



Naturpark
Saar-Hunsrück



Naturpark-Informationen und Erlebniskalender vom 03.05. bis 12.05.2024

1. Naturpark aktiv erleben – Terminübersicht
2. Seminare, Workshops, Vorträge, Führungen
3. Feste, Märkte & Co.
4. Nationalpark im Naturpark erleben
5. Pressetexte ab S. 3

1. Naturpark aktiv erleben und schmecken – Wandern, Radfahren & Co.

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
Fr	03.05.2024	Birkenfelder Nachtleben – Fledermausexkursion für Kinder	19:45-21:45 Uhr, TP: Fischwald Birkenfeld, 10 €/Erw. 15€/1 Erw. + 1 Kind, 20 €/Familie, Info u. Anmeldung: TI Birkenfelder Land, 06782/9834570; https://www.birkenfelder-land.de/rauszeit.html
Sa	04.05.2024	18. Schaumberg-Wandermarathon 2024: 42 Kilometer durch und um die Schaumbergdörfer	06:45-06:45 Uhr, TP: Hofgut Imsbach bei Theley, Info u. Anmeldung: Gemeinde Tholey, 06853/508-66
Sa	04.05.2024	Hexenwiesen-Wildkräuterspaziergang in Hattgenstein	14:00-17:00 Uhr, TP: Parkplatz Jugendfreizeitstätte, 20 €/Person inkl. Verköstigung, Info u. Anmeldung: TI Birkenfelder Land, 06782/9834570; https://www.birkenfelder-land.de/rauszeit.html
Sa	04.05.2024	Wanderung mit Armand bei Weiskirchen	13:30-17:30 Uhr, TP: Weiskirchen, 4 €/Person, Info u. Anmeldung: Hochwald-Touristik, 06876/709-37, hochwald-touristik@weiskirchen.de
Sa	04.05.2024	Frühlingswanderung um Morscholz	13:00-18:00 Uhr, TP: Dorfplatz Morscholz, Info u. Anmeldung: Stadt Wadern, 06871/5070 oder touristinfo@wadern.de
So	05.05.2024	Frühjahrs-Spaziergang "Kräuter zur Stärkung des Immunsystems" bei Schillingen	10:00-13:00 Uhr, TP: wird bei Anmeldung angegeben, 15 €/Person Kinder bis 8 Jahre frei, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
So	05.05.2024	HochWaldBaden am Hunsrückhaus am Erbeskopf	14:00-17:00 Uhr, TP: Nationalparktor Hunsrückhaus am Erbeskopf, 20 €/Person inkl. Waldpicknick, Info u. Anmeldung: TI Birkenfelder Land, 06782/9834570; https://www.birkenfelder-land.de/rauszeit.html
So	05.05.2024	Geführte Wanderung über Streuobstwiesen auf dem Saargau bei Tünsdorf	10:30-13:30 Uhr, TP: Tünsdorfer Kirche, Info u. Anmeldung: Saarschleifenland, Elisabeth Carl, 06861/80-439
So	05.05.2024	„Die Cloef – Rundwanderung auf den Spuren der Erdgeschichte	15:00-18:00 Uhr, TP: Parkplatz Saarschleifen-Lodge bei Dreisbach, 4 € Erw., 2 € Kind ab 10 J., Info u. Anmeldung: Naturwacht Saarland, Frank Grütz, 0174-9503521
Do	09.05.2024	Vogelkundliche Wanderung des NABU mit Frühstückspause	06:30-08:30 Uhr, TP: Haus am Mühlenpfad, Kantstraße 28 Neipel, Info u. Anmeldung: Gemeinde Tholey, 06853/508-66
Sa	11.05.2024	Kräuterexkursion am Wild- und Wanderpark Weiskirchen	11:00-13:30 Uhr, TP: Eingangsportal Wild- und Wanderpark Weiskirchen, 15 €/Person, 7,50 €/Kind bis 15 Jahre, Info u. Anmeldung:

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
			Hochwald-Touristik, 06876/709-37, hochwald-touristik@weiskirchen.de
Sa	11.05.2024	Gute Nachbarschaft im Gemüsegarten auf Finkenrech	15:00-17:00 Uhr, TP: Freizeitzentrum Finkenrech, 11 €/Person inkl. Kostprobe, Info u. Anmeldung: Tourismus- und Kulturzentrale Landkreis Neunkirchen, 06821/972920, info@finkenrech.de
So	12.05.2024	Erlebniswanderung mit den Eseln auf Finkenrech	10:00-10:00 Uhr, TP: Freizeitzentrum Finkenrech, 3€/Kind (2-12 J.), 4€/Erwachsenem, Info u. Anmeldung: Tourismus- und Kulturzentrale Landkreis Neunkirchen, 06821/972920, info@finkenrech.de

