

# Kräuterhexen- Newsletter



Nr. 22 – März 2025

## Neuigkeiten aus dem Lehrter Heilpflanzengarten

# Freudiges Erwachen

**A**ller Anfang ist schwer. Tatsächlich? Mag sein, dass Frühblüher wie Winterlinge, Schneeglöckchen und Krokusse sich noch durch eine halbgefrorene Erdkruste kämpfen müssen. Aber für die Menschen, die sie betrachten, bringen sie nach dem grauen, nassen und kalten Winter mit ihren zarten Blütenkelchen in strahlendem Weiß, freundlichem Gelb und kräftigem Lila wieder Leichtigkeit in den Tag.

Die klare Frühlingssonne lässt die Winzlinge um die Wette strahlen und weckt trotz scharfer Böen mit beißender Kälte eine Vorahnung von Wärme und Wiedererwachen.

Auch, wenn erste mutige Hummeln schon bei gerade mal 3 Grad lautstark durch die kalte Frühjahrsluft brummen, Vögel schon intensiv ihre Reviere aussingen und mit dem Nestbau starten, so ruhen die meisten heimischen Vier-, Sechs- und Achtbeiner dann noch in Winterstarre in Laubschichten und Totholzhaufen, als Larven und Puppen in hohlen Stängeln oder in dicken Kokons



*Auch die Beschilderung für die etwa 200 Pflanzen benötigt Pflege.*

verpackt unter altem Blattwerk und in Ritzen und Ecken. Da ist es doch schön, wenn Marienkäfer und Florfliege, Tausendfuß und Assel in einem „unaufgeräumten“ Garten ganz in Ruhe ihren Winterschlaf beenden und erst dann herauskrabbeln können, wenn der Hunger ruft – oder die Paarungszeit. Die Kräuterhexen kennen keinen Winterschlaf. Und kein Pardon: Das Heilpflanzenbeet ist schon von den schützenden Laubschichten befreit worden. Pech für die Krabbler, die es sich ausgerechnet dort für den Winter gemütlich gemacht haben. Denn die lederartigen Blätter des Ginkgo-Baums bilden eine sehr



*Besprechung am Heilpflanzenbeet*



*Gleich ist es geschafft.*

zähe Schicht. Das ist in kalten Wintern von Vorteil, behindert aber die Kräuter beim Austrieb und kann zartere Pflanzen auch ersticken. Also zu Harke und Rechen gegriffen und weg mit dem Blattwerk vom vergangenen Jahr. Auch die Gartenschere musste schon so manch welches braunes Halmchen abschneiden, damit das spitzende Grün darunter Licht und Luft bekommt.

NABU und BUND empfehlen, den Frühjahrsputz im Garten nicht zu früh vorzunehmen. Wie oben beschrieben, sind viele Tiere noch in der Winterruhe und sollten möglichst nicht gestört werden. Igel beispielsweise können sogar sterben, wenn sie durch über-eifrige Gartelnde viel zu früh geweckt werden. Denn ihr Herz schlägt im

Winterschlaf nur einmal pro Minute, ihr Organismus kommt mit steigenden Temperaturen erst wieder langsam auf Touren.

Bis am **27. April die erste Heilpflanzen-Führung** stattfinden kann, haben die Kräuterhexen aber noch gut zu tun. Einige Pflanzen haben sich für immer verabschiedet und müssen ersetzt werden. Andere sind schon wieder auf Eroberungszug und müssen im Zaum gehalten werden. Die Schilder für das „Who is who“ stecken manchmal gar nicht mehr da, wo sie hingehören, brauchen auch mal eine Reinigung oder müssen komplett erneuert werden.



