

Waldpost



Inhalt

Unkräuter - Wildkräuter	1
Erfolgsgeschichte Zuchwil	2
Anlässe und Geplantes	2, 3
Wissenswertes	3

Unkräuter – Wildkräuter - Suppenkräuter

Wie kommt man dazu, Unkraut oder Wildkräuter und anderes Grün aus der Natur zu essen?

Schon vor zwanzig Jahren, als Beraterin für Naturgärten, war mein Interesse an einheimischen Pflanzen gross. Ich wollte wissen wozu sie uns von Nutzen sind. - Ich sammelte zuerst zögerlich, dann immer begeisterter: Trocknete Blüten für unseren „Blüemiltee“, stellte Kräuterbutter, -salben und -öle her und knabberte ab und zu an einem Pflänzchen um den Geschmack kennen zu lernen.

In dieser Zeit wucherten in unserer Hecke „Baumtropfen“ (Bild oben). – „Es furchtbar Gjät, das wirsch nie los,“ meinte damals meine Mutter, „jedes Wurzelstückli wachst witer!“

Mittleweile muss ich ihre Behauptung wiederlegen. Die „Baumtropf-Plage“ (auch Geissfuss oder Giersch genannt; lateinisch *Aegopodium podagraria* L) wurde durch das ständige Ernten der aromatischen, jungen Blätter von uns so geschwächt, dass sie langsam verschwand. Heute kann ich den Baumtropf nur noch geniessen, wenn ich mit Gruppen im Wald eine Wildekräutersuppe koche.

Tipp für „Baumtropf-Geplagte“: Esst ihn und ihr könnt ihn besser tolerieren, bis er von selbst verschwindet! - Geplagte haben mir ihren Erfolg nach ein paar Jahren lächelnd bestätigt.



Tipp für Kinder: „Honig“ saugen an Taubnessel-Blüten.



“Zuchwil – eine Erfolgsgeschichte“

Seit 6 Jahren können Zuchwiler Schulen und Kindergärten mein waldpädagogisches Angebot nutzen. Dieses Jahr stellt die Einwohnergemeinde Zuchwil acht Halbtage zur Verfügung (die Anzahl wird jährlich neu festgelegt). - Bereits im November war die Warteliste für 2016 voll und die Anmeldungen nach festgelegten Kriterien berücksichtigt.

Die Lehrperson einer 6. Klasse meinte: „Ich habe nicht damit gerechnet, dass wir wieder einmal zum Zug kommen, das ist wie vorgezogene Weihnachten!“

Dieses Angebot wäre auch in anderen Gemeinden möglich. Gerne können Sie auf mich zu kommen.

Anlässe und Geplantes



„Draussen lernen, Erfahrungen sammeln, Neues kennen lernen!“

Waldprojekt Baumreise – vom Keimling zum Brett

Praxisorientierter Weiterbildungstag der FHNW für Lehrpersonen der Kindergarten- und Primarstufe (ganzer Tag im Wald).

Der Kurs findet statt, es hat aber noch Platz!

Für **Nachmeldungen** wenden Sie sich bitte an die FHNW IWB!

FHNW IWB PHSO

**Weiterbildung für
Lehrpersonen**

30.04.16, 09.00 – 17.00 h

www.fhnw.ch



„Möglichkeiten, Wissen erweitern, Erfahrungen sammeln!“

Wildkräuter und Seilkonstruktionen

Wir sammeln am Morgen Wildkräuter, die wir zusammen verarbeiten und als Mittagessen geniessen werden.

Der Nachmittag gehört den wichtigsten Knoten, mit welchen wir einfache Seilkonstruktionen knüpfen werden.

Anmeldungen bis 25.4.2016 an FKSO, anika.simm (at) bluewin.ch

FKSO Fach- u. Kontaktstelle
Spielgruppen Region Solothurn

**Weiterbildung für
Waldspielgruppen**

07.05.16, 09.00 h – 16.00 h

www.fksoregio.ch



„Ausserschulisches Angebot für Schulen und Kindergärten“

Solothurner Kulturwoche

Stufen angepasste LandArt-Workshops in „Ihrem“ Wald. Ich komme zu Ihnen, für die Klasse entfällt eine lange Anfahrt.

Noch frei: Donnerstag, 12.5.16, 08.30 h – 11.30 h

Andere Daten: „SO Kultur und Schule“ unterstützt die Workshops Das ganze Jahr mit einem Beitrag (Gesuch), auch im Winter!

Solothurner Kulturwoche

1 LandArt-Workshop frei:

12.05.16, 08.30 h – 11.30 h

www.solothurnerkulturwoche.ch



„Draussen sein, geniessen, Neues entstehen lassen!“

LandArt-Plausch - **NEU: Anmeldung bis DI vor Anlass**

Nach kurzer Einführung erschaffen wir gemeinsam oder einzeln Naturobjekte. Zum Abschluss werden sie gewürdigt und fotografiert um sie anschliessend wieder der Natur zu überlassen. - Keine Vorkenntnisse nötig. Begleitpersonen sind willkommen, sie können die Natur auch ohne zu gestalten mit uns geniessen.

Kostenlos, ab 5 Personen, bräteln ist möglich.

Ein Sonntagsausflug in die Natur - für alle!

31.1./ **22.5./** 21.8. / 6.11.2016

Flyer siehe [Webseite!](#)

www.natur-erlebnis-wald.ch



„Jeden Monat ein neuer, kultureller Workshop mit Kulturschaffenden“

Kultursonntage für Jedermann (mit wechselnden Themen)

Monat Juni: LandArt

Kosten Fr. 25.-- / Person

Anmeldung [creafact \(at\) solnet.ch](mailto:creafact(at)solnet.ch)

Auskunft Gabriella Affolter, Tel. 078 774 94 18

Solothurner Kulturwoche

LandArt-Workshop:

19.06.16, 14.00 h – 16.00 h

www.solothurnerkulturwoche.ch

Wissenswertes

Naturnetz Olten:	Besuchen Sie die neue Webseite mit dem interessantesten Angebot!
Wildpflanzen-Magazin:	Online-Ausgabe von www.essbare-wildpflanzen.de
Buchtipps:	<u>Grundkurs Pflanzenbestimmung</u> , Rita Lüder Quelle&Meyer Verlag, ISBN 978-3-494-01450-0 <u>Hexentrunk und Wiesenschmaus</u> , Gisula Tscherner u. Heinz Knieriemen AT Verlag, ISBN 3-85502-726-9

In eigener Sache:

Ursula Fluri-Baumgartner
[natur-erlebnis-wald](http://natur-erlebnis-wald.ch)

Naturbezogene Umweltbildung
Längackerstrasse 13
4564 Obergerlafingen

032 675 49 22

ursula.fluri@bluewin.ch

www.natur-erlebnis-wald.ch



Möchten Sie für Ihr Team, Ihre Gruppe, Ihren Geburtstag eine **Waldolympiade** mit Geschicklichkeit, Spiel, Spass und Wissensvermittlung planen?

Ich komme gerne zu Ihnen in „Ihren“ Wald!