



Das Natur- und Umweltmagazin

Ausgabe 8
Herbst 2020

Kostenlos zum Mitnehmen

GARTENFROSCH

Tierisch:

Unterstützung für den
Wildpark Hanau/Klein-Auheim

Mensch und Natur:

Richtig lüften und richtig heizen
Wieder ein starkes Immunsystem
durch eine gesunde Darmflora

Selbst heilen:

Brennnessel

Kreativ für

Groß und Klein:

Ideen für
Halloween



**Aktuelles aus
der Region:**

**Foodsharing:
Lebensmittel „retten“
und verwenden**

**Touren für
jeden Geschmack**

Raum Südhessen
(Landkreis Darmstadt-Dieburg,
Odenwaldkreis u. a.)



Blick ins Dieburger Land

Wirtschafts- und Naherholungsstandort Landkreis Darmstadt-Dieburg

Informationen und Broschüren erhalten Sie beim **Standortmarketing Darmstadt-Dieburg e.V.**
Jägerstorstraße 207
64289 Darmstadt
Telefon 06151 / 881-1016
standort@darmstadt-dieburg.de



Familien-Radrouten an der Bergstraße



Ober-Ramstadt



Schloss Lichtenberg

Weininsel Groß-Umstadt



Standortmarketing
Darmstadt-Dieburg



Region
der Zukunft
Landkreis
Darmstadt-Dieburg

www.darmstadt-dieburg.de



Füreinander. Miteinander.



sparkasse-dieburg.de

Wir sind auch in außergewöhnlichen Zeiten an Ihrer Seite.

Sie erreichen uns
per Telefon: 06078 70-0
per E-Mail: post@sparkasse-dieburg.de
online unter: www.sparkasse-dieburg.de
oder über die Sparkassen-App.

Wenn's um Geld geht



EDITORIAL

Foto: Daniel Kaufmann



Liebe Leserinnen und Leser, liebe Naturfreunde,

der gewohnte Alltag kommt nur bedingt und langsam zurück. Einige Maßnahmen werden bleiben und uns sicherlich länger auf unserem Weg begleiten. Wir haben alle unsere Erfahrungen gemacht und eventuell neue Ansichten gewonnen. Wir hatten viel Zeit mit uns selbst. Die Krise hat uns gefordert und Veränderungen mit sich gebracht.

Die Frage ist, inwiefern wir es zulassen, in ein paar Monaten wieder wie „Speedy Gonzales“ durch das Leben zu rennen. Vielleicht trauen wir uns aber auch, öfter auf die „STOPP-Taste“ zu drücken. Von uns aus; freiwillig und zu unseren Bedingungen. Pause, Ruhe und Erholung haben noch niemandem geschadet – die Natur ist uns auf alle Fälle sehr dankbar dafür.

Sind uns unsere Bedürfnisse nun klarer? Das wiederum führt dazu, dass wir unsere Gesundheit schützen. Das ist jetzt kein schlechtes Ziel, wie wir finden, denn schließlich haben wir davon nur eine – genau wie wir nur diese eine Erde haben, die wir schützen müssen. Themen wie Foodsharing, Touren für jeden Geschmack in der Natur, „Nordseeklima“, richtig lüften und richtig heizen sowie viele Natur- und Tierinformationen rund um den Herbst warten im Gartenfrosch wieder auf Sie. Diese Ausgabe beinhaltet acht Seiten mehr Lesestoff, da wir viele schöne, interessante Artikel geschickt bekommen haben. Viel Freude beim Durchlesen! Übrigens: Den Gartenfrosch gibt es mit dieser, der 8. Ausgabe, nun schon zwei Jahre. Darüber freuen wir uns sehr!

Wir danken all den Menschen, die uns gerade in diesen Zeiten unterstützen!

**Herbstliche Grüße und bleiben Sie gesund!
Kerstin Schaum
und das ganze Team
des Gartenfroschs**



**DU KANNST DIE WEIT
NICHT ÄNDERN, ABER
MIT ANDEREN
AUGEN AUF SIE
SCHAUEN!**

Foto Titel: © Stefan Körber – stock.adobe.com

INHALTSVERZEICHNIS

Aktuelles aus der Region

- ❖ Foodsharing: Lebensmittel „retten“ und verwenden 5
- ❖ Touren für jeden Geschmack:
Genussradeln im Landkreis
Darmstadt-Dieburg 7
- ❖ Nordseeklima im Rhein-Main-Gebiet:
„nasefrei – spielraum für meer luft“ 9
- ❖ Draußen unterwegs in Groß-Umstadt.... 11
- ❖ Prüfungsvorbereitung der Produktions-
gärtner in wunderschöner Umgebung... 13

Grüner geht's nicht

- ❖ Seit 1977: Gärten von Kunkel..... 14
- ❖ Tipps für einen winterfesten Garten..... 15
- ❖ Krisengewinner: Hobby-Gärtner 16

Flora – Was blüht denn da?