*Erste grüne Spitzen schieben sich schon nach oben. So kahl bleibt der Heilpflanzenhügel nicht mehr lange.*



Ihrer Vorfreude frönen können Interessierte aber schon bei der Saatgutbörse im Rahmen der **1. Lehrter Umweltwoche vom 22. bis 29. März.** Siehe „Das Grüne nach oben“

*Die Christrose wächst und blüht schon mal vorweg.*



# Führungen am Heilpflanzenbeet 2025

1. **Sonntag, 27.04.2025, 11 Uhr:**  
**Dauergäste oder Plagegeister?**  
Vogelmiere, Gänseblümchen, Giersch, Quecke, Hirtentäschel
2. **Sonntag, 25.05.2025, 11 Uhr:**  
**Petersilie, Suppenkraut...** Petersilie, Möhre, Sellerie, Zwiebel, Liebstöckel
3. **Sonntag, 29.06.2025, 11 Uhr: Die Linde**  
– Heilpflanze des Jahres
4. **Sonntag, 27.07.2025, 11 Uhr: Ganz schön anhänglich!** Labkraut, Hundszunge, Nelkenwurz, Klette, Odermennig
5. **Sonntag, 31.08.2025, 11 Uhr: Eiweißbomben** – Gartenbohne, Sojabohne, Linse, Kichererbse, Lupine  
– 40 Jahre Fachwerkhaus im Stadtpark. Voraussichtlich findet die Führung dort statt. –
6. **Sonntag, 28.09.2025, 11 Uhr: Querbeet** – Heilpflanze, Arzneipflanze, Blume, Gemüse, Baum des Jahres



## Das Grüne nach oben! Tipps & Termine



Die Bauernregeln für März und April

Willst du Gerste, Erbsen, Zwiebeln dick, so säe sie nach St. Benedikt (21. März).

War vor Mariä Verkündigung (25. März) der Nachthimmel hell und klar, bedeutet es ein gutes Wetterjahr. Wenn Maria sich verkündet, Storch und Schwalbe heimwärts findet.

Wie der 29., so der Frühling

Wie der 30., so der Sommer

Wie der 31., so der Herbst.

Wenn der April Spektakel macht, gibt's Korn und Heu in voller Pracht.

Wenn es viel regnet um den Amantiustag (8. April), ein dürerer Sommer folgen mag. Ist's um Amandus schön, wird der Sommer keine Dürre seh'n.

Gewitter vorm Georgiustag (23. April), folgt gewiss noch Kälte nach.

Ist es noch kalt auf St. Vital, friert es uns noch fünfzehnmal.

Regen in der Walpurgisnacht (30. April), hat stets ein gutes Jahr gebracht.





**Der Verein Stadtmarketing Lehrte** veranstaltet vom 22. bis 29. März eine Umweltwoche mit Informationsveranstaltungen, Arbeitseinsatz im Moor, Klima-Wanderung, Kinderaktionen und Beratungsterminen sowie einer **Saatgutbörse**.



Im Rahmen der jährlichen Müllsammelaktion „Lehrte putzt sich raus“ am 28. und 29. März

organisiert der Hof Zwölf am 29. März zwischen 11 und 15 Uhr in der Mensa der Albert-Schweitzer-Schule eine **Saatgutbörse**.

Weitere Informationen: [Stadtmarketing Lehrte](#)



Am gleichen Tag laden auch der **Dorfladen Immensen** und der **Verein Gemeinsam für Immensen** zu einer Garten-Kauf- und Tauschbörse ein.



Samstag, 29. März, 14 bis 17 Uhr, in der Ortsmitte. Auch Kaffee und Kuchen, Grillgut und Kaltgetränke werden angeboten.

**Lehrte verbindet.**

# Lehrter Umweltwoche

## 22. - 29. März 2025

- 22.03.2025** Offener Mooreinsatz bei Klein Kolshorn  
Treffpunkt 9 Uhr vor dem Haus Unter den Linden 90 (Klein Kolshorn)
- 23.03.2025** Kreativ-Workshop „Kunst aus Müll“  
15 Uhr, Mietertreff der Lehrter Wohnungsbau, Bahnhofstr. 4b
- 24.03.2025** Bilderbuchkino „Die Olchis aus Schmuddelfing“  
15:30 Uhr in der Stadtbibliothek Lehrte
- 25.03.2025** Vortrag „Mein Klimacoach in Lehrte – Solarenergie optimal nutzen“  
18 Uhr, Städtische Galerie, Alte Schlosserei 1 [Anmeldung hier:](#)
- 26.03.2025** Klimawanderung durch Lehrte  
Treffpunkt 17 Uhr auf dem Rathausplatz
- 28. & 29.03.2025** „Lehrte putzt sich raus“ – Müllsammelaktion mit Saatgutbörse vom Hof Zwölf  
10 Uhr, Mensa Albert-Schweitzer-Schule

