



Pressemitteilung 16. Juni 2021 vom 25.06. bis 16.07.2021

Aktuelle Veranstaltungsvorschau Naturpark Saar-Hunsrück

1. Naturpark aktiv erleben – Terminübersicht 2. Presstexte ab Seite 2

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

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

Datum	Tag	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
25.06.2021	Fr	Fledermaus-Abendsafari in Weiskirchen i. R. des Zukunfts-Diploms der lokalen Agenda 21 Trier	21:15-23:00 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 5 €/Kind, 8 €/Erwachsener und 15 €/Familien, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
26.06.2021	Sa	Kulinarische Wildkräuterwanderung um Nunkirchen	14:00-17:00 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 10 €/Person und 7 €/Kind, inkl. Kräutersnack, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
27.06.2021	So	Kulinarische Wildkräuterwanderung um Serrig	10:00-13:00 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 10 €/Person inkl. Kräutersnack, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
27.06.2021	So	Kulinarische Wildkräuterwanderung um Osburg	11:00-15:00 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 10 €/Person. Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
27.06.2021	So	Kulinarische Holunderblüten-Wanderung um Schillingen	10:00-13:00 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 10 €/Person, inkl. Holunderblütenspezialität, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
03.07.2021	Sa	Wanderung "Drei-Gemeinden-Tour" in Theley	13:30 Uhr, TP: Parkplatz Johann-Adams-Mühle in Theley, Info u. Anmeldung: Gemeinde Tholey, 06853/508-66, tourism@tholey.de
03.07.2021	Sa	Fledermaus-Abendsafari in Riveris i. R. des Zukunfts-Diploms der lokalen Agenda 21 Trier	21:15-23:00 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 5 €/Kind, 8 €/Erwachsener und 15 €/Familien, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
16.07.2021	Fr	Biber-Burgen-Märchentour in Reinsfeld i. R. des Zukunfts-Diploms der lokalen Agenda 21 Trier	15:00-17:30 Uhr, TP: wird bei Anmeldung bekannt gegeben, 5 €/Kind, 8 €/Erwachsener und 15 €/Familien, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0

Die Veranstaltungen des Naturpark Saar-Hunsrück finden aufgrund der Corona-Vorschriften mit beschränkter Teilnehmerzahl 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.

2. Pressetexte

Naturpark-Wildkräuter-Genüsse im Sommer: Japanischer Knöterich – Einfach aufessen

Der Japanische Knöterich (*Fallopia japonica*) ist in Japan, China und Korea beheimatet. Ursprünglich wächst der Knöterich an Vulkanhängen in Japan. Die Pflanze sichert sich dort durch eine unterirdische Basisknolle mit meterlangen Rhizomen das Überleben.

Er ist verwandt mit Rhabarber, Ampfer und Buchweizen und hat sich nach bewusstem Einführen in ganz Europa ausgedehnt und ist eine Zierpflanze, die auch tolle Vorteile hat. Diese schnellwüchsige und spätblühende Bienen-Nährpflanze zählt zu den sogenannten invasiven Neophyten. Damit sind Pflanzen bezeichnet, die sich direkt oder indirekt durch den Einfluss des Menschen in einem Gebiet angesiedelt haben, in dem sie aber nicht heimisch sind.