- ❖ Herbst-Anemonen 17

Mensch und Natur

- ❖ Richtig lüften und richtig heizen..... 18
- ❖ Wieder ein starkes Immunsystem
durch eine gesunde Darmflora 21
- ❖ Seminare in der Heilpraktikerschule
naturopath 24

Selbst heilen

- ❖ Brennnessel 25

Tierisch

- ❖ Unterstützung für den Wildpark
Alte Fasanerie Hanau/Klein-Auheim 27

- ❖ Kastanien für die Hirsche im Wildpark –
Besuch im Forstamt Dieburg 28
- ❖ Vivarium Darmstadt 30

Wissenswert

- ❖ Die Herbstmonate 31
- ❖ Das Seelenleben der Tiere
(Buch oder mp3-CD) 32

Kreativ für groß und klein

- ❖ Halloween Mandala..... 33
- ❖ Wir bemalen Kürbisse 34

Einfach und lecker: Rezeptidee

- ❖ Bunter Gemüseauflauf..... 35

Nachgedacht

- ❖ Die Geschichte von den zwei Wölfen 36

Komm ´ doch mal vorbei:

- Termine rund um die Natur! 37

Lachen ist gesund – Herbstwitze 40

Gewinnspiel 41

Starbild

- ❖ Das Wildschwein 42

Impressum 43



AKTUELLES AUS DER REGION

Foodsharing: Lebensmittel „retten“ und verwenden

In Deutschland landen jedes Jahr ein Drittel aller Lebensmittel im Müll. Die Initiative Foodsharing hat sich zum Ziel gesetzt, möglichst viele dieser Lebensmittel zu retten.

Die Initiative Foodsharing stellt sich vor:

Wir sind eine Initiative, die sich gegen Lebensmittelverschwendung engagiert. Wir „retten“ ungewollte und überproduzierte Lebensmittel in privaten Haushalten sowie von kleinen und großen Betrieben.

Wir fühlen uns nachhaltigen Umwelt- und Konsumzielen verpflichtet und setzen uns unter anderem für einen Wegwerfstopp und gegen den Verpackungswahnsinn der Supermärkte ein. Mit diesen und anderen Themen sind wir auf Veranstaltungen oder in Medien präsent und starten eigene Aktionen.

Was möchte Foodsharing?

Möglichst viele Lebensmittel retten, die noch für den menschlichen Verzehr geeignet sind. Darauf aufmerksam machen, wie viele Lebensmittel täglich verschwendet werden. Langfristiges Ziel: Es sollen keine genießbaren Lebensmittel mehr im Müll landen. Jeder, der etwas gegen die Verschwendung tun möchte, darf sich die Lebensmittel an den bekannten Stellen mitnehmen.



Wie wird man/frau Foodsaver?

Wer mithelfen möchte, sollte sich genau auf foodsharing.de informieren, was beim Lebensmittelretten zu beachten ist und ein nicht ganz einfaches Quiz dazu bestehen. Danach lernen die neuen Foodsaver in drei Einführungsabholungen die Praxis kennen. Es gibt regelmäßige Treffen der Gruppe. Abschließend bekommt man seinen „Foodsaver“-Ausweis und darf selbst Lebensmittel retten.

Wie wird Foodsharing organisiert?

Foodsharing gibt es deutschlandweit und darüber hinaus. Es ist ein Verein, der aber nur aus wenigen Personen besteht, die die Plattform und das Regelwerk organisieren. Die Helfer sind in der Regel keine Mitglieder. Es gibt Foodsharer, die Lebensmittel über die Plattform privat abgeben und holen. Foodsaver sind die Aktiven, die Lebensmittel abholen und verteilen. Betriebsverant-



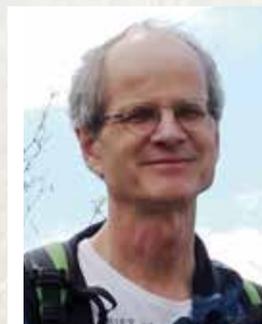
Geschäfte, Bäckereien etc.) zu finden, die noch HelferInnen benötigen. Dort kann man sich für den Betrieb „bewerben“. Die Lebensmittel werden entweder privat verteilt (bei kleineren Mengen) oder über die „Fair-Teiler“ abgegeben.

Termine (Verteilerstellen) in der Region:

- ❁ Mehrgenerationenhaus in Groß-Zimmern, Otzbergring 1+4, 64846 Groß-Zimmern, freitags ca. 15 Uhr
- ❁ mobiler fairteiler, Auf der Beune 1 A, 64839 Münster, Parkplatz der Christlichen Gemeinde, freitags ca. 15 Uhr
- ❁ „Abgabestelle“ von foodsharing.de, Bezirk Dieburg: Lebensmittelbörse im Glockenturm der katholischen Kirche. Am Eichwald 16, 64850 Schaaheim, immer samstags ca. 17 Uhr.

Du möchtest auch Foodsaver oder Kooperationspartner werden?

Am besten bei www.foodsharing.de informieren.



Kontakt vor Ort: Karsten Heinrich
(Koordinator für den Raum Dieburg)
dieburg@foodsharing.network

wortliche Foodsaver schließen Kooperationen mit den Lebensmittelbetrieben und sind für die jeweilige Kooperation mit dem Betrieb verantwortlich. Botschafter sind schließlich für eine Region zuständig, vertreten Foodsharing vor Ort und koordinieren alle Aktivitäten.

Wie funktioniert das Abholen bei den Betrieben?

Es läuft alles über die gemeinsame Plattform foodsharing.de. Auf dieser sind die Betriebe (zum Beispiel Supermärkte, kleinere



DAS IST NE GUTE UND VERNÜNFTIGE SACHE!

Touren für jeden Geschmack: Genussradeln im Landkreis Darmstadt-Dieburg



BOW! Da WÄRE ICH GERNE DABEI.



Reizvolle Themenradrouten laden ein: Erleben Sie kurzweilige Ausflugstage mit Natur, Spiel und Spaß, erkunden Sie bezaubernde Landschaften und genießen Sie die Angebote uriger Gasthöfe, Hofläden und Weingüter.