STADTMARKETING LEHRTE

**Dorfladen Immensen & Gemeinsam für Immensen e.V. laden ein**

zur ersten Immenser

# GARTEN KAUF- & TAUSCHBÖRSE

**SAMSTAG, 29. MÄRZ 2025 VON 14 BIS 17 UHR DORFMITTE IMMENSEN**

für mehr Infos: Heidrun Giere ☎ 0178 3692755

**Aufbau ab 13 Uhr**

- VERKAUF/TAUSCH VON GARTENWERKZEUGEN**  
bringe alles mit zum Tauschen und Verkaufen
- GETRÄNKEVERKAUF IM DORFLADEN**  
der Dorfladen hat bis 17 Uhr die Türen geöffnet es gibt alles außer an den Frischetheken
- KAFFEE & KUCHEN IM DORFLADENCAFE**
- BRATWURST FRISCH VOM GRILL & SALATE**
- ABLEGER & PFLANZENBÖRSE FÜR DEINEN GARTEN**  
tausche mit anderen Pflanzen aus und für Deinen Garten - so kann die Gartensaison starten

**ERINNERUNG: 29.03.2025**  
Müllsammelaktion 2025 des Ortsrats Immensen  
Beginn: 9 Uhr an der Dorfmitte  
Gemeinsam für ein noch schöneres Lehrter Land!

**Der große Rausputz**

**DER ÜBERSCHUSS AUS DEM BRATWURST- & KUCHENVERKAUF KOMMT DEM DORFLADEN IMMENSEN ZUGUTE GUTEN APPETIT**



**Die Kräuterhexen laden ein zum ersten Vortrag im Heilpflanzengarten.**

**Thema: „Dauergäste oder Plagegeister?“**

Vogelmiere, Gänseblümchen, Giersch, Quecke, Hirtentäschel




Sonntag, 27. April, 11 Uhr am


Heilpflanzengarten am Krankenhaus. Der

Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.


Gegebenenfalls empfiehlt es sich, einen Schirm und eine Sitzgelegenheit mitzubringen.



 **Der NABU lädt ein zur Exkursion: „Alle Vögel sind schon da“.** Vogelwanderung für jede\*n, Leitung: Ernst Schmidt (05136 7918), Dauer: ca. 2,5 Stunden, Teilnahmegebühr für Nicht-Mitglieder 3,00 EUR / Kinder frei.

 Sonntag, 27. April, ab 10 Uhr bis 12.30 Uhr. Treff: 10 Uhr, Burgdorfer Schützenplatz (Ostseite am Kleinen Brückendamm). Weitere Informationen: Dr. Rossa, Detlev, Telefon: 01511 2982929, E-Mail: [presse@nabu-burgdorf-lehrte-uetze.de](mailto:presse@nabu-burgdorf-lehrte-uetze.de)


 **Medien-Tipp: Der NDR zeigt unsere "Kräuterhexen"**

 Jederzeit in der Mediathek: „Mein Lieblingsplatz“ in der Sendung „Hallo Niedersachsen“ vom 1. Juni 2024

**offene  
Pforte**  
GÄRTEN IN & UM HANNOVER

Auch in diesem Jahr haben im Rahmen der **Offenen Pforte** wieder Privatleute ihre Gärten zur Besichtigung geöffnet. Oft werden auch Kaffee, Tee & Kuchen sowie Ableger, Stecklinge und Saatgut, bisweilen auch Musik,

Malerei, Keramik und anderes dazu angeboten. In diesem Jahr macht Ellen Biehlert in Ehlershausen mit ihrem Hausgarten am 6. April den Saison-Anfang. Hannover feiert in diesem Jahr 700 Jahre Gartenkultur. Erleben Sie insgesamt 21 besondere Parks, Friedhöfe und Gärten, davon 16 entlang der „Gartenlinie“.

