

Kräuterhexen- Newsletter



Nr. 28 – September 2025

Neuigkeiten aus dem Lehrter Heilpflanzengarten



Quer- Beet

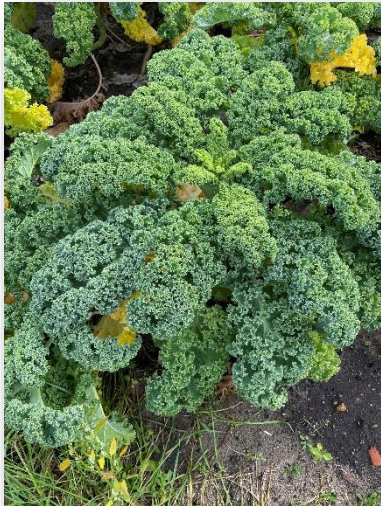


Alljährlich werden die

Pflanzen des Jahres auserkoren. Doch wer bestimmt, welches Kraut „Giftpflanze des Jahres“ oder „Arzneipflanze des Jahres“ wird? Welches sind die Auswahlkriterien? Seit wann gibt es diese Auswahl? All diesen Fragen geht die sechste und letzte öffentliche Heilpflanzenführung der Kräuterhexen in dieser Saison am **Sonntag, 28. September 2025, um 11 Uhr nach: „Querbeet – Pflanzen des Jahres“** – Blattkohl/Grünkohl (Gemüse), Cashew (Giftpflanze), Roteiche (Baum), Sumpf-Blutauge (Blume), Schafgarbe (Heilpflanze). Warum also gibt es eine „Gemüsepflanze des Jahres“? Der Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt, kurz VEN, hat es sich zur Aufgabe gemacht, vor dem Hintergrund der weltweiten Massen-Kulturpflanzenzucht eben diese Vielfalt alter, samenfester Sorten mit ihren besonderen Eigenschaften zu schützen. Als erstes Gemüse des Jahres erkor der 1986 gegründete Verein für 1998/1999 die Puffbohne (*Vicia faba*) aus. Die haben wir bei der Kräuterhexen-Präsentation „Eiweißbomben“ im August ausführlich vorgestellt. Für die Ernennung der Giftpflanze des Jahres ist der Botanische Sondergarten in Hamburg-Wandsbek zuständig. Die Arzneipflanze des Jahres wurde von 1987 bis 1989 vom Verband Deutscher Drogisten (VDD) ausgerufen. Seit 1999 ist der Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde am Institut für Geschichte der Medizin der Universität Würzburg dafür zuständig. Der Baum des Jahres wird seit 1989 vom gleichnamigen Verein bestimmt. Gegründet hat diesen Verein der schleswig-holsteinische Forstbeamte Dr. Silvius Wodarz bereits 1972 als Umweltschutzverein Wahlstedt. Seit 1990 wird auch die Heilpflanze des Jahres ausgerufen. Zunächst durch den Verband der Heilkräuterfreunde Deutschlands, der seit 2004 nicht mehr existiert. 2003 übernahm der Verein zur Förderung der naturgemäßen Heilweise nach Theophrastus Bombastus von Hohenheim, kurz: Paracelsus e.V. (NHV Theophrastus), diese Aufgabe. Die Nominierung einer Blume des Jahres hat 1980 die Loki-Schmidt-Stiftung in Hamburg begonnen.

Lehrter Kräuterhexen im September 2025

Gemüsepflanze des Jahres 2025



Grünkohl

Blattkohl

Brassica oleracea

Captain Cook, der Weltumsegler, der drei Jahre in der Südsee unterwegs war, verordnete seinen Matrosen Sauerkraut als Speise. Mit Peitschenschlägen wurde bestraft, wer sich weigerte, seine tägliche Ration an Sauerkraut zu essen. Durch den Verzehr von Sauerkraut erkrankte aber niemand in der Mannschaft an Skorbut. Der deutsche Naturforscher Georg Forster (1754 – 1794) hatte Cook veranlasst, 60 Fässer Sauerkraut mit an Bord zu nehmen.