Vier reizvolle Themenradrouten sind Höhepunkte im insgesamt 500 Kilometer langen, hervorragend ausgebauten Radwegenetz im Landkreis Darmstadt-Dieburg. Für jeden Geschmack und jeden Anspruch ist garantiert die richtige Tour dabei – und sportliche Radler kommen ebenso auf ihre Kosten wie Familien mit kleinen Kindern und alle, die es gerne entspannt angehen.

Neues Highlight für Fahrradfrende: Die Modau-Radroute

Seit dieser Saison erweitert die Modau-Radroute die bereits bestehende Palette an

Themenradtouren. Auf 53 Kilometern begleitet Sie die Modau von der Quelle auf den Höhen des Odenwaldes bis zur Mündung in den Altrhein – und macht die ganze landschaftliche Vielfalt der Region erfahrbar.

Die Genießer-Radroute: Dem Geschmack der Region auf der Spur

Mit seinen bunten Wochenmärkten, gut sortierten Hofläden, einladenden Straußwirtschaften und hervorragenden Weinen ist der Landkreis Darmstadt-Dieburg eine echte Attraktion für alle, die Körper, Geist und Seele etwas Gutes tun. Die 43 Kilometer lange Genießer-Rundstrecke führt in sechs bequemen Radel-Häppchen von Dieburg aus nach Groß-Umstadt. Unterwegs locken vielerlei lukullische Verführungen zum Einkehrschwung.

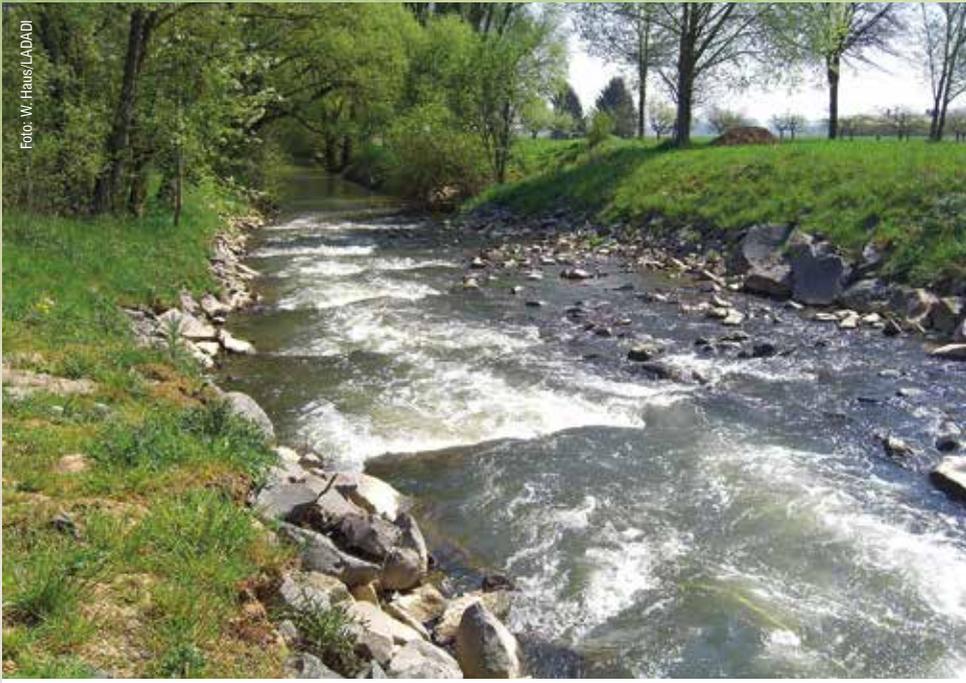


Foto: W. Haus/LADADJ

Wassererlebnis an der Gersprenz

Faszination Fluss: Das Wassererlebnisband Gersprenz

Wie wird Getreide in einer Mühle gemahlen? Wie funktioniert eine Fischtreppe? Auf diese und viele weitere spannende Fragen gibt eine Radtour entlang der Gersprenz überraschende Antworten. Das fast 54 Kilometer lange Wassererlebnisband ist Teil eines Regionalentwicklungsprojekts und nicht nur landschaftlich ein Erlebnis: Kompakte Schautafeln fächern die unterschiedlichen Facetten des Lebens am Fluss auf und per QR-Code lassen sich Audiodateien zu verschiedenen Themen abrufen.

Entspannt unterwegs: Auf der Familien-Radroute

Einen unbeschwerten Ausflugstag mit Kind und Kegel verspricht die Familien-Radroute. Die rund 43 Kilometer lange Strecke durch den westlichen Landkreis verläuft ohne wesentliche Steigungen abseits der Hauptverkehrsstraßen. Praktisch also für alle, die mit kleinen Pedalrittern „on tour“ sind.

Informationen und Tourenmaterial gib es bei der Geschäftsstelle des Standortmarketing Darmstadt-Dieburg e.V.:
Tel.: 06151 881-1016
www.darmstadt-dieburg.de

Nordseeklima im Rhein-Main-Gebiet: „nasefrei – spielraum für meer luft“

Yvonne Heike Rau, Mutter von drei Kindern, hat mit ihrer jüngsten Tochter Lotta selbst positive Erfahrungen mit Salzgrotten gemacht: „Lotta hatte bereits im ersten Lebensjahr ständig mit obstruktiver Bronchitis zu kämpfen. Und jeder, der selbst kleine Kinder hat, weiß, wie wenig Spaß Babys und Kleinkinder daran haben, sich still vor eine Atemmaske zu setzen, um zu inhalieren. Salinen oder Salzgrotten sind tolle Alternativen – aber da müssen die Kleinen sich relativ ruhig verhalten, um andere Besucher nicht zu stören“.

