



**Naturpark
Saar-Hunsrück**



Naturpark-Informationen und Erlebniskalender

vom 01.07. bis 10.07.2022

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

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

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
Fr	01.07.2022	Fledermaussafari rund um St. Wendel	21:00-23:30 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 6 €/Kind, 10 €/Erwachsene, 18/Familie, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
Sa	02.07.2022	Wanderung auf dem Zwei-Täler-Weg mit Josef	13:30-17:00 Uhr, TP: Wild- und Wanderpark, 3,50 €/Person, Info u. Anmeldung: Hochwald-Touristik, 06876/709-37, hochwald-touristik@weiskirchen.de
Sa	02.07.2022	Wanderung "Das Hofgut Imsbach im Wandel der Zeit"	14:00-17:00 Uhr, TP: Parkplatz Hofgut Imsbach, Info u. Anmeldung: Gemeinde Tholey, 06853/508-66, touristik@tholey.de
Sa	02.07.2022	Insektenwanderung für Familien in Gusenburg	TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, kostenlos, um kleine Spende wird gebeten, Info u. Anmeldung: Obst- und Gartenbauverein, 06503/994041, pawlikhillu@gmx.de
Sa	02.07.2022	Sommerwanderung auf der Traumschleife "Weg des Wassers" in Büschfeld	13:00-17:00 Uhr, TP: Schlossberghalle in Büschfeld, Info u. Anmeldung: Tourist-Information der Stadt Wadern, Tel. 06871/507-0, touristinfo@wadern.de
So	03.07.2022	Kulinarische Sommerkräuter- und Holunderblütenwanderung rund um Schillingen	10:00-13:00 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 12 €/Person, Kinder bis 14 frei, inkl. kleinen Leckereien und Getränken aus der wilden Küche, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
Sa	09.07.2022	Picknickwanderung um Dhronecken	14:00-16:00 Uhr, TP: Burg Dhronecken, kostenlos, Info u. Anmeldung: Tourist-Information Thalfang, ti@erbeskopf.de
So	10.07.2022	Erlebniswanderung mit den Eseln auf Finkenrech	14:00-16:00 Uhr, TP: Freizeitzentrum Finkenrech, Tierstall, 3 €/Kind und 4 €/Erwachsenen, Info u. Anmeldung: Tourismus- und Kulturzentrale Landkreis Neunkirchen, 06821/972920

