

# Der etwas andere G Artentip



## Wildkräuter nutzen das ganze Jahr

### Dezember

Die weisse Pracht hat uns gerade die letzten Tage erreicht und bedeckt das Land darunter in stiller Schönheit. Alles ruht. Gut vorbereitet ist, wer in den letzten Monaten viel eingemacht, gesammelt und getrocknet hat. So sind genau in dieser Jahreszeit Brennesselsamen eine hervorragende Vitaminbombe. Ebenso gibt es aus der Hochsommerzeit jetzt eingemachtes, das den Sommer,

spricht Licht und Wärme ins Herz zurück bringt und uns so, die nasskalten und trübdunklen Tage gut überstehen lässt.

Doch die Natur hält uns auch in dieser Jahreszeit noch immer Pflanzen bereit, welche wir ernten können.

So ist der Giersch (Baumtropfen) immer noch unter der Schneedecke zu finden. Die oft sehr verhasste «Unkrautpflanze» ist ebenfalls eine regelrechte Vitaminbombe. Selbst in dieser Jahreszeit kann sie noch immer gesammelt werden. Ihr erntet die jungen Blätter, sie können sogar roh gegessen werden, als Spinat gekocht und vieles mehr. Er wurde von unseren Vorfahren immer gegen Gicht genutzt. Aber Achtung: gerade der Baumtropfen hat etliche ähnliche Merkmale mit anderen Doldenblütler, von welchen viele giftig sind. Also bitte nur konsumieren, wenn ihr absolut sicher seid.

Ebenso ist der Gundermann (*Glechoma hederia*) immer noch auffindbar. Er galt den Kelten und Germanen als heilig. Von ihm werden auch die jungen Blätter genommen und auch er, hat einen viel höheren Vitamin C-Gehalt als jede Orange....Ich habe jeweils die Blätter gesammelt und z.B. einen Milchshake damit gemacht. Natürlich noch mit Nüssen, etc.. Das Milchfett hilft, damit unser Körper die Inhaltsstoffe aufnehmen kann.

Da alles belebt und beseelt ist, haben unsere Ahnen die Kräuter jeweils besungen vor der Ernte, damit der Geist der Pflanze auch mit dem gesammelten Gut mitkommt und sich uns freundlich gesinnt. Für den Gundermann gibt es noch einen überlieferten «Zauberspruch»:

«Guntreben Ger (Ger = Speer, bzw. Sprössling)

ich pflück dich zu unsrer Frauen Ehr

Und zur Ehr unseres lieben Odin»

Es gibt noch etliche Mythen und Sagen vom Toggenburg, über St. Gallen, Appenzell, Voralpen (Tösstal) von den Kräften der Deva des Gundermanns bis in die Neuzeit.

Wertvolle Literatur diesbezüglich:

UR-MEDIZIN – die wahren Ursprünge unserer Volksheilkunde

Heilkräuter und Zauberpflanzen, zwischen Haustür und Gartentor

beide entstammen der Feder von Wolf-Dieter Storl, Dr. phil. Kulturanthropologe und Ethnobotaniker

**Bitte sammelt die Kräuter mit Bedacht - wir sind nicht die einzigen Lebewesen auf unserer Erde! Bitte sammelt die Kräuter genau (!) - mit fachkundigen Menschen, nicht von überdüngten Wiesen und Haustiertoiletten**



Giersch (*Aegopodium podagraria*)



Gundermann (*Glechoma hederacea*)

Bilder: Netzfunde

# kleine Wildtiere saisonal fördern

In dieser Rubrik möchten wir die Aufmerksamkeit für Wildtiere unseres Ökosystems wecken. Mit kleinen Tipps möchten wir anregen, selber aktiv zu werden.



## Kleinstrukturen

Für die bevorstehende Winterzeit / Ruhezeit, ist es für viele Lebewesen sehr wichtig, dass wir in unseren Gärten, aber auch in der Landwirtschaft und im öffentlichen Grün, möglichst viele Kleinstrukturen erschaffen. Diese Kleinstrukturen, von der Natur natürlicherweise selbst angelegt, wurden seit der Industrialisierung in unserer gesamten Landschaft fast gänzlich beseitigt. Es «soll» ja «sauber» sein. Auch in der Gesellschaft verbreitet sich das Gedankengut: «so sauber wie der Garten, so sauber im Haus.»... So habe ich schon oftmals gehört: «Lueg mol i dä Garte. Wenn das Puff gsehst, denn chasch dir vorstelle, wies drinne usgseht...»

Naja, diese Aussage hat etwas wahres, wird aber heutzutage oft falsch ausgelegt. Ein natürlicher – oder an die Natur angelehnter Garten – hat nichts mit «Sauerei» zu tun. Auch nicht mit Unordnung. Wer legt denn fest, was Ordnung ist und was nicht? In der Natur hat alles «seine Ordnung». Und doch ist unser Garten auch unser Zuhause.