Somit wurde die Idee eines „gesunden Indoorspielplatzes“ geboren. Der Fokus von „nasefrei“ liegt auf dem großen Salzspielplatz. Auf einer mit 4,5 Tonnen Himalayasalz bedeckten Fläche von über 40 Quadratmetern können Kinder von null bis zirka sechs Jahren spielen und buddeln genau wie am Strand an der Nord- oder Ostsee. Für eine Dauer von max. 60 Minuten atmen sie dabei ohne Zwang salzhaltige Luft ein. Zwischen durch kann jeder in der Dino-Höhle (Soleoase) intensiv inhalieren – ganz entspannt und gerne auch mit Buch zum Vorlesen. Durch einen medizinisch zugelassenen Ultraschallvernebler wird feinsten Solenebel erzeugt, dessen Partikel (0,5-5 Mikron) bis tief in die Atemwege dringen. Der komplette Raum wird vernebelt. Über die natürliche Atmung



und auch über die Haut kann dieser Solenebel aufgenommen werden.

Als großer Fan von Nord- und Ostsee war Yvonne Heike Rau der Nutzen von salzhaltiger Luft schon immer bewusst. Genauso wie ein Spaziergang am Meer Betroffene besser atmen lässt, so wirken Salzheilstollen oder Salzgrotten wohltuend und fördern die natürliche Selbstreinigung: Der Schleim kann leichter abgehustet werden, die Nase fängt an zu laufen.

nasefrei
spielraum für meer luft

Für Babys und Kinder: Großer Salzspielplatz – spielend erholen

Erholung auch für Erwachsene: Ruhige Soleoase – intensiv inhalieren

Einatmen und wohlfühlen – bei salzhaltigem Klima wie an Nord- oder Ostsee

Dreieich | Robert-Bosch-Straße 5 (Centrio)
Tel. 06103/9607733 | www.nasefrei-dreieich.de

Chronische Atemwegserkrankungen nehmen seit Jahrzehnten ständig zu. Schadstoffe, Ozon oder Feinstaub haben einen erheblichen Einfluss auf die Qualität unserer Atemluft.

In Kinderarztpraxen sind Infekte der oberen Atemwege die häufigsten Behandlungsdiagnosen. „Die Salz-Inhalation gilt als natürliches und wirksames Mittel zur Linderung von Atemwegsbeschwerden, da Salz entzündungshemmend und Sekret lösend wirkt“, erklärt Frau Rau.

Für die Eltern ergibt sich während des Aufenthaltes im nasefrei die Gelegenheit zum Austausch mit anderen Eltern, sodass immer eine entspannte Atmosphäre nicht nur für die Kinder herrscht.

Besonders in der aktuellen Situation können regelmäßige Salzinhalationen das Immunsystem stärken und Infekten vorbeugen.

Es gibt Studien, die belegen, dass selbst Menschen mit einem akuten Infekt in salzhaltigen Räumen weniger Viren ausatmen als in normalen Räumen. Hohe Salzkonzentrationen entziehen den Viren Wasser und lassen sie so schrumpfen.

Von daher sind Besuche in Salzgrotten oder auf dem Salzspielplatz absolut empfehlenswert!

Kontakt: Yvonne Heike Rau
nasefrei – spielraum für meer luft
Robert-Bosch-Str. 5, 63303 Dreieich,
Tel.: 06103 9607733
Email: nasefrei@web.de
www.nasefrei-dreieich.de

■ Draußen unterwegs in Groß-Umstadt

Corona hin oder her, „unsere“ Welt entdeckt man draußen und am besten erst mal genau dort, wo man zu Hause ist. Egal, ob gerade die Brombeeren heranreifen, die Blühstreifen am Feldrand sich als Augenweide präsentieren oder beim Spaziergang ein scheues Reh zu beobachten ist – die Natur ist vielfältig und spannend, genau hinschauen lohnt immer.

Einige haben fast vergessen, dass wir alle selbst Teil der Natur sind und nur mit ihr und nicht gegen sie existieren können. Also rein in die Puschen und raus aus dem Haus. Was kann man tun? Spielen in Feld und Flur, herumtollen und verstecken an Rainen, Bächen und Streuobstwiesen, verweilen und beobachten rund um Sitzgruppen und Ruhebänke am Waldrand, im Park oder sonst wo.

Natürlich gibt es viele eigens geschaffene Angebote, wie (Rad-)Wanderwege, Spielplätze, das Freibad, Pumptrack usw. Immer sollte gelten: hingehen, beobachten, ausprobieren und anschauen, staunen und wundern – und sich selbst dabei kennenlernen. Dazu gehört auch: nur gucken, nicht anfassen oder gar beschädigen, und vor allem, den Müll nicht liegen lassen!

Freizeitgelände am Freibad/Stadion

Die **Cobigolf-Anlage** bietet seinen Spielern einen turnierfähigen Parcours mit 18 Bahnen. Bei der spannenden Kombination aus Minigolf und Croquet sind Geschick und eine ruhige Hand gefragt.



Die **Skateranlage** und die **Pumptrack** sind Treffpunkt für Groß und Klein.

Das **Freibad** Groß-Umstadt ist das Freizeitvergnügen für die ganze Familie. In diesem Sommer sind einige Auflagen zu beachten.