2. Seminare, Workshops, Vorträge und kulturelle Führungen

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
jeden Do	bis 06.10.2022	Stadtführung Saarb urg	14:00-15:00 Uhr, TP: Touristinformation Saarb urg, 5 €/Erwachsene, 2,50 €/ermäßigt, 12 €/Familie, Info u. Anmeldung: Saar-Obermosel-Touristik, 06581/995980, info@saarobermosel.de
jeden So und Di	bis 30.10.2022	Offene Führung durch die Glockengießerei in Saarb urg	14:30-15:30 Uhr, TP: Museum Glockengießerei Mabilon, 5 €/Erwachsene, 2,50 €/ermäßigt, 12 €/Familie, Info u. Anmeldung: Saar-Obermosel-Touristik, 06581/995980, info@saarobermosel.de
jeden Do	bis 27.10.2022	Historisches Herrstein – lebendiges Mittelalter in Herrstein	16:30 Uhr, TP: Uhrturm Herrstein, 5 €/Erwachsene, 2,50 €/Kind (6-16 Jahre), Info u. Anmeldung: EdelSteinLand Tourist-Information Herrstein, 06785 79-1400, info@edelsteinland.de
jeden Sa	bis 29.10.2022	Historisches Herrstein – lebendiges Mittelalter	14:30 Uhr, TP: Uhrturm Herrstein, 5 €/Erwachsene, 2,50 €/Kind (6-16 Jahre), Info u. Anmeldung: EdelSteinLand Tourist-Information Herrstein, 06785 79-1400, info@edelsteinland.de
jeden ersten Sa	bis 01.10.2022	Belebung des Keltendorfes am Ringwall Otzenhausen	14:00-17:00 Uhr, TP: Eingang Keltentpark, 2,50 €/Erwachsene, 1,50 € Kinder, Info: Touristinformation Nonnweiler, 06873/660-14, tourist@nonnweiler.de
jeden ersten Sa	bis 01.10.2022	Offene Führung durch das Keltendorf am Ringwall Otzenhausen	14:00-17:00 Uhr, TP: Eingang Keltentpark, 9,00 €/Erwachsene, 5,50 € Kinder, Info: Touristinformation Nonnweiler, 06873/660-14, tourist@nonnweiler.de
jeden So	bis 02.10.2022	Führung durch das Keltendorf am Ringwall Otzenhausen	15:00-17:00 Uhr, TP: Eingang Keltentpark, 6,50 €/Erwachsene, 3,50 € Kinder, Info: Touristinformation Nonnweiler, 06873/660-14, tourist@nonnweiler.de
bis So	17.07.2022	Kräutertage in der Gemeinde Tholey	Info u. Anmeldung: Gemeinde Tholey, 06853/508-66, touristik@thoely.de
Fr	01.07.2022	Expedition ins Erdreich – Wir erforschen das Leben im Boden in Gusenburg	15:00-17:30 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 6 €/Kind, 10 €/Erwachsene, 18 €/Familie, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
Fr	01.07.2022	Online-Vortrag "Der klimagerechte Garten – was können wir tun?" i. R. der Kräutertage in der Gemeinde Tholey	18:00-20:00 Uhr, Info u. Anmeldung: Meeting Link auf www.toley.de
Sa	02.07.2022	Dengel- und Sensenkurs am Hunsrückhaus	09:00-17:00 Uhr, TP: Hunsrückhaus am Erbeskopf, 85 €/Person, Info u. Anmeldung: Nationalpark-Tor und Naturpark-Infostelle Hunsrückhaus am Erbeskopf, 06504/778, info@hunsrueckhaus.de
So	03.07.2022	Waldbaden – Kraft und Energie tanken im Hochwald in Weiskirchen	9:00-13:00 Uhr, TP: Wild- und Wanderpark, 30,00 €/Person, Info u. Anmeldung: Hochwald-Touristik, 06876/709-37, hochwald-touristik@weiskirchen.de
So	03.07.2022	Workshop "Honig-Essig-Tinktur mit Wildkräuter herstellen" in Weiskirchen	10:00-13:00 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 12 €/Erwachsene, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
So	03.07.2022	Vorführung Korbflechten im Keltendorf am Ringwall in Otzenhausen	10:00-18:00 Uhr, TP: Eingang Keltenpark, Info: Touristinformation Nonnweiler, 06873/660-14, tourist@nonnweiler.de
So	03.07.2022	Führung durch Keltendorf am Ringwall in Otzenhausen	15:00-17:00 Uhr, TP: Eingang Keltenpark, Info: Touristinformation Nonnweiler, 06873/660-14, tourist@nonnweiler.de
Sa	09.07.2022	Vorführung Schwerter der späten Bronzezeit und früheren Eisenzeit im Keltendorf am Ringwall in Otzenhausen	10:00-18:00 Uhr, TP: Eingang Keltenpark, 2,50 €/Erwachsene, 1,50 € Kinde, Info: Touristinformation Nonnweiler, 06873/660-14, tourist@nonnweiler.de
So	10.07.2022	Essig und Ölvariationen herstellen auf Finkenrech	14:30-16:45 Uhr, TP: Freizeitzentrum Finkenrech, Info-Point, 12 €/Erwachsene, Info u. Anmeldung: Tourismus- und Kulturzentrale Landkreis Neunkirchen, 06821/972920