Da gilt es Kompromisse zu finden. Wir setzen hohen Wert darauf, das ganze Jahr über Kleinstrukturen zu erstellen. All die Totholzstrukturen, Asthaufen, Steinhaufen, Sandlinsen, etc, welche wir das Jahr über angelegt haben, sind jetzt wertvollste Unterschlüpfe für Amphibien, Reptilien, Insekten und Säugetiere. In einem Naturgarten haben all diese Lebewesen noch den Vorteil, dass sie im Sommerhalbjahr auch noch die benötigten Nahrungsmittel finden und somit eine Fortpflanzung gewährleistet ist. Dies dankt die Natur im Gegenzug mit einigen Fakten:

So erquicken Sie unsere Seele beim Beobachten. Beim Beobachten werden auch wir Erwachsene wieder zum Kind. Das tut unserer Seele gut, es entnimmt uns unserem Alltag mit all den Sorgen, Ängsten und Mühen, welche unser Alltag uns beschert. Das ist immens wichtig, dass wir unser Kind in uns hüten!

Ein weiterer Vorteil erlebe ich in meiner langjährigen Erfahrung: Die Natur sorgt immer für Ausgleich. So haben wir in unserem Garten zu Hause keine Probleme mit Schädlingen oder Pilzen. Zumindest fast keine. Die Natur regelt selber, sie ist ausgewogen! Ausgewogen ist immer eine Frage der Zeitspanne. Aber sie ist ausgewogen.

Trotzdem müssen auch wir ab und zu mal nachhelfen. So haben wir eine uralte Apfelsorte gepflanzt, als Hochzeitsbaum geschenkt bekommen und nun ist die Raupe des ...ins Holz eingetreten – bez. hat sie sich eingefressen. Der Baum ist dem Tod geweiht, sofern diese Raupe nicht beseitigt, sprich getötet wird. Die einzige Möglichkeit auf natürlicher Ebene ist folgende: Mit einem Stück Draht den Frassgang der Raupe durchbohren, in der Hoffnung, die Raupe dabei auf zu spießen... Wir werden sehen, obs gewirkt hat im Frühling.

So bieten all die Kleinstrukturen Überwinterungsmöglichkeiten, welche in konservativen Gärten nicht vorhanden sind.

Übrigens wurde gerade diese Woche vom Bund veröffentlicht, dass die Biodiversität in der Schweiz einiges hinter unseren Nachbarländern steht. Von den hier heimischen Reptilien sind **80% vom Aussterben bedroht**, von den Amphibien **60%**. Dies vor allem, weil die Lebensräume fehlen – um so wichtiger sind die Kleinstrukturen in den Privatgärten!

Die stark bedrohte Ringelnatter braucht besonnte Totholzstrukturen und Feuchtbiotope.



Die Zauneidechse (männchen) braucht Trockensteinmauern, Steinhaufen, etc.



Sandbienen, Ameisenlöwe und Sandwespen benötigen Kies- und Sandflächen



Zaunkönig benötigt Asthaufen und Wildhecken



**Tausendfüßler – wichtig für die Zersetzung von Grünmaterial und Bildung von neuem Humus**



## **News von Roda Naturgärten**

### **Bioterra-Zertifizierung**

Die Betriebsprüfung der Bioterra-Prüfungskommission hat erfolgreich stattgefunden. Wir wurden ohne nennenswerte Nachrüstung als BioTerra-Fachbetrieb aufgenommen. Als einzige Auflage müssen wir in unserem Magazin die Brennstoffe in einer Auffangwanne lagern ;-). Dies ist eh eine SUVA Vorschrift, welche wir bereits erledigt haben. Fachlich sind wir ohne Mängel direkt aufgenommen worden. Zur Zeit sind wir aber online noch nicht als Fachbetrieb geführt, da dies einige Zeit in Anspruch nehmen wird. Ich denke, ab Ende Dezember 2023 werden wir auch online auffindbar sein als BioTerra-Fachbetrieb.

## Gewerbeverein Bauma

Im März 2024 findet in Bauma wieder eine Gewerbeschau statt. Auch Roda Naturgärten wird mit einem Stand vertreten sein. Bitte reserviert euch dieses Datum. Wir würden uns sehr freuen, würdet ihr einen Ausflug ins wunderschöne Bauma tätigen und uns an unserem Stand besuchen. Es wird Überraschungen geben an unserem Stand – Neuigkeiten folgen.

## **GEWERBESHOW BAUMA**

**22. - 24. MÄRZ 2024**



### JETZT AKTUELL

Winterschnitt:

Bitte meldet euch, falls «wir» es bis jetzt noch nicht getan haben, um einen Termin für den Winterschnitt im Januar / Februar. Dies ist für eure und unsere Planung von Vorteil und erspart uns Missverständnisse. Auch sind wir ab Mitte März aufgrund der Gewerbeschau verhindert, in den Gärten zu wirken, darum würden wir dies gerne im Januar / Februar schon erledigen, sofern das Wetter dies zulässt.

Nun wünschen wir allen eine wunderschöne Adventszeit – bei uns startet diese aufgrund des höchsten Festes unserer germanischen Ahnen, der Wintersonnwende am 22. Dezember 2023 – germanisch Jölnir, schon heute.

Viel Freude am Gärtnern wünscht

Das Roda Naturgärten-Team



////////////////////

gärtnerische Grüsse

Roda Naturgärten, Daniel Rothenbühler

Hörnen 19, 8494 Bauma

079 / 157 29 74

[info@roda-naturgaerten.ch](mailto:info@roda-naturgaerten.ch)

[www.roda-naturgaerten.ch](http://www.roda-naturgaerten.ch)