Ein **Beachvolleyballfeld** im nahen Ludwig-Wedel-Stadion ist frei zugänglich und lädt zum Wettbewerb ein.

Parkanlage Bleiche und Spielplätze

Verschiedene **Parkanlagen** laden zum Toben, Entspannen und Verweilen ein. Für Familien ist die Anlage „Bleiche“ Richtung

Umstadt auch für Kleine ganz Groß



Schon dort gewesen?

- Naturerlebnispfad am Hainrich
- Altstadttrundgang für Kinder
 - „Sagenhafter Wanderweg“ Kinderführung
- Cobi Golf Anlage neben dem Freibad Parkplatz
 - Beachvolleyball im Stadion
- Skaterpark und Pumptrack am Freibad Parkplatz
 - Jugendzentrum & Jugendtreffs



Informationen: Telefon (06078) 781 261
stadtmarketing@gross-umstadt.de / www.gross-umstadt.de

in Umstadt, Plätze mit Streetballkorb und viele Sportanlagen.

Wandern und Radfahren

Ein weites Netz gut ausgebauter **Wander- und Radwege** erschließt sich dem Besucher in Groß-Umstadt.

In Klein-Umstadt lädt der **Geopark-Pfad** zu einem thematischen Rundwanderweg ein; von der Wendelinuskapelle schweift der Blick weit über die Untermainebene: Bei klarem Wetter sind die Höhenzüge von Hunsrück, Taunus, Vogelsberg und Spessart zu erkennen.

Der **Kuckucksweg** in Raibach führt über 5 km bzw. 6,5 km durch Obstwiesen, Feld, Wald und Flur. Der Weg bietet Perspektiven auf das Straßendorf und seine Lage, Panoramablicke bis zum Taunus, einen Exkurs in einen Buntsandsteinbruch, Sitzgelegenheiten und zehn

Informationstafeln zu den Themen „Rund um Raibach!“

Unterhalb der Streuobstwiesen am „Buschel“ findet man eine Erlebnisobstwiese, erreichbar über die Treppe am oberen Ende des Raibacher Sportplatzes. Das Areal mit den Wissensstationen, Beobachtungspunkten, einem Insektenhotel und Sitzgelegenheiten ist ein Erlebnis.

Informative Links, Bilder, Faltblätter und (Wander)Karten:

Freizeitaktivitäten:
www.gross-umstadt.de/de/aktivitaeten-natur
Naturerlebnispfad des OWK:
www.owk-umstadt.de

Prüfungsvorbereitung der Produktionsgärtner in wunderschöner Umgebung

Am Samstag, dem 23. Mai 2020 organisierten die Schülerinnen und Schüler der Klasse 12GT02 für Produktionsgartenbau der Landrat-Gruber-Schule ihre eigene Prüfungssimulation.

Aufgrund der Corona Krise fielen alle praktischen Vorbereitungsseminare im Gartenbau für Abschlussprüfungen aus. Kurzerhand hatten die fünf Lernenden die Idee, eine eigene Prüfungsvorbereitung zu organisieren und durchzuführen.



Zierpflanzengärtnerin Christine Kolanowski und Staudengärtnerin Stefanie Dittrich

Die Staudengärtnerei Eidmann in Semd stellte hierfür ihre Betriebsfläche sowie die Arbeitsmittel zur Verfügung. Es wurden Pflanzen, Töpfe, Erden und andere Mittel bereitgestellt und fleißig gearbeitet – natürlich alles unter Beachtung der Abstandsregeln und der Hygienevorschriften.

Als Prüfer erklärten sich die Kolleginnen und Kollegen der Landrat Gruber Schule bereit.

Beginn war um 14:00 Uhr an unterschiedlichen Stationen auf dem Gelände der Staudengärtnerei Eidmann. Die Schülerinnen und Schüler topften, pikierten, düngten und mussten Pflanzen erkennen.

Ein überaus engagiertes Projekt der jungen Damen und Herren, die sogar für das leibliche Wohl gesorgt hatten.

Der Erfolg der kommenden Prüfung kann nur noch eine Formalität sein.

www.lgs-dieburg.de



GRÜNER GEHT'S NICHT!

Der Gartenfrosch stellt vor:

Seit 1977: Gärten von Kunkel

Der Meisterbetrieb Kunkel Garten- und Landschaftsbau GmbH aus Otzberg-Lengfeld wurde vor 43 Jahren von Gärtner-Meister Jens Kunkel gegründet.

Seit dieser Zeit steht der Name Kunkel in Verbindung mit kreativer Gartengestaltung und fachlich hochwertiger Gartenpflege.

Der Vater des Firmengründers, Otto Kunkel, gab in der Mitte der siebziger Jahre mit den Anstoß zur späteren Firmengründung. Otto Kunkel war damals Leiter des Landfunks beim Hessischen Rundfunk und vielen älteren Lesern noch bekannt durch die sonntägliche Sendung „Heiner, Philipp und Babett“. Er kannte sich damals schon gut in der grünen Branche aus und ahnte wohl, dass der Garten- und Landschaftsbau ein Beruf der Zukunft wird.



Foto: Kunkel Garten

Mittlerweile ist Sven Kunkel, der Enkel von Otto Kunkel und Sohn des Firmengründers Jens Kunkel, staatlich geprüfter Techniker im Garten- und Landschaftsbau. Die nächste Generation ist schon seit 5 Jahren im Unternehmen als GaLa-Bau-Techniker tätig und unterstützt seinen Vater in der Geschäftsführung.