3. Feste, Märkte und Co.

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
Fr	01.- 03.07.2022	Saarburger Markttag	TP: Innenstadt Saarburg, kostenfrei, Info u. Anmeldung: Saar-Obermosel-Touristik, 06581/995980, info@saar-obermosel.de
So	10.07.2022	Grabungsfest in Tholey	10:00-18:00 Uhr, TP: Römische Ausgrabungsstätte, Info u. Anmeldung: Gemeinde Tholey, 06853/508-66, touristik@tholey.de

Veranstaltungen des Naturpark Saar-Hunsrück finden nach den aktuell gültigen Corona-Vorschriften statt. Anmeldung ist 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

4. Pressetexte

überregional

Acker-Hellerkraut – schmackhaftes und Vitamin-C haltiges Wildkraut

Das Acker-Hellerkraut (*Thlaspi arvense*), wird auch Acker-Täschelkraut genannt. Mit seinen flachen, kreisrunden Früchten, die am Rand geflügelt sind und einen Einschnitt an der Spitze haben, erinnern diese an Heller und Pfennig. Zum Aufkeimen benötigt das einjährige Kraut frisch bearbeitete, offene Erde. Typische Standorte sind z. B. Ackerflächen, Gemüse- und Blumenbeete sowie Ödland und Wegränder. Die bevorzugten Böden sind nährstoffreich, humos und lehmig, eher kalkig als sauer. Der hohe Gehalt an antibakteriell wirkenden Senf-Glykosiden ist für den scharfen und würzigen Geschmack verantwortlich. Zudem enthält das Wildkraut reichlich Vitamin C. Ältere Blätter schmecken allerdings bitter. Das Acker-Hellerkraut wirkt sowohl äußerlich als auch innerlich antibakteriell und entzündungshemmend.

Die Sammelzeit für die Blüten ist von April bis September, die Blätter können von März bis November verwendet werden. Die Wurzeln sollten vor der Blüte verarbeitet werden.

Tipp: Vitamin C-reicher Hellerkraut-Salat

Junge Blätter und Triebspitzen zu gleichen Teilen mit Feldsalat mischen. Gekochte Eier und geröstete Kürbiskerne und Walnüsse beimischen, mit Pflanzenöl, Apfelessig, Naturjoghurt, Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Die knospigen Blütenstände, die fast wie Brokkoli schmecken, können auch in Öl gedünstet werden und mit Apfelessig oder Zitronensaft abgeschmeckt werden. und als Gemüse essen. Ebenso können die vor der Blüte ausgegrabenen Wurzeln, zu einem scharf-aromatischen Quark, der wie Meerrettich schmeckt, verarbeitet werden.

Hintergrund:

Das Acker-Hellerkraut ist ein einjähriges, aufrecht stehendes Wildkraut mit max. 40 cm Höhe und einer tiefen Pfahlwurzel. Der Stängel ist kahl und kantig und die Pflanze erscheint insgesamt in einem hellen Gelbgrün. Die wechselständigen Blätter sind lanzettlich mit einem pfeilförmigen Grund und umfassen den Stängel; der Blattrand ist ganz oder gezähnt. Beim Zerreiben der Blätter entsteht ein lachartiger Geruch. Der Blütenstand ist traubig mit kleinen, weißen Blüten. Die flachen, 1 bis 1,5 cm großen kreisrunden haben einen geflügelten Rand, einen Einschnitt an der Spitze und erinnern an Heller und Pfennig, worauf der Name der Pflanze auch hindeutet. Das gelblich-grüne Wildkraut hat wie das Hirtentäschelkraut Samentasche und gehört wie der Grünkohl, Brokkoli, Wirsing der Pflanzenfamilie der Kreuzblütengewächse an.

Zu therapeutischen Anwendungszecken werden das Kraut sowie die Samen der Pflanze verwendet. Da die Blüten und die jungen Blätter essbar sind, lassen sie sich auch für die Küche verwenden. Sie haben einen kresseartigen, würzig-scharfen Geschmack. Ein weiteres typisches Merkmal ist der intensive Duft des Krauts. Gegen Herbizide ist die Pflanze verhältnismäßig unempfindlich.