Der schnellwachsende Knöterich, der bis zu 30 cm am Tag wachsen kann und die Rhizome über 2 Meter tief im Boden liegen, kann dabei auch Mauerwerk oder Asphalt durchbrechen. Er produziert so viel Grünmasse wie Mais auf gleicher Fläche und benötigt weder Dünger noch Schädlingsbekämpfungsmittel. Dabei erzeugt sein Blätterwerk einen natürlichen Deckungsschutz des Bodens. Der Brennwert des Knöterichs ist vergleichbar mit dem von Holz. Der Knöterich stellt eine Zukunftspflanze zur Energiegewinnung dar und kann zur Sanierung von Bodenschichten eingesetzt werden. Selbst auf ausgelaugten, nährstoffarmen Böden produziert der Knöterich ausreichend Biomasse, die nachhaltig genutzt werden kann. Der Knöterich, der auch als "Wildrhabarber" bezeichnet wird, ist außerordentlich vielseitig und eine wertvolle Nahrungs- und heilwirksame Pflanze. Mit der Ernte des Knöterichs zu Smoothies kann die wuchernde Pflanze im Zaum gehalten werden. Der Staudenknöterich ist ein Blickfang im Garten und eine nachhaltige Bienenweide wegen seiner Blütenfülle bis in den Oktober hinein.

Knöterich kulinarisch:

Die jungen Sprossen (die Blätter sind noch nicht entfaltet) werden in ca. 20 cm Höhe geerntet. Die jungen Triebe, die leicht säuerlich schmecken, sind noch sehr zart und können roh, in Salz gedippt als leckeres Fingerfood verwendet werden. Auch in feine Ringe geschnitten können sie zu Salat oder süßer Creme, Fruchtaufstrich oder Kompott verarbeitet werden. Gedünstet als Kochgemüse, wie grüner Spargel oder wie Sauerkraut eingelegt sowie als würziges Chutney, Auflauf, Quiches, als Beilage zu Suppen oder zu süß-sauren Speisen sind sie eine weitere Delikatesse. Vor allem in den rohen Trieben ist das Resveratrol erhalten.

Tipp: Wer den Knöterich im Winter ernten will, kann ihn in einen Blumentopf einpflanzen und in ein warmes Zimmer stellen.

Die großen Blätter können auch als Ersatz für Alufolie beim Einwickeln von Grillspeisen, wie Feuerkartoffeln etc. verwendet werden.

Tipp: Wildrhabarber-Kompott

2 kg Staudenknöterich Stängel, ca. 20 cm lang, waschen, Blätter entfernen und in ca. 2 cm lange Stücke schneiden und 150 g Rohrzucker dazu geben, 1 Stunde stehen lassen. Etwas Apfelessig oder Zitrone, Zimtstange, 3 bis 4 Nelken dazu geben und ca. 10 Minuten kochen lassen, bis die Stücke weich geworden sind. Der Kompott eignet sich zum Füllen von Kuchen oder kann wie Apfelmus in Twist-off-Gläser abgefüllt werden. Nach dem Abkühlen kann die Süßspeise auch direkt verzehrt werden.

Knöterich heilwirksam:

Der Knöterich hat den höchsten Gehalt an Resveratrol, ein Antioxidans, das auch in Weintrauben vorkommt, und eine mögliche Hemmung auf das Wachstum von Krebszellen, den Schutz vor Herzerkrankungen, Immunstärkung und Gedächtnisverbesserung bewirken kann. Die Pflanze ist antibakteriell, antiviral, blutreinigend, blutdrucksenkend, entzündungshemmend, cholesterinsenkend, schmerzlindernd und fungizid. Ferner ist eine durchblutungsfördernde sowie harntreibende Wirkung bekannt, als auch eine Eigenschaft zum Entgiften bei Hepatitis, Hefepilzinfektionen, rheumatischer Arthritis, Furunkeln, Magen-Darm-Störungen, Menstruationsbeschwerden, Brustkrebs, Giftschlangenbissen, Hautentzündungen und Wunden, Harnwegsinfektionen und Bronchitis. Zusammen mit der Kardenwurzel kann der Knöterich bei Borreliose und Asthma eingesetzt werden. Wertvolle Inhaltsstoffe des Knöterichs sind Eisen, Kalium, Kupfer, Mangan, Oxalsäure, Phosphor, Resveratrol, Rutin, Vitamin A und C sowie Zink.