 Die Gärten und das Veranstaltungsprogramm finden Sie unter [www.hannover.de/gartenkultur](http://www.hannover.de/gartenkultur). Zudem laden viele Parks und Privatgärten Anfang Juni zu verschiedenen Events ein. "Grüne" Termine in privaten Gärten an einem „langen Wochenende“ – das ist das „**Rendezvous im Garten**“. Vom 6. bis zum 8. Juni 2025 bieten Landeshauptstadt und Region Hannover kleinen und großen Besucher\*innen ein vielfältiges Programm an. Das Motto lautet „Garden of stones – stones of gardens“.

[Rendezvous im Garten – 6.– 8. Juni 2025 – Tage der Parks und Gärten, "Gärten aus Stein – Steine in Gärten"](#)



## Giftpflanze des Jahres 2025



### Cashewbaum

*Anacardium occidentale*

Die vitamin- und proteinreichen Cashewkerne sind als Snack und für verschiedene Gerichte sehr beliebt. Im Handel sind sie nur gut aufbereitet erhältlich, roh sind sie giftig.

[Cashewbaum](#)

# Arzneipflanze des Jahres 2025



## Schafgarbe

*Achillea millefolia*

Früher war es Brauch, den Kindern je ein Schafgarbenblatt auf die Augen zu legen, damit sie schöne Träume bekämen.

[Schafgarbe](#)

# Heilpflanze des Jahres 2025



Winterlinde

## Sommerlinde

*Tilia platyphyllos*

## Winterlinde

*Tilia cordata*

Wegen der herzförmigen Blätter wurde die Linde als Baum der Liebe und Leidenschaft angesehen.

[Sommerlinde](#)

[Winterlinde](#)

# Lehrter Kräuterhexen im März 2025

# In eigener Sache

Karin, wir vermissen Dich!

Im vergangenen Oktober mussten wir Abschied nehmen von Karin Meisinger. Sie betrieb zusammen mit Margaretha Ehlers intensiv die Gründung und Organisation des Heilpflanzengartens. Ihr Fachwissen über Pflanzen, deren sichere Bestimmung, Eigenschaften und Verwendungsmöglichkeiten war nicht nur ein unerschöpflicher Quell für uns und unsere Besucherinnen und Besucher. Sie konnte auch komplizierte Zusammenhänge verständlich darstellen und begeisterte so viele für die wunderbare Welt der Pflanzen und Tiere und ihre Beziehungen untereinander, ohne die unser Ökosystem nicht funktionieren würde. Ihr liebevoller Umgang mit Menschen, Tieren und Pflanzen hat uns beeindruckt und schließlich auch geprägt. Auch ihren wunderbaren Humor vermissen wir schmerzlich. Liebe Karin, Du hast hier riesige Fußstapfen hinterlassen. Nun ruhe in Frieden.



Von links: Mechthild Leckebusch, Karin Meisinger, Anita Degen.



## Morgen? Übermorgen?

Über die Zukunft des Heilpflanzengartens können auch wir Kräuterhexen keine Auskunft geben. Oft fragen BesucherInnen und treue Fans der Führungen, was denn nach der Schließung des Krankenhauses aus dem Heilpflanzengarten wird. Auch jetzt, zum Anfang der Saison 2025, haben wir keinerlei Anhaltspunkte für Prognosen oder

Annahmen jeglicher Art.