Für die Veranstaltungen des Naturpark Saar-Hunsrück ist eine Anmeldung Voraussetzung für die Teilnahme. Alle angemeldeten Teilnehmenden werden über ggf. erforderliche Änderungen im Programmablauf informiert. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Bei Exkursionen und Wanderungen sind festes Schuhwerk und witterungsangepasste Kleidung erforderlich. Weitere Informationen in den Naturpark-Informationszentren, Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0 oder Weiskirchen, Telefon 06872/921261, www.naturpark.org

2. Seminare, Workshops, Vorträge und kulturelle Führungen

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
jeden Sa		Stadtführung durch St. Wendel	11:00-12:00 Uhr, TP: Hauptportal der Wendelinusbasilika St. Wendel, Info: Touristinfo St. Wendel, 06851/809-1913
jeden 2. Sa im Monat		Öffentliche Führung auf Burg Montclair	13:00-17:00 Uhr, TP: Burg Montclair, 2 €/Person Eintritt, Info: Burg Montclair, 06861/80-235, info@burg-montclair.de
Jeden Do	bis 31.10.2024	Führung durch den historischen Ortskern von Herrstein	16:30 Uhr, TP: Herrstein Uhrturm, 5 €/Erwachsene 2,50 €/Kind (6-16 Jahre), Info: Tourist-Info EdelsteinLand, Herrstein-Rhaunen, 06785-79-1400
Jeden Sa	bis 26.10.2024	Führung durch den historischen Ortskern von Herrstein	14:30 Uhr, TP: Uhrturm Herrstein, 5 €/Erwachsener 2,50 €/Kind (6-16 Jahre), Info: Tourist-Info EdelsteinLand, Herrstein-Rhaunen, 06785-79-1400
Sa bis So	04. bis 05.05.2024	„Faszination Handwerk“ in der Römischen Villa Borg – Töpfern mit Bettina Kocak	10:00-18:00 Uhr, TP: Archäologiepark Römische Villa Borg, 6 €/Erwachsene, 4 €/Schüler, Studenten, Behinderte, 2 €/Kinder (7-14 Jahre), 12 €/Familien, Info: Archäologiepark Römische Villa Borg, 06865/9117-0, info@villa-borg.de
Sa	04.05.2024	WasserWissensExkursion: Lebensraum Bach bei Kempfeld	13:00-15:00 Uhr, TP: WasserWissensWerk, bei Kempfeld, kostenfrei, Info u. Anmeldung: WasserWissensWerk, Frau Riedel, riedel@wzv-birkenfeld.de

3. Feste, Märkte & Co.

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
Mi	01.05.2024	Aktionstag "Rund um die Streuobstwiese" am Naturpark-Informationszentrum Weiskirchen	11:00-17:00 Uhr, TP: Naturpark-Informationszentrum Weiskirchen, Info: Gartenbauverband Saarland/Rheinland-Pfalz, Jessica Weiland, weiland@gartenbauvereine.de und info@naturpark.org

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
Sa	04.05.2024	Weiskircher Wein Weiher	12:00-18:00 Uhr, TP: Kurpark mit Kurparksee, Info: Hochwald-Touristik, 06876/709-37, hochwald-touristik@weiskirchen.de
So	05.05.24	Offizielle Saisoneröffnung der Viezstrasse an der Naturpark-Infostelle Cloef Atrium unter der Schirmherrschaft von Bürgermeister Daniel Kiefer	Ab 11Uhr, TP: Naturpark-Infostelle Cloef Atrium in Orscholz, Info: Saarschleifenland, Elisabeth Carl, 06861/80-439

4. Nationalpark im Naturpark erleben

Aktuelle Termine online www.nlphh.de/termine oder Info: Nationalpark-Amt Hunsrück-Hochwald 06131 884152-0.

5. Pressetexte

überregional

Genussvolle Wildpflanzen im Frühling entdecken

In Wildgemüse sind im Durchschnitt ca. dreimal so viele Vitamine, Proteine und Mineralien als in Kulturgemüse enthalten, daher bereichern zahlreiche Wild- und Heilpflanzen unsere Speisen und Ernährung. Wildpflanzen enthalten wertvolle, gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe, wie z. B. sekundäre Pflanzenstoffe, die Polyphenole mit ihren Flavonoiden sowie ätherische Öle, Gerbstoffe, etc. und können eine heilfördernde als auch eine entgiftende Wirkung haben.