[Grünkohl](#)

Blume des Jahres 2025



Sumpf-Blutauge

Comarum palustre

Wurden Moore in Märchen und Gedichten früher oft als schaurige und gefährliche Orte dargestellt, stehen sie heute für die drängendsten Themen unserer Zeit: den Arten- und Klimaschutz. 95 % der Moorflächen Deutschlands gelten als zerstört – eine verheerende Bilanz sowohl für die hochspezialisierten Arten, die auf diesen Lebensraum angewiesen sind, als auch für die Senkung der Emissionen klimaschädlicher Gase. Mit der Wahl des Sumpf-Blutauges zur 46. Blume des Jahres ruft die Loki Schmidt Stiftung zum Schutz der moorigen Ökosysteme auf und stellt deren Bedeutung für Pflanzen und Tiere, aber auch für uns Menschen in den Vordergrund. [Sumpf-Blutauge](#)

Baum des Jahres 2025



Rot-Eiche

Quercus rubra

„Feuerriegel“: In breiten, dicht bepflanzten Streifen zwischen den Kiefernbeständen behindert die schwer entzündliche Belaubung der Rot-Eichen die Ausbreitung eines Feuers über die Baumkronen. Und die geringe Bodenvegetation sowie die schwer brennbare, dichte Laubstreu unter den Rot-Eichen verlangsamen die Ausbreitung eines Bodenfeuers derart stark, dass eine erfolgreiche Brandbekämpfung möglich wird.

[Rot-Eiche](#)

Giftpflanze des Jahres 2025



Cashewbaum

Anacardium occidentale

Die vitamin- und proteinreichen Cashewkerne sind als Snack und für viele 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](#)

Wenn Sie auf den blauen **Link** klicken und gleichzeitig die Taste **Strg** tippen, werden Sie automatisch zu dem jeweiligen Pflanzensteckbrief auf der Internetseite des Lehrter Heilpflanzengartens geleitet. Dort finden Sie umfassende Informationen zu den vorgestellten Pflanzen.

Lehrter Kräuterhexen im September 2025

Jaaa, ein schöner,
warmer Parmesan-
Mantel!



Das deftige September-Rezept aus Margarethas Kräuterhexen-Küche:

Frittierte Schafgarbe im Parmesan-Mantel

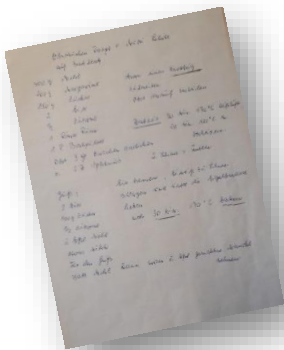
Zutaten:

100 g Dinkelvollkornmehl
1 Prise Salz
ca. 150 ml Milch
1 Ei
3 - 4 EL geriebener Parmesan
100 g junge Schafgarbenblätter
Öl zum Frittieren.

Zubereitung:

Für den Teig werden Mehl, Salz, Milch und Ei verrührt und etwa 20 Minuten quellen gelassen.
Die Blätter werden durch den Teig gezogen und in heißem Öl ausgebacken. Mit einem Sauerrahm-Dip können sie als Vorspeise oder als Snack genossen werden.

Das süße Rezept aus der traditionellen Herbstküche
von Kräuterhexe Edeltraud D.:



Oma Idas Obstkuchen auf dem Blech

Zutaten:

400 g Mehl
200 g Margarine
150 g Zucker
2 Eier
½ Zitrone
1 Römer Rum
1 Pk. Backpulver
1 Prise Salz
Obst: 3 Gläser Kirschen andicken
oder 2 Becher Apfelmus
Guss: 3 Eier
100 g Zucker
½ Zitrone
2 EL Mehl oder 2 EL gemahlene
Mandeln
etwas Milch

Zubereitung:

Daraus einen Knetteig zubereiten und auf einem Backblech ausbreiten.
Darauf das Obst verteilen.