Für eine Tinktur zum Einnehmen wird ein Kaltauszug oder ein Pulver aus der Wurzel verwendet. Äußerlich können die Blätter oder Wurzeln zur Wundheilung und bei Hautentzündungen zerstoßen werden.

Boden Standort und Ernte:

Der Knöterich kommt in lichten Wäldern, an sonnigen Gebüschsäumen, an Fluss- und Bachufern, auf nährstoffreichen Kies- und Schotterböden vor. Generell ist auf eine Anpflanzung des Knöterichs in der freien Natur zu verzichten sowie auf eine unbeabsichtigte Ausbringung durch Erde, Baumaterial und –maschinen, Gartenabfällen etc. Der Knöterich ist bis in den Herbst eine nachhaltige Bienenweide und seine Pflanzenjauche kann bei Mehltau, Schimmelbildung, Blattpilz, Feuerbrand und Krautfäule eingesetzt werden. Bei Floristikerinnen ist er für Dekorationszwecke sehr beliebt.

Wer den Knöterich aufisst, tut was für den Naturschutz.

Die dickeren, verholzten Stängel eignen sich zum Flötenbau sowie als Wasserbehälter.

Weitere Infos unter <https://www.kostbarenatur.net/anwendung-und-inhaltsstoffe/japanischer-knoeterich/>

Informationen über den Naturpark erhalten Sie bei der Naturpark-Geschäftsstelle Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0 und info@naturpark.org.



Japanischer Knöterich,

Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück*

*Freie Nutzung im Kontext dieser Pressemitteilung



Süßspeise aus dem Japanischen Knöterich,

Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück*

*Freie Nutzung im Kontext dieser Pressemitteilung

Landkreis Merzig-Wadern/Gemeinde Weiskirchen/Weiskirchen

Fledermaus-Abendsafari in Weiskirchen

Am **Freitag, 25. Juni, 21:15 bis 23 Uhr** lädt der Naturpark Saar-Hunsrück Familien und Kinder ab sechs Jahren im Rahmen des Zukunfts-Diploms der Lokalen Agenda 21 Trier zu einer spannenden Fledermaus-Safari in die Naturpark-Gemeinde Weiskirchen ein. Gemeinsam mit dem Naturpark-Referenten Hermann-Josef Schuh geht es auf eine abenteuerliche Entdeckertour in der Dämmerung nach den fliegenden Kobolden der Nacht. Die kleinen und großem Forscher können die spektakulären Flügel nach Insekten beobachten, mit Ultraschalldetektoren die Jagdrufe der Fledermäuse wahrnehmen und viel über das geheimnisvolle Leben der nachtaktiven Säugetiere erfahren. Auch über das geheimnisvolle Leben der nachtaktiven Säugetiere, deren Biologie, Lebensraumsanspruch, Bedeutung, Schutz und ihre Jagdgewohnheiten erhalten die Teilnehmenden interessante Informationen. Als Ausrüstung wird eine Taschenlampe empfohlen. Die Teilnahmegebühr an der Veranstaltung beträgt 5 Euro für Kinder, 8 Euro für Erwachsene und 15 Euro für Familien. Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und die Durchführung ist abhängig von der aktuellen Corona-Verordnung. Eine frühzeitige Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich.



Zwergfledermaus

Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück/VDN-Fotoportal/Siegfried A. Walter*

**freie Nutzung im Rahmen dieser Pressemitteilung*

Landkreis Merzig-Wadern/Stadt Wadern/Nunkirchen

Kulinarische Wildkräuterwanderung rund um Nunkirchen

Am **Samstag, 26. Juni, 14 bis 17 Uhr**, bietet der Naturpark Saar-Hunsrück eine kulinarische Wildkräuterwanderung rund um Nunkirchen an. Zusammen mit dem Naturpark-Referenten Guido Geisen erkun-