Ein Familienunternehmen mit Leidenschaft für besondere Gärten – plant, gestaltet, baut und pflegt seit 1977 individuelle Gärten und Außenanlagen. Ob Umgestaltung, Teilmodernisierung oder Neuanlage: mit Licht, Bewässerung und Mähroboter – von der Planung bis zur Abwicklung – alles aus einer Hand.

www.kunkel-garten.de
Kunkel, Garten- und
Landschaftsbau GmbH
Otzbergstraße 101
64853 Otzberg-
Lengfeld
Tel.: 06162 71011



Gärten von Kunkel

www.kunkel-garten.de
☎ 0 61 62 - 7 10 11 64853 Otzberg

Tipps für einen winterfesten Garten

Bevor der Winter kommt, sollte der Garten noch einmal gründlich auf Vordermann gebracht werden. Dazu gehört, das Laub vom Rasen zu kehren. Statt es zu entsorgen, kann es aber auch als Frostschutz dienen, in dem auch Insekten ihr Winterquartier finden. Wer das möchte, sollte das Laub einfach als dicke Schicht auf Beete und unter Hecken harken. Wird darauf Radivit Kompost-Beschleuniger von Neudorff gestreut und leicht eingearbeitet, zersetzen sich die Blätter während des Winters zu wertvollem Humus.



Foto: Neudorff

Damit der Rasen gut über den Winter kommt, muss er von Laub befreit werden. Das kann kompostiert werden oder auf Beeten als Frostschutzschicht dienen.

Der Rasen sollte zur Vorbereitung auf die Winterzeit mit Terra Preta Bodenaktivator von Neudorff verwöhnt werden, der den Boden auflockert und eine bessere Wasser- und Nährstoffaufnahme gewährleistet. Schwere Ton- oder leichte Sandböden, in die vor dem Frost noch Rosen oder Ziersträucher gepflanzt werden sollen, profitieren davon ebenfalls.

Danach wird dann zur Stärkung des Rasens spezieller kaliumreicher Dünger eingesetzt. Damit erhält das Gras noch einmal Reservestoffe, um dem Frost besser standhalten zu können. Gleichzeitig kann es sich von Sommerschäden regenerieren. Experten empfehlen, Dünger einzusetzen, die auch Mykorrhiza-Pilze enthalten, da diese sich positiv auf die Wurzelentwicklung auswirken.



Krisengewinner: Hobby-Gärtner



...das sieht
aber richtig
gut aus!

In der Corona-Krise schlägt die Stunde der Gartenfreunde. Sie sind die Krisengewinner der Pandemie. Sicherlich beneiden manche Gartenbesitzer Menschen, die nur einen Mini-Balkon ihr Eigen nennen. Vor allem dann, wenn der Hobby-Gärtner stundenlang seine durstigen Pflanzen wässert oder mit gekrümmtem Rücken das Unkraut jagt – während der Nachbar in der Wohnung gegenüber bei einem Gläschen Wein den Feierabend einläutet und sich genüsslich auf der Liege räkelt.

Aber plötzlich ist alles anders. Der Ehrgeizpegel steigt, wenn alle Nachbarn schnippeln und buddeln. A hat einen Rosengarten angelegt, B ein neues Beet gepflanzt und C sogar einen neuen Gartenteich geschaffen.

Fitness-Studios, Kneipen, Geschäfte, Sportplätze waren lange geschlossen. Was soll 's? Die Harke ersetzt wunderbar die Hantel und austoben kann sich der Hobbygärtner im heimischen Garten – Langeweile gibt es nicht. Und statt der neuen Sommer- oder Herbstgarderobe sucht die Blumenfreundin die Trendarbeiten bei Rosen oder Stauden aus. Und mit Blumen kann man ja auch bekanntlich super sprechen – weil sie dann besser und schöner wachsen. In Zeiten der sozialen Isolation war und ist das doch auf jeden Fall ein Ersatz für gesellige Runden im Freundeskreis.

Und fest steht: Welche wüsten Folgen die Pandemie auch noch zeigen mag – blühende neue Landschaften sind auf jeden Fall entstanden!

Flora - Was blüht denn da?

Herbst-Anemonen

Diese spätblühenden Stauden sind robust, pflegeleicht und sollten in keinem Garten fehlen. Herbstanemonen gibt es in zahlreichen Variationen. Von einfachen Blüten mit fünf Blättern über halbgefüllte bis zu ganz gefüllten Blütenständen reicht die Palette. Als Blütenfarben können Sie zwischen Weiß, Rosa, Pink oder leuchtendem Rot wählen.

Symbolik und Herkunft:

Sie ist Symbol für Hoffnung und Erwartung, Enttäuschung und Vergänglichkeit. Die Ane-

mone wird auch Buschwindröschen, Windflower oder Adonisblut genannt. Der Name stammt aus dem griechischen anemos = Wind. Gleichzeitig symbolisiert die kurze Blütezeit der Anemone die Vergänglichkeit alles Schönen.

Standort

- ☘ Sonnig bis halbschattig
- ☘ Unter lichtdurchlässigen Sträuchern
- ☘ Niemals unter Nadelhölzer pflanzen
- ☘ Windgeschützt
- ☘ Durchlässiger Boden
- ☘ Leicht saures Substrat

Wie werden Herbstanemonen geschnitten?