Die einheimischen, essbaren Wildkräuter stehen ganzjährig, kostenlos vor der Haustüre zur Verfügung. Sie wachsen im Wald, in Parkanlagen, auf Wiesen und Weiden, an Wegrändern, im eigenen Garten etc.

Die in unterschiedlichen Mengen fast in allen Wildkräutern, wie z. B. im Löwenzahn, in der Brennessel, Taubnessel, Gänseblümchen, Frauenmantel, wilden Malve, Wegerich, Giersch, Schafgarbe, Gundermann, etc., enthaltenden Flavonoide, die wasserlöslichen Pflanzenfarbstoffe, können eine antioxidative Wirkung aufweisen.

Im Frühling sind die Blätter und Blüten der Wildpflanzen besonders zart, und ihre Inhaltsstoffe können sich auf unseren Körper positiv auswirken. Sie schmecken gut, sind gesund und können unsere Gerichte verfeinern.

Beim Sammeln der essbaren Wildpflanzen sollten nur die Pflanzen verwertet werden, die auch sicher bestimmt werden können. Denn einige Wildkräuter haben auch giftige Doppelgänger. Daher sind die Pflanzen über eine Vegetationsperiode zu beobachten, um sie auch über das Jungendstadium hinaus, erkennen zu können.

Weitere Infos unter: <https://www.kostbarenatur.net/anwendungen-und-inhaltsstoffe/knoblauchs-rauke/>; <https://www.kostbarenatur.net/anwendungen-und-inhaltsstoffe/grosse-brennessel/>; <https://www.kostbarenatur.net/essbare-wildkraeuter-ernte-kalender-april/>; <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/ernaehrung/lebensmittel/kraeuter/kraeuter/>;

Der Naturpark bietet vom Frühjahr bis Herbst zahlreiche Wildpflanzenwanderungen und Spaziergänge an, weitere Infos unter <https://www.naturpark.org/aktuelles/veranstaltungen>.



Weißes Taubnessel mit wertvollen Pflanzeninhaltsstoffen

*Foto: © Archiv Naturpark Saar-Hunsrück**

**freie Nutzung im Kontext*

Landkreis Merzig-Wadern/Gemeinde Mettlach/Tünsdorf

Essbaren Wildkräutern auf der Spur um Tünsdorf

Am **Mittwoch, 1. Mai, 10 bis 13 Uhr**, führt der Naturpark Saar-Hunsrück in Kooperation mit der Naturpark-Gemeinde Mettlach eine kulinarische Wildkräuterwanderung zu essbaren Pflanzen um Tünsdorf durch. Zusammen mit der Naturpark-Referentin Klaudia Landahl können heimische Frühling-Wildpflanzen, wie Knoblauchrauke, Löwenzahn, Gänseblümchen, Vogelmiere, Gundermann etc. entdeckt, bestimmt und gesammelt werden. Wildkräuter mit ihren wertvollen Vitalstoffen aus der Natur wachsen vor der Haustüre, kosten nichts und sind gesund. Die Teilnahmegebühr beträgt 15 Euro pro Person inkl. Kräutersnack. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Eine

verbindliche Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich (Teilnahmebegrenzung).



*Knoblauchsrauke im Naturpark Saar-Hunsrück
Foto: © VDN-Fotoportal_Renate Reinbothe*
freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Saarburg-Kell/Schillingen

Frühjahrs-Spaziergang "Kräuter zur Stärkung des Immunsystems" bei Schillingen

Am **Sonntag, 5. Mai, 10 bis 13 Uhr**, bietet der Naturpark Saar-Hunsrück in Kooperation mit der Naturpark-Verbandsgemeinde Saarburg-Kell einen Frühjahrs-Spaziergang "Kräuter zur Stärkung des Immunsystems" in Schillingen durch. Zusammen mit der Naturpark-Referentin Helga Hofmann können die Grundlagen des Sammelns und der Verarbeitung von heimischen und essbare Frühjahrs-Wildkräutern, wie Frauenmantel, Schafgarbe, Löwenzahn, Gänseblümchen, Gundermann etc. erkundet werden. Wildkräuter mit ihren wertvollen Vitaminen und Inhaltsstoffen wachsen vor der Haustüre, kosten nichts und sind gesund. Die Teilnahmegebühr beträgt 15 Euro pro Person, Kinder bis 8 Jahre frei. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Eine verbindliche Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich (Teilnahmebegrenzung).



*Frauenmantel im Naturpark Saar-Hunsrück
Foto: © VDN-Fotoportal_Gabi Schumann
freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung