walnussblättern ausgewaschen wird und im Boden auf andere Pflanzen keim- und wachstumshemmend wirkt. Aus diesem Grunde ist es auch nicht ratsam, Gartenbeete mit Walnusslaub zu mulchen oder das Laub ins Hochbeet zu schichten.

In Erdmieten hingegen kann das Walnusslaub unliebsame Nager von den kostbaren Möhren und anderen Wurzelgemüsen fernhalten.

Kräuterworkshops in Zeiten von Corona

Sie können sich darauf verlassen, dass ich auf meinen Führungen und bei meinen Workshops alles dafür tue, um unsere Gesundheit zu schützen.



Ich bin dabei: [Gastfreundschaft mit Verantwortung.](#)

Infos zu Hygienemaßnahmen finden Sie hier: [Mit Abstand genießen](#)

Meine Angebote:

Kräuterspaziergänge durch den "offenen" Bauerngarten

Am Wochenende der "offenen Gärten" lädt der **Bauerngarten auf dem Gelände der Firma Hemme Milch in Schmargendorf** zum Staunen und Verweilen ein. Auf den ca. einstündigen Kräuterspaziergängen durch den Bauerngarten und auf dem Naturpfad rund um das Gelände werden wir viele Kräuter entdecken, die durchaus einen Platz neben den edlen Kulturpflanzen im Garten verdient haben. Und mit den leckeren Milchprodukten von Hemme Milch werden sie zu einem absoluten Gaumenschmaus.

**Samstag, 05.06.21, 13.30 und 15.00 Uhr und
Sonntag, 06.06.2021, 10.30 Uhr**

weitere Infos: [grün & wild](#)

Anmeldung unter: kontakt@gruen-und-wild.de

Un-Krautführung durch Garten und Wiese

Ein Kräuterspaziergang der besonderen Art im Rahmen der Vortragsreihe "Garten und Wiese - was blüht den da?" auf dem Gelände der **Blumberger Mühle**

Auf dieser Führung erfahren Sie, wie Unkräuter unsere Gesundheit fördern und die Ernährung bereichern können und als Mischkultur- partner sogar den Gartenpflanzen helfen.

Sonntag, 06. Juni 2021, 14.00 Uhr

Treffpunkt: Blumberger Mühle, Innenhof

weitere Infos: [grün & wild](#)

Anmeldung unter: kontakt@gruen-und-wild.de

Heilkräuterworkshop - Hydrolate und Salben

In diesem Workshop stellen wir ein wunderbar mild duftendes Pflanzenwasser mit der Destille her und arbeiten es in eine hautpflegende, entzündungshemmende Salbe ein.

buchbar in den Monaten Juni bis November

weitere Infos: [grün & wild](#)

Wanderung zu den sommerlichen Heilkräutern

Eine Wanderung in den Galower Bergen zu den Kamillen, Kletten und Königskerzen.

Sonntag, 25. Juli 2021, 10.00 - 15.00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz am Hang, oberhalb von Stützkow

weitere Infos: [grün & wild](#)

Anmeldung unter: kontakt@gruen-und-wild.de

Kräuterspaziergang zu den Sommerkräutern und Blüten im Bauerngarten

Auf unserem Spaziergang durch den **Bauerngarten** und auf dem Naturpfad rund um das Gelände von **Hemme Milch in Schmargendorf** sammeln wir Kräuter und Blüten, die jetzt die ganze Kraft des Sommers in sich tragen und bereiten sie mit den leckeren Milchprodukten von Hemme Milch zu.

Sonntag, 15. August 2021, 10.00 Uhr

Treffpunkt: Hemme Milch in Schmargendorf

weitere Infos: [grün & wild](#)

Anmeldung unter: kontakt@gruen-und-wild.de

Dreiklang Natur - Wasser, Wald und Wilde Kräuter

Erleben Sie in einer Woche drei Premiumtouren zu den Naturschätzen im Nationalpark Unteres Odertal und Biosphärenreservat Schorfheide-Chorin an der Seite erfahrener Naturführer/innen.

buchbar vom 7.06. bis 20.08.2021

weitere Infos: [grün & wild](#)

Anmeldung unter: kontakt@gruen-und-wild.de

weitere Angebote finden Sie unter:

grün & wild

Noch ein Tipp für Naturbegeisterte:

Waldwanderungen der besonderen Art gibt es beim [Zeitenschreiber](#). In seinem [Blog "Zeitenwanderer"](#) teilt er in kurzen Videos tolle Einblicke in die Natur.

Wenn Ihnen mein Newsletter gefallen hat,
dann leiten Sie ihn doch einfach an Freunde und Bekannte
weiter.



grün und wild

Schöneberg OT Alt-Galow, Kanalstraße 3, 16303, Schwedt

Sie erhalten die Kräuternachrichten, weil Sie sich dafür angemeldet haben.
Wenn Sie den Newsletter nicht mehr erhalten wollen, können Sie ihn mit einem
Klick abbestellen.

[Besuchen Sie hier die Webversion](#) | [Newsletter abbestellen](#)