- ☘ Verblühtes schneiden
- ☘ Rückschnitt erst im Frühjahr
- ☘ Erkrankte Blätter sofort entfernen

Pflege

Halten Sie die Anemone hupehensis feucht, aber nicht zu nass. Staunässe ist unbedingt zu vermeiden. Wenn es viel regnet, kann ein Regenschutz sinnvoll sein. Herbstanemonen kommen mit leicht nährstoffreichen Böden zurecht. Vor dem Pflanzen geben Sie etwas reifen Kompost in die Pflanzlöcher. Im Frühjahr können Sie zusätzlich etwas Kompost in die Erde einharken. Wenn die Pflanzen sehr groß gewachsen sind, ist es ratsam, die Herbstanemonen auszugraben und die Stauden zu teilen.

HessenForst
MEHR WALD.
MEHR MENSCH.

Natur erleben!

www.erlebnis-wildpark.de

63456 Hanau / Klein-Auheim
Fasaneriestr. 106

WILDPARK
ALTE FASANERIE
HANAU

Täglich
ab 9 Uhr
geöffnet



Foto: Hans - pikabay.com

An einem günstigen Standort sind Raupen das größte Problem. Diese können Sie aber leicht absammeln.

Zeigt sich an den Blättern Anemonen-Rost, steht die Pflanze zu feucht. Schneiden Sie alle befallenen Triebe ab und denken Sie über einen Standortwechsel nach. Ältere Exemplare der Anemone hupehensis sind absolut winterhart. Nur in sehr windigen Lagen sollten Sie sie bei Kälte etwas abdecken.

Im Frühjahr gepflanzte Herbstanemonen sind noch nicht gänzlich winterhart. Decken Sie die Stauden mit Laub, Stroh oder Baumschnitt ab.

Viel Freude mit Ihren Herbst-Anemonen!

MENSCH UND NATUR

Richtig lüften und richtig heizen

Richtig zu lüften ist wichtig für die Qualität der Raumluft, für Ihre Gesundheit und schützt die Bausubstanz vor Feuchteschäden.

Mit den nachfolgenden Tipps zeigen wir Ihnen, wie Sie ohne größere investive Maßnahmen einzig durch eine Veränderung Ihres Verhaltens Energie einsparen können:

- ❖ Vermeiden Sie dauerhafte Kipplüftung, denn sie führt zu unnötigen Heizenergieverbräuchen, da gerade erwärmte Innenluft nach außen abgegeben wird. Stoßlüftung, idealerweise mit Durchzug (Querlüftung), ist deutlich effektiver:
- ❖ **2 bis 3 Minuten im Winter** (damit die Wände nicht unnötig auskühlen)
- ❖ **15 Minuten im Sommer** (wegen des geringeren Temperaturgefälles zwischen Innen- und Außenbereich)
- ❖ Drei Stoßlüftungen pro Tag genügen in der Regel. Bei starker Feuchtfreisetzung, bspw. beim Kochen, Duschen oder



legten Fußbodenheizungen, da hier über der Fußbodenheizung nur wenig Bausubstanz ist, die erwärmt werden muss. Drehen Sie solche Heizungen während des Lüftens ab.

- ❖ Achten Sie vor allem in nicht durchgängig beheizten Räumen (Schlafzimmer) und in Räumen mit hohem Feuchtigkeitsanfall (Bad, Küche) auf das richtige Lüften. Nur so vermeiden Sie Schimmelbefall. Über das Lüften werden 98 Prozent der Raumfeuchte nach außen transportiert!



RICHTIG LÜFTEN IST WICHTIG FÜR IHRE GESUNDHEIT UND SCHONT DEN GELDBEUTEL.

Deshalb ist es nicht nur wegen der Heizkosten relevant, sondern mit der wichtigste Schutz vor gefährlichem Schimmelbefall. Durch das richtige Lüftungsverhalten wird so viel Luft ausgetauscht wie für ein optimales Raumklima nötig. Gleichzeitig wird verhindert, dass zu viel erwärmte Luft entweicht und damit übermäßig geheizt und Energie verschwendet wird.

Richtig heizen

Wie zuvor schon beschrieben, wird ein optimales Raumklima durch eine Kombination von richtigem Lüften und Heizen erreicht. Die nachfolgenden Tipps

Wäschetrocknen, sollten Sie unverzüglich lüften und die Frequenz auf vier- bis fünfmal am Tag erhöhen.

- ❖ Denken Sie daran, in der Heizperiode während des Lüftens alle Heizkörper im Raum abzudrehen. Alternativ gibt es auch Thermostate mit „Fenster-offen-Erkennung“. Eine nass verlegte, mit Estrich vergossene Fußbodenheizung muss während des Lüftens nicht ausgeschaltet werden, da in der kurzen Zeitspanne des Lüftens der Fußboden wegen der hohen Wärmespeicherung nicht auskühlt. Anders verhält es sich bei trocken ver-



Foto: rf - pixabay.com

- ❁ Eine maßvolle Reduzierung der Raumtemperatur spart viel Energie. Mit jedem Grad weniger sparen Sie rund 6 Prozent Heizkosten.
- ❁ Senken Sie beim Verlassen der Wohnung die Raumtemperatur ab. Smart Home Systeme und vernetzte Raumtemperaturregler können Sie hier entlasten und das Absenken automatisiert übernehmen.
- ❁ Senken Sie die Raumtemperatur auch nachts ab, 16 bis 18 Grad Celsius sind üblich. Alternativ kann die Heizung nachts ausgeschaltet werden. Sie erzielen so eine Heizkosteneinsparung von fünf bis zehn Prozent.
- ❁ Türen zu kälteren Räumen können Sie geschlossen halten.
- ❁ Entlüften Sie Ihre Heizkörper. Das kann pro Jahr rund 50 Euro Heizkosten einsparen.
- ❁ Lassen Sie, sofern noch nicht geschehen, einen qualifizierten (Heizungs-) Fachbetrieb einen hydraulischen Abgleich durchführen. Dieser sorgt dafür, dass alle Heizkörper bestmöglich durchströmt werden, was erheblich Geld spart.

