



Naturpark
Saar-Hunsrück



Naturpark-Informationen und Erlebniskalender vom 08.12. bis 17.12.2023

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

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

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
Sa	09.12.2023	Fackelwanderung zum Weiskircher Weihnachtsmarkt	14:30-18:00 Uhr, TP: Haus des Gastes, 7,00 €/Person, Info u. Anmeldung: Hochwald-Touristik GmbH Weiskirchen, 06876/70937

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
Sa	09.12.2023	Wildpflanzen-Räucherworkshop bei Greimerath	14:00-16:30 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 12 €/Person, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0

3. Feste, Märkte & Co.

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
Fr bis So	08.-17.12.2023	St. Wendeler Weihnachts- und Mittelaltermarkt	TP: Fußgängerzone um Rathaus, Dom, Fruchtmarkt, Mott, Balduin-, u. Luisenstraße, Info: Stadt St. Wendel, 06851/809-1919

4. Nationalpark im Naturpark erleben

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

5. Pressetexte

überregional

Mit einheimischen Wildpflanzen räuchern

Viele unserer essbaren Wild- und Heilpflanzen, wie Beifuß oder Schafgarbe etc., sind gleichzeitig wertvolles Räucherwerk. Die heimischen Wildpflanzen wachsen überall, z. B. in Gärten, Wiesen und Feldrainen, an Wald- und Bachrändern, im Siedlungsbereich der Dörfer und Städte etc., und stehen kostenlos zur Verfügung. Räuchern ist in der Anwendung nicht saisonal eingeschränkt, und kann das ganze Jahr über praktiziert werden.

Im Winter können die Duft- und Aromastoffe aus den verglühenden Wildpflanzenbündel besonders wohltuend wahrgenommen werden.

Räuchern gehört zu den ältesten kultischen Handlungen und Heilanwendungen der Menschen, die meist mit Ritualen verbunden waren. Beim Verglühen der Pflanzenteile werden durch die aromatischen sekundären Pflanzeninhaltsstoffe, wie ätherische Öle, die Duft- und Wirkstoffe freigesetzt und können sich im Raum verteilen. Die freiwerdenden Inhaltsstoffe der Wild- und Gartenpflanzen, wie z. B. Alantwurzel, Beifuß, Birkenrinde, Brombeerblätter, Hagebutte, Haselnussblätter, Holunderholz, Königskerze, Mistel, Lavendel, Lorbeer, Salbei, Schafgarbe, Schlehenholz, Thymian, Minze, Weißdornfrucht und -holz, Wacholder, Fichten-, Kiefernharz, Tannennadeln, Efeu etc. werden über die Nase und den Mund aufgenommen und können z. B. anregend, beruhigend, entspannt oder desinfizierend wirken.

Grundsätzlich können die Pflanzen verwendet werden, die sicher bestimmt werden können und die keine Giftstoffe enthalten. Alle gut getrockneten Pflanzenteile, wie Blätter, Blüten, Samen, Knospen, Wurzeln, Rinden, Nadeln, Harze oder Moose etc. eignen sich einzeln oder gebündelt von mehreren Pflanzen zum Räuchern.

<https://www.gaissmayer.de/web/welt/wissen/biokraeuter/wohlfuehlkraeuter/raeucherpflanzen/>;
<https://www.kostbarenatur.net/pflanzen-raeuchern-mit-und-ohne-kohle/>; <https://www.pflanzenforschung.de/de/pflanzenwissen/lexikon-a-z/sekundaere-pflanzenstoffesekundaermetabolite-766>;
<https://www.celticgarden.de/weissdorn-raeucherung/>

Weitere Informationen zum Naturpark unter www.naturpark.org



Königskerze, Hagebutte und Haselnussblätter fürs Räucherwerk

*Foto: ©Naturpark**

**freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung*

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Ruwer/Osburg

Winterwanderung rund um Osburg

Am **Sonntag, 3. Dezember, 11 bis 15 Uhr** bietet der Naturpark Saar-Hunsrück in Kooperation mit der Naturpark-Ortsgemeinde Osburg und der Naturerlebnispädagogin Beate Stoff eine geführte Rundwanderung durch den Osburger Hochwald an. Z. B. können Tierspuren auf feuchten Wegen, Nester und Nisthöhlen von Vögeln, Moose und Flechten etc. erkundet werden. Die

Wanderung wird rund sechs Kilometer lang sein, sie führt über Waldwege und ist nicht für Kinderwagen oder Rollstühle geeignet. Als Ausrüstung werden festes Schuhwerk, witterungsangepasste Kleidung sowie Rucksackverpflegung empfohlen. Die Teilnahme an der Veranstaltung kostet 15 € pro Person. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Eine verbindliche Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich (Teilnahmebegrenzung).



Wald im Winter mit Moosen, Flechten, Farnen etc.

*Foto: © VDN-Fotoportal_Luxfox**

**freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung*

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Saarburg-Kell/Greimerath

Wildpflanzen-Räucherworkshop bei Greimerath

Am **Samstag, 9. Dezember, 14 bis 16:30 Uhr**, bietet der Naturpark Saar-Hunsrück einen Räucherworkshop mit Wildpflanzen bei Greimerath an. Die Naturpark-Referentin Klaudia Landahl stellt die traditionsreiche Methode des Räucherns mit pflanzlichen Materialien, wie Samen, Wurzeln, Harze etc. vor und gibt Tipps wie die freigesetzten Duftstoffe auf Menschen wirken können. Die Teilnahmegebühr beträgt zwölf Euro pro Person. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Anmeldung unter Tel. 06503/9214-0.



Weißdornfrucht

*Foto: © VDN-Fotoportal_Renate Reinbothe**

**freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung*

Weitere Infos:

Während der Exkursion gibt es wertvolle Informationen zum Bestimmen, Sammeln und zur Verwendung von regionalen Wildpflanzenteilen, z. B. zu Tee, Aufgüssen etc. Als Ausrüstung werden festes Schuhwerk, witterungsangepasste Kleidung sowie ein Korb und Messer zum Sammeln empfohlen. Weitere Informationen zum Naturpark: Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Tel. 06503/9214-0, info@naturpark.org