Wichtig ist, dass vor der Verwendung der Acker-Hellerkraut-Hülsen, diese nach der Erntezeit von den schwarzen Samen abgeschält werden. Dabei ist auf die Trockenheit der Samen zu achten. Um sie zu trocknen, können sie einfach in der Sonne liegengelassen werden oder im Ofen bei mäßiger Hitze. Anschließend werden die Samen zermahlen und in einer Dose aufbewahrt.

Eine Abkochung aus zermahlenden Samen kann zur Blutreinigung beitragen, vor allem bei erhöhter Harnsäure, Gicht, oder rheumatischen Erkrankungen. Getrocknete Samen können auch gekaut werden, wenn eine Entzündung im Mundraum oder am Zahnfleisch auftritt. Ferner verfügt das Acker-Hellerkraut auch über eine tonisierende Wirkung.

Die Verwendung des Wildkrauts als Tee bei Erkältung oder zur äußerlichen Behandlung als Wickel oder Auflage, z. B. bei Hautentzündungen und Furunkeln, ist ebenso zu empfehlen.

Weitere Infos unter: <https://dr-strauss.net/aktuelle-sammelliste/ackerhellerkraut/>; <https://med-lexi.de/Acker-Hellerkraut>;



Acker-Hellerkraut

Foto: © VDN-Fotoportal/Susanne Jost*

*freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung

Weitere Informationen: Geschäftsstelle Naturpark Saar-Hunsrück, Trierer Straße 51, 54411 Hermeskeil, Tel. 06503/9214-0, info@naturpark.org.

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Hermeskeil/Gusenburg

Expedition ins Erdreich – Wir erforschen das Leben im Boden

Am **Freitag, 1. Juli, 15 bis 17.30 Uhr**, lädt der Naturpark Saar-Hunsrück im Rahmen des Zukunfts-Diploms der lokalen Agenda 21 Trier Kinder und Familien zu einer spannenden Expedition ins Erdreich in die Naturpark-Ortsgemeinde Gusenburg ein. Nicht nur die Schwerkraft verbindet uns mit dem Boden unter unseren Füßen, er bildet auch die Grundlage für menschliches und tierisches Leben und ist Lebensraum für unzählige Organismen. Bei der Expedition ist Erdreich erforschen wir gemeinsam mit dem Naturpark-Referenten Hermann-Josef Schuh die Welt der Bodentiere und lernen auf interaktive Weise wie sich Boden zusammensetzt, wie fruchtbarer Boden entstehen kann und welche wichtigen Funktionen er im Naturhaushalt spielt. Die Veranstaltung richtet sich an Kinder ab 6 Jahren, Familien und Erwachsene. Die Teilnahmegebühr beträgt 6 Euro für Kinder, 10 Euro für Erwachsene und 18 Euro für Familien. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Die aktuell gültigen Corona-Vorschriften sind zu beachten. Eine verbindliche Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich (Teilnahmebegrenzung).

Weitere Veranstaltungen im Rahmen des Zukunfts-Diploms und Informationen finden Sie unter www.zukunftsdiplom.de.