Backzeit:

30 Minuten bei 170 Grad Heißluft
20 Minuten bei 180 Grad
Zweite Schiene von unten

Guss:

Eier trennen
Eiweiß zu Schnee schlagen und unter die Eigelbmasse heben, verteilen
Noch 30 Minuten bei 170 Grad backen



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 – Ackerbohne, Gartenbohne, Sojabohne, Linse, Kichererbse, Lupine – 40 Jahre Fachwerkhaus im Stadtpark. Dort findet aus Anlass des Geburtstags diesmal die Führung am Stand der Kräuterhexen statt.** Mehr über 40 Jahre Fachwerkhaus und das „Fest der Stimmen“: [Stadtmarketing Lehrte](#)
6. **Sonntag, 28.09.2025, 11 Uhr: Querbeet – Heilpflanze, Arzneipflanze, Blume, Gemüse, Baum des Jahres**



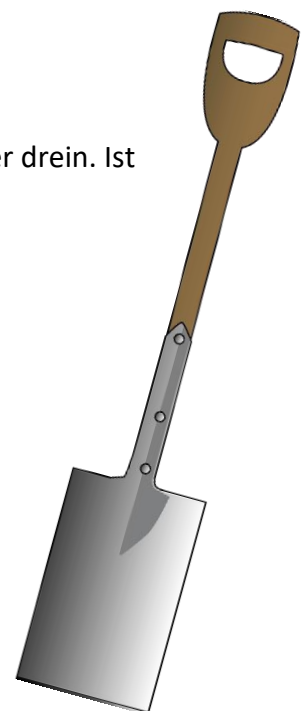
Das Grüne nach oben!



Tipps & Termine

Die Bauernregeln für **OKTOBER**

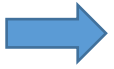
- Oktoberschnee tut Mensch' und Tieren weh.
- Ist der Oktober warm und fein, kommt ein scharfer Winter drein. Ist er aber nass und kühl, mild der Winter werden will.
- Oktober rau, Januar flau.
- Im Oktober der Nebel viel, bringt im Winter der Flocken Spiel.
- Bringt der Oktober viel Regen, ist's für die Felder ein Segen.
- Warmer Oktober bringt fürwahr, stets einen kalten Februar.
- Wenn's im Oktober friert und schneit, bringt der Jänner milde Zeit.
- Schneit's im Oktober gleich, wird der Winter weich.
- Hilft der Oktober nicht mit Sonne, hat der Winzer keine Wonne.
- Viel Nebel im Oktober, viel Schnee im Winter.
- Im Oktober Sturm und Wind, uns den frühen Winter kündigt.



Quelle: 100-jähriger Kalender.com



Zu ihrer nächsten Heilkräuter-Führung „**Querbeet**“ laden die Lehrter Kräuterhexen wieder an den gewohnten Ort ein.



Am **Sonntag, 28. August, ab 11 Uhr** treffen sich Interessierte im Heilpflanzengarten am Klinikum Lehrte, Manskestraße 22. Der Eintritt ist frei, eine Voranmeldung nicht erforderlich. Gegebenenfalls bitte Sitzgelegenheiten mitbringen.



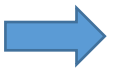
Der NABU Burgdorf-Lehrte-Uetze sucht für Lehrte:

Dauerpflege / Betreuung der Lehrter Streuobstwiese

Trotz intensiver Suche und zahlreichen Kontakten ist es uns leider noch nicht gelungen, Mitglieder oder Nicht-Mitglieder zu finden, die kontinuierlich ein Auge auf die Lehrter Streuobstwiese werfen, kleine Pflegemaßnahmen in eigener Regie durchführen und bei größeren Arbeiten gern auch den gesamten NABU Burgdorf-Lehrte-Uetze einzubinden.

Das Ganze ist ein überschaubares Zeit- und Arbeitsvolumen – wichtig ist es für uns, eine feste Ansprechpartnerin und / oder ein fester Ansprechpartner, idealerweise aus Lehrte, zu finden, der / die unsere Streuobstwiese kontinuierlich unter Kontrolle hat.

Fragt / fragen Sie gern auch in eurem / Ihrem Bekannten- und Freundeskreis, ob jemand eine derartige Aufgabe und Beschäftigung im Natur- und Umweltschutz sucht. Vielen Dank im Voraus für die Unterstützung in dieser Frage.



Wir halten euch / Sie in dieser Frage auf dem Laufenden.