den die Teilnehmer die interessante heimische Wildkräuterwelt, wie Huflattich, Hirtentäschelkraut, Sauerampfer, Spitzwegerich, Frauenmantel, Vogelmiere & Co. Gerade Wildkräuter enthalten viele Mineralstoffe und wertvolle Spurenelemente. Auf der kulinarischen Entdeckungstour gibt er interessante Tipps, welche Wildkräuter für schmackhafte und heilkräftigende Sommersalate empfehlenswert sind. Wie köstlich und wie nahrhaft diese Kräuter sein können, erfahren die Teilnehmenden bei der Verkostung von grünen Smoothies aus den Wildkräutern. Die Veranstaltung ist geeignet für Erwachsene und Kinder ab sechs Jahren. Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekanntgegeben. Die Teilnahmegebühr beträgt 14 Euro pro Erwachsener und 7 Euro pro Kind. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und die Durchführung ist abhängig von der aktuellen Corona-Verordnung. Eine frühzeitige Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich.



Bunte Wiese mit Wildkräutern

*Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück/VDN-Fotoportal/Roland Heinrichs**

**Freie Nutzung im Kontext dieser Pressemitteilung*

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Saarburg-Kell/Serrig

Kulinarische Wildkräuterwanderung bei Serrig

Am **Sonntag, 27. Juni, 10 bis 13 Uhr**, bietet der Naturpark Saar-Hunsrück eine kulinarische Wildkräuterwanderung rund um das Naturpark-Dorf Serrig für Kinder ab sechs Jahren, Familien und Erwachsene an. Zusammen mit der Naturpark-Kräuterpädagogin Klaudia Landahl erkunden die Teilnehmer Wildkräuter wie Huflattich, Frauenmantel, Margerite, Sauerampfer, Spitzwegerich, Vogelmiere & Co. Viele Wildkräuter werden aufgrund ihres Mineralienreichtums und der Vitalstoffe in der Wildkräuterküche eingesetzt. Wie köstlich und wie nahrhaft Kräuter sein können, erfahren die Teilnehmenden bei der Verkostung von Wildkräuterquark. Die Teilnahmegebühr beträgt 10 Euro pro Person inklusive Kräutersnack. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Aufgrund der Corona-Vorschriften ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Die Durchführung der Veranstaltung ist abhängig von den aktuellen Corona-Verordnungen. Eine frühzeitige Anmeldung ist beim Naturpark-Informationszentrum Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich.



Wildblumenwiese

Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück_VDN-Fotoportal_Pohls*

*Freie Nutzung im Kontext dieser Pressemitteilung

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Ruwer/Osburg

Kulinarische Kräuterwanderung “So schmeckt der Sommer“ rund um Osburg

Am **Sonntag, 27. Juni, 11 bis 15 Uhr** bietet der Naturpark Saar-Hunsrück in Kooperation mit dem Naturpark-Dorf Osburg und der Naturerlebnispädagogin Beate Stoff eine sechs bis acht Kilometer lange Kräuterwanderung unter dem Motto „So schmeckt der Sommer“ an. Die Teilnehmenden wandern durch ausgedehnte Waldgebiete und idyllische Bachtäler, in denen viele, zum Teil auch seltene, Tiere und Pflanzen beheimatet sind. Besonderes Augenmerk gilt verschiedenen interessanten und essbaren Wildkräutern. Einige Wildkräuter können an ausgewählten Stellen probiert und gesammelt werden. Als Ausrüstung werden festes Schuhwerk, witterungsangepasste Kleidung sowie Rucksackverpflegung und eine Stofftasche zum Sammeln empfohlen. Die Teilnahme kostet 10 Euro pro Person. Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und die Durchführung ist abhängig von der aktuellen Corona-Verordnung. Eine frühzeitige Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich.