Expedition ins Erdreich

Foto: ©Naturpark/Stephan Zanders*

*freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung

Landkreis St. Wendel/Stadt St. Wendel/St. Wendel

Auf den Spuren der Fledermäuse in St. Wendel

Am **Freitag, 1. Juli, 21 bis ca. 23.30 Uhr**, bietet der Naturpark Saar-Hunsrück in Kooperation mit der Naturpark-Stadt St. Wendel eine spannende und erlebnisreiche Fledermaus-Wanderung in St. Wendel an. Zusammen mit dem Naturpark-Erlebnispädagogen Guido Geisen erkunden die Naturfans die einzigen fliegenden Säugetiere in den Abendstunden. Mit einem Ultraschalldetektor können die Jagdrufe der Fledermäuse wahrgenommen werden. Die kleinen und großen Forscher erfahren viel über das geheimnisvolle Leben der fliegenden Kobolde, deren Biologie, Lebensraumsanspruch, Bedeutung, Schutz und über ihre Jagdgewohnheiten mit ihren unglaublich versierten Flugfähigkeiten. Die Teilnahmegebühr beträgt 6 Euro pro Kind, 10 Euro pro Erwachsene und 18 Euro pro Familie. Als Ausrüstung wird eine Taschenlampe empfohlen. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Die aktuell gültigen Corona-Vorschriften sind zu beachten. Eine verbindliche Anmeldung ist beim Naturpark-Informationszentrum Weiskirchen, Telefon 06872/921261, erforderlich (Teilnahmebegrenzung).



Junge Fledermaus

Foto: © Naturpark_VDN-Fotoportal_Günther Desch*

*freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Saarburg-Kell/Schillingen

Kulinarische Sommerkräuter- und Holunderblütenwanderung rund um Schillingen

Am **Sonntag, 3. Juli, 10.00 bis 13.00 Uhr**, lädt der Naturpark Saar-Hunsrück zu einer kulinarischen Sommerkräuter- und Holunderblütenwanderung in die Naturpark-Ortsgemeinde Schillingen ein. Im Juli bietet die Natur eine große Vielfalt an Wildkräutern, die den Speiseplan und die Hausapotheke bereichern können. Zusammen mit der Naturpark-Wildkräuterreferentin Helga Hofmann können die typischen Sommerkräuter wie Wilder Dost, Echtes Johanniskraut, Wilde Möhre & Co. erkundet werden. Welche Wildpflanzen im Juli gesammelt und welche Pflanzenteile wie Blüten, Blätter, Früchte oder Wurzeln genutzt werden können, kann bei der Wanderung erkundet werden. Zudem werden interessante Informationen zur Verwendung von Holunderblüten in der Küche vorgestellt. Als Ausrüstung wird festes Schuhwerk, witterungsangepasste Kleidung sowie ein Korb und Messer zum Sammeln empfohlen. Die Teilnahmegebühr beträgt 12 Euro pro Person inklusive Kräutersnack. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Die aktuell gültigen Corona-Vorschriften sind zu beachten. Eine verbindliche Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich (Teilnahmebegrenzung).



Blüte vom Schwarzen Holunder

Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück_VDN-Fotoportal/S.M.*

*freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung

Landkreis Merzig-Wadern/Gemeinde Weiskirchen/Rappweiler

Workshop "Honig-Essigtinktur mit Wildkräutern herstellen" in Weiskirchen

Am **Sonntag, 3. Juli, 10 bis 13 Uhr**, bietet der Naturpark Saar-Hunsrück einen Workshop zum Thema "Honig-Essig-Tinktur mit Wildkräutern herstellen" in Weiskirchen an. Die Naturpark-Referentin Nina Brücker informiert, wie die entzündungshemmenden und mineralstoffhaltigen Tinkturen zubereitet werden, welche positive Eigenschaften sie auf die Ernährung haben und wie das Oxymel den alltäglichen Speiseplan in der Küche als Vitalkost ergänzen kann. Zusammen mit der Referentin werden die regionalen, heimischen Wildkräuter, wie Thymian, Oregano, Löwenzahn, Klatschmohn, Gänseblümchen, Frauenmantel, Klee, Schafgarbe etc. gesammelt, um die wertvollen Kräuter zusammen mit Apfelessig zu einer Honig-Essig-Tinktur weiterzuverarbeiten. Die Teilnahmegebühr beträgt 12 Euro pro Person inkl. Verkostung. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Die aktuell gültigen Corona-Vorschriften sind zu beachten. Eine verbindliche Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich (Teilnahmebegrenzung).



Klatschmohn

*Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück**

**freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung*