

Kräuterwanderung



Treffpunkt: Sonntag, 03. April 2022 – 9:30 Uhr
Parkplatz am Naturfreundehaus auf der Moret

Strecke: ca. 6,5 km

Im Frühling sprießt das erste Grün im Wald und auf den Wiesen, vitaminreiche Frühjahrsboten wie Bärlauch, Brennnessel, Löwenzahn und Scharbockskraut wirken kräftigend und reinigend auf die Abwehrkräfte. Unscheinbar und oft verkannt: unsere Wildkräuter, sie sind der Ursprung unserer kultivierten Pflanzen und wachsen überall. Sie bevorzugen Stellen, an denen sie für ihr Gedeihen geeignete Bedingungen vorfinden: die richtige Dosis Sonne, Wasser, Nährstoffe und Mineralien. In früheren Zeiten bildeten sie die Grundlage der menschlichen Ernährung. Den heutigen Generationen sind viele Wildkräuter fremd und sie halten etliche für ungenießbar. Aber viele von diesen sind essbar und äußerst schmackhaft, sehr viele sind heilkräftig und voller Vitamine, nur manche sind giftig.

Das Wissen über ihre Heilkräfte ist leider vielfach verloren gegangen. Bei einem Streifzug durch Feld, Wald und Wiese lernen die Wanderer einige Heil-, Wild- und Würzkräuter kennen und erfahren Wissenswertes über ihre Verwendung in der Küche sowie in der Naturheilkunde.

Geeignetes Schuhwerk und ausreichend zu Trinken sind erforderlich; während der Wanderung wird dem Wetter angepasste Kleidung, sowie Rucksackverpflegung empfohlen.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung und mit der Verpflichtung zur selbständigen Einhaltung der dann gültigen Hygieneregeln, zu finden unter:

<https://www.owkdieburg.de/corona-regeln/>

Die Teilnehmerzahl ist auf 30 begrenzt, teilnehmen dürfen nur Personen, denen nach vorheriger Anmeldung ein Platz zugesagt wurde.

Der Unkostenbeitrag beträgt **5€ pro Person**.

Verbindliche Anmeldung mit Angabe der Telefonnr. bis Freitag, 01.04.22 - 18:00h bei:
Rainer Gebauer - Tel.: 0171/3767357 - rainergeb@t-online.de