Natürlich hoffen wir auf die Erhaltung und den

Weiterbestand dieses Kleinods im Verborgenen hinter den Mauern des Lehrter Klinikums. **Das Projekt Heilpflanzengarten ist in dieser Art einzigartig in der Region Hannover und stellt ein wertvolles Alleinstellungsmerkmal für die Stadt Lehrte dar.**



## Lehrter Kräuterhexen im März 2025

# Heilpflanzen

**H**eilpflanzen kommen wild wachsend in der Natur vor oder werden in Kulturen angebaut. Wenn sie den höchsten Gehalt an Wirkstoffen haben, werden sie gesammelt und verarbeitet. Wirkstoffe sind in den verschiedensten Pflanzenteilen einer Heilpflanze gespeichert.



*Hildegard von Bingen (1098 – 1179)*

Arzneilich verwendet werden: Wurzeln, Kraut, Rinde, Blätter, Blüten, Früchte, Samen.

Heilpflanzen haben für Menschen schon immer eine große Bedeutung gehabt. Das Wissen um ihre Wirkung wurde von Generation zu Generation weitergegeben. In der Antike waren es die „Arztbotaniker“ (zum Beispiel Hippokrates 460 – 377 v. Chr.), die das Wissen schriftlich niederlegten. Im Mittelalter erforschten Mönche und Klosterfrauen wie die berühmte Hildegard von Bingen (1098 – 1179) in den Klöstern die Wirkung von Pflanzen. Viele damalige Aussagen über die Heilwirkung der Pflanzen haben auch heute noch Gültigkeit.

Die in den Pflanzen enthaltene Wirkstoffe wie ätherisches Öl, fettes Öl, Alkaloide, Bitterstoffe, Flavonoide, Gerbstoffe, Kieselsäure, Schleim, Saponine, Vitamine, Mineralien oder Spurenelemente werden zu therapeutischen Zwecken und zur Herstellung von Arzneimitteln genutzt.

Heilpflanzenkunde ist heute eine anerkannte Wissenschaft, die als Phytotherapie bezeichnet wird. Aber auch in der Volksmedizin und der Homöopathie wird die Wirkung der Inhaltsstoffe der Pflanzen genutzt.

Schließlich kommen auch in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und in der indischen Heilkunst, der Ayurveda, bestimmte Pflanzen zum Einsatz.

**Anfrage bei den Kräuterhexen:**  
Margaretha Ehlers, Tel: 05132 - 47 77  
Email: [Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de](mailto:Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de)



## Liebe Pflanzeninteressierte,

mit diesem Newsletter halten die ~~Lehrter Kräuterhexen~~ Sie auf dem Laufenden über die Aktivitäten und Entwicklungen im Heilpflanzengarten am Klinikum Lehrte an der Manskestraße. Rechtzeitig zu Beginn der Vegetationsperiode bis zum Herbst wollen wir Ihnen regelmäßig die Termine und die entsprechenden Themen der bevorstehenden Pflanzenführungen zukommen lassen. Falls Sie persönlich verhindert sind, steht Ihnen mit einem Klick auf die QSML-Codes neben der genannten Pflanze Wissenswertes darüber von unserer Homepage zur Verfügung.

Der Heilpflanzengarten im Park des Klinikums Lehrte wurde im Frühjahr 2009 als Projekt des Vereins Stadtmarketing Lehrte zur Gartenregion der Region Hannover





eröffnet. Auf einem 240 Quadratmeter großen Pflanzenhügel haben die **Lehrter Kräuterhexen** rund 200 verschiedene Heilpflanzen wie Küchenkräuter, Gemüse-, Acker- und Waldrand-, Giftpflanzen und Sträucher angepflanzt, die sie auch ehrenamtlich pflegen.

Die Führungen im Heilpflanzengarten kosten keinen Eintritt, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Für Gruppen, Vereine, Kindergärten und Schulklassen vereinbart Margaretha Ehlvers gern Sonderführungstermine unter Telefon (05132) 47 77 oder unter [Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de](mailto:Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de).