Knoblauchsrauke

*Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück/Beate Stoff**

**Freie Nutzung im Kontext dieser Pressemitteilung*

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Saarburg-Kell/Schillingen

Kulinarische Holunderblüten-Wanderung rund um Schillingen

Am **Sonntag, 27. Juni, 10 bis 13 Uhr** bietet der Naturpark Saar-Hunsrück in Kooperation mit dem Naturpark-Dorf Schillingen eine Holunderblüten-Wanderung an. Zusammen mit der Naturpark-Referentin Helga Hofmann können die Teilnehmenden auf der Wanderung Holunderblüten sammeln und Hinweise zur Wirkung, Ernte und Verwendung erfahren. Auch die wohlschmeckende Welt der Wildkräuter, die die Immunkräfte stärken, wie Knoblauchsrauke, Gundelrebe, Giersch, Gänseblümchen etc. können probiert werden. Als Ausrüstung werden festes Schuhwerk, witterungsangepasste Kleidung und eine Stofftasche zum Sammeln empfohlen. Die Teilnahme kostet 10 Euro pro Person inkl. Holunderblüten-spezialität. Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und die Durchführung ist abhängig von der aktuellen Corona-Verordnung. Eine frühzeitige Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich.



Holunderblüte

*Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück/VDN-Fotoportal_Gabriele Müller**

**Freie Nutzung im Kontext dieser Pressemitteilung*

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Ruwer/Riveris

Fledermaus-Abendsafari in Riveris

Am **Samstag, 3. Juli, 21:15 bis 23 Uhr** lädt der Naturpark Saar-Hunsrück Familien und Kinder ab sechs Jahren im Rahmen des Zukunfts-Diploms der Lokalen Agenda 21 Trier zu einer spannenden Fledermaus-Safari nach Riveris ein. Gemeinsam mit dem Naturpark-Referentin Laura Längsfeld geht es auf eine abenteuerliche Entdeckertour in der Dämmerung nach den fliegenden Kobolden der Nacht. Die kleinen und großem Forscher können die spektakulären Flüge nach Insekten beobachten, mit Ultraschalldetektoren die Jagdrufe der Fledermäuse wahrnehmen und viel über das geheimnisvolle Leben der nachtaktiven Säugetiere erfahren. Auch über das geheimnisvolle Leben der nachtaktiven Säugetiere, deren Biologie, Lebensraumsanspruch, Bedeutung, Schutz und ihre Jagdgewohnheiten erhalten die Teilnehmenden interessante Informationen. Als Ausrüstung wird eine Taschenlampe empfohlen. Die Teilnahmegebühr an der Veranstaltung beträgt 5 Euro für Kinder, 8 Euro für Erwachsene und 15 Euro für Familien. Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und die Durchführung ist abhängig von der aktuellen Corona-Verordnung. Eine frühzeitige Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich.



Zwergfledermaus

*Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück/VDN-Fotoportal/Siegfried A. Walter**

**freie Nutzung im Rahmen dieser Pressemitteilung*

Landkreis Trier-Saarburg/Verbandsgemeinde Hermeskeil/Reinsfeld

Biber-Burgen-Märchentour in Reinsfeld

Am **Freitag, 16. Juli, 15 bis 17:30 Uhr** lädt der Naturpark Saar-Hunsrück Familien und Kinder ab sechs Jahren im Rahmen des Zukunfts-Diploms der Lokalen Agenda 21 Trier zu einer Biber-Burgen-Märchentour nach Reinsfeld ein. Zusammen mit der Naturpark-Referentin Ulla Petto-Spies erfahren die Kinder viel Wissenswertes zum Lebensraum und über die Gewohnheiten des Nagetiers und hören spannende Märchen und Sagen über das Biber-Reich. Die Teilnahmegebühr an der Veranstaltung beträgt 5 Euro für Kinder, 8 Euro für Erwachsene und 15 Euro für Familien. Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und die Durchführung ist abhängig von der aktuellen Corona-Verordnung. Eine frühzeitliche Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich.



Biber,

*Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück/VDN-Fotoportal_Beyer**

**Freie Nutzung im Kontext dieser Pressemitteilung*