Informationen:

LandesEnergieAgentur Hessen GmbH (LEA) Hessische Energiespar-Aktion

Mainzer Str. 118, 65189 Wiesbaden
Tel.: 0611 95017 8999
E-Mail: info@energiesparaktion.de
www.energiesparaktion.de

Die Hessische Energiespar-Aktion ist ein Angebot der LandesEnergie-Agentur Hessen GmbH (LEA).

zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Heizung optimal und energieeffizient einstellen. Nutzen Sie, falls vorhanden, die Thermostatventile an Ihren Heizungen und stellen Sie die passgerechte Raumtemperatur ein. Stufe 3 entspricht in etwa 20 Grad Celsius. Das Verstellen des Ventils zur nächsten Stufe verändert die Raumtemperatur um rund vier Grad Celsius.

Grundsätzlich gilt: Durch volles Aufdrehen des Thermostats wird es nicht schneller warm. Stattdessen wird die Wunschtemperatur überschritten und Energie verschwendet.

Heiztipps:

- ❁ Entfernen Sie vorhängende Gardinen, Heizkörperverkleidungen und Möbel, die vor den Heizkörpern und Thermostaten stehen.

Wieder ein starkes Immunsystem durch eine gesunde Darmflora

Von Heilpraktikerin Lisa Rauth

Vor ungefähr einem Dreivierteljahr kam eine 37-jährige Frau in meine Praxis. Sie ist von Beruf Lehrerin und leidet schon seit einigen Jahren unter dauernden Erkältungen. Alle 2 bis 3 Monate erwischt es sie wieder und mittlerweile ist sie schon verzweifelt, weil es immer schlimmer wird.

Eine genaue Befragung ergab, dass sie vor vier Jahren in ihrem Italien-Urlaub einen massiven Brechdurchfall erlitt und deshalb dort von einem Arzt ein Antibiotikum bekommen hatte. Das half auch, doch zurück blieb eine Veränderung des Darms. Seitdem war der Stuhlgang unregelmäßig, immer wieder kam es zu Durchfall, Blähungen und Bauchschmerzen. Eine Darmspiegelung ergab keinen Befund. Ja, und dann wurden die Erkältungen immer häufiger. Was ist hier geschehen?

In meiner langjährigen Praxis sehe ich sehr viel ähnlich gelagerte Fälle. Es ist an der Zeit, dass wir den Darm tatsächlich als die Zentrale des Immunsystems schätzen und respektieren sollten. Antibiotika können manchmal sinnvoll oder sogar lebensrettend sein, obwohl damit leider immer wieder „mit Kanonen auf Spatzen geschossen wird“. Und wenn man sie einsetzt, was passiert dann mit unserer wichtigen Darmflora?

Bei der Patientin war schnell klar, was vorliegt: eine Dysbiose der Darmflora, also eine bakterielle Fehlbesiedlung, die man mit einer



Foto: Privat

Heilpraktikerin
Lisa Rauth

Darmspiegelung natürlich nicht erkennen kann, sondern mit einer speziellen Stuhlanaalyse. Hier gilt unsere Aufmerksamkeit dem Wiederaufbau der gestörten Darmflora mit Hilfe von probiotischen Bakterienpräparaten und weiteren Heilmitteln aus der Natur, die uns helfen, die Darmschleimhaut und das Immunsystem wieder zu sanieren und aufzurichten. Denn: alle Schleimhäute sind



Foto: www.lazarus.at

Weiter auf Seite 22



die Erkenntnis, dass wir immerzu von vielen verschiedenen Mikroben umgeben sind. Ob Viren oder Bakterien, wir sind von Kopf bis Fuß damit besiedelt, außerdem sind sie in der Luft, im Atem und in der Erde. Hätte die Menschheit überlebt, wenn sie alle nur unseren Tod zum Ziel hätten? Nein, natürlich nicht!

Deshalb hier die gute Nachricht:

Der allergrößte Teil, nämlich höchstwahrscheinlich zwischen 99,9 Prozent oder sogar 99,99 Prozent aller Mikroben sind nicht nur ungefährlich. Nein, sie wirken aktiv an unserer Gesundheit und unserem Überleben mit. Das ist uns viel zu wenig bewusst: allein die Besiedlung unseres Darmes mit nützlichen Darmbakterien macht schon ca. 80 Prozent unseres funktionierenden Immunsystems aus.

Diese unsichtbaren kleinen Helfer, die zu Dutzenden von Billionen in unserem Darm leben, sind ein einziges Wunderwerk. Sie sind zuständig für die Nährstoffaufbereitung, die Produktion von Schutzstoffen und die Funktion des Immunsystems.

Tatsächlich können wir dieses „Wunderwerk an Zusammenarbeit für unsere Gesundheit“ mit der Vielfalt des Bodenlebens, die wir gerne im Garten haben, vergleichen. Auch hier spielt die Zusammensetzung des Humus eine entscheidende Rolle, ob darin gute Früchte, Gemüse, Blumen und vieles mehr gut wachsen können oder ob alles vor sich hin darbt.

Deshalb: Wenn wir im Garten arbeiten, gießen, Unkraut jäten und neue Pflanzen setzen, dann möge uns