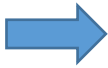
Wenn Ihr euch stärker einbringen wollt oder Sie sich stärker einbringen wollen, bitte einfach eine Mail an Michael Scheer-Behrens (m.sche-be@posteo.de oder vorstand@nabu-burgdorf-lehrte-uetze.de).

Michael verschickt gezielt Einladungen auch zu bestimmten Aktionen, die nicht in unserem Jahresprogramm enthalten sind.



Immer wieder an jedem ersten Mittwoch im Monat:

Treff des NABU Burgdorf-Lehrte-Uetze



Mittwoch, 1. Oktober, um 19 Uhr im Restaurant "MALABAR" (ehemals "Riff") in der Hannoverschen Neustadt 12 in Burgdorf. Einfach mal vorbeikommen :)



Fledermäuse - Jäger der Nacht

PowerPoint-Vortrag von Bernd Rose, Fledermausregionalbetreuer der Region Hannover.



Donnerstag, 9. Oktober, um 19.30 Uhr im JohnnyB,

Sorgenser Straße 30, Burgdorf. Die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist kostenfrei, der NABU Burgdorf-Lehrte-Uetze freut sich über Spenden.



Medien-Tipp: Der NDR zeigt unsere "Kräuterhexen"



Jederzeit in der Mediathek: „Mein Lieblingsplatz“ in der Sendung „Hallo Niedersachsen“

vom 1. Juni 2024



*Die Kräuterhexen – nicht in Hollywood:
Hier ist es doch auch ganz schön!*

Lehrter Kräuterhexen im September 2025



Seit dem 6. April 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. 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
Am 10. Oktober öffnet zum letzten Mal für diese Saison ein



www.hannover.de/gartenkultur
Garten seine Pforte.



In eigener Sache



Niedersächsische
Bingo-Umweltstiftung



Bingo TV zu Gast im Heilpflanzengarten

Neben Pflanz- finden momentan auch vermehrt

Dreharbeiten im Lehrter Heilpflanzengarten statt: **Bingo-TV** drehte für die Niedersächsische Bingo-Umweltstiftung einen kleinen Beitrag für die sonntägliche Bingo-Show, der am 14. September ausgestrahlt wurde.

Mehrere Stunden dauerten die Aufnahmen, die die Kräuterhexen sowohl bei der ständigen Beetpflege als auch in einer der monatlichen Heilpflanzenführungen abbildeten, bei der Margaretha Ehlvers referierte. Somit stellte der Clip einen Teil unserer Arbeit einer großen Öffentlichkeit vor. Die Stiftung hatte die Kräuterhexen bereits gefördert, so dass neben Heilpflanzen auch Werkzeuge und sichere Aufbewahrungsmöglichkeiten angeschafft werden konnten.

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 Ende 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.**



Heilpflanzen

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



Hildegard von Bingen (1098 – 1179)

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

Anfrage bei den Kräuterhexen:
Margaretha Ehlers, Tel: 05132 - 47 77
Email: Heilpflanzengarten-Lehrte@gmx.de

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.



Liebe Pflanzeninteressierte,

mit diesem Newsletter halten die **Lehrer 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 terminlich verhindert sind, steht Ihnen bei einem Besuch im Heilpflanzengarten jederzeit 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.

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 eine/n Arzt/in oder Apotheker/in.

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage des [Stadtmarketing Lehrte](http://Stadtmarketing_Lehrte) oder direkt unter Heilpflanzengarten. Der Newsletter der **Lehrter Kräuterhexen** ist zu beziehen über die E-Mail-Adresse 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

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

Sumpf-Blutauge_Ausschnitt_C_Cyrille_Claudel

Gärten Offene Pforte: LHH/Region Hannover

Kastanienbaum: garten-gg/Pixabay

Hildegard von Bingen: Wikipedia

Totenkopf: Wikipedia

Cashewbaum: Botanischer Sondergarten Wandsbek/

Helge Masch

Hildegard von Bingen: Wikipedia

Spaten: Clker-Free-Vector-Images/ Pixabay

Sessel: ChristianDom/ Pixabay

V.i.S.d.P.: Susanna Veenhuis

Lehrter Kräuterhexen im September 2025