**Vorsicht!**

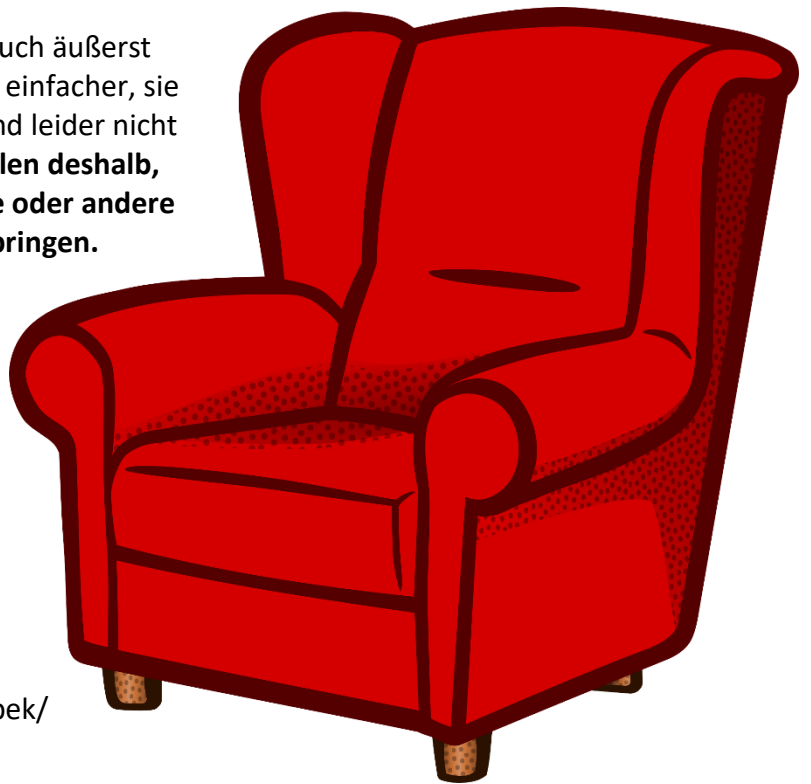
Im Heilpflanzenbeet wachsen auch Pflanzen, die schon beim Berühren, in Teilen oder als Ganzes toxisch sind und schwere bis tödliche Vergiftungen bewirken können – siehe oben. **Von Selbstbedienung ist daher dringendst abzuraten.**

**Hinweis:** Alle Angaben „ohne Gewähr“. Obwohl alle Informationen mit großer Sorgfalt zusammengetragen wurden, kann keine Garantie für Vollständigkeit und Richtigkeit übernommen werden. Von einer Selbstbehandlung durch Laien ist dringend abzuraten. Wenden Sie sich bei Krankheiten und Beschwerden an einen Arzt oder Apotheker.

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage des [Stadtmarketing Lehrte](#) oder direkt unter [Heilpflanzengarten](#). Der Newsletter der **Lehrter Kräuterhexen** ist zu beziehen über die E-Mail-Adresse [Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de](mailto:Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de). Neuerdings funktioniert das auch über einen Button direkt auf der Heilpflanzengarten-Seite. Falls sie den Newsletter abbestellen möchten, genügt eine Mitteilung an [Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de](mailto:Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de)

Die Vorträge sind sehr informativ und meistens auch äußerst unterhaltsam. Dennoch ist es für viele manchmal einfacher, sie im Sitzen zu verfolgen. Aber Sitzgelegenheiten sind leider nicht in ausreichender Menge vorhanden. **Wir empfehlen deshalb, sich gegebenenfalls Klappstühle/ Campingstühle oder andere leicht transportierbare Sitzgelegenheiten mitzubringen.**

**Fotos:** AK „Stadt und Natur erleben“, Stadtmarketing Lehrte in Zusammenarbeit mit Mechthild Smolinski und Susanna Veenhuis  
Gärten Offene Pforte: LHH/Region Hannover  
Kastanienbaum: garten-gg/Pixabay  
Hildegard von Bingen: Wikipedia  
Totenkopf: Wikipedia  
Sessel: OpenClipart-Vectors/Pixabay  
Krokus: Markus Ein/Pixabay  
Cashwebaum: Botanischer Sondergarten Wandsbek/  
Helge Masch  
V.i.S.d.P.: Susanna Veenhuis



**Lehrter Kräuterhexen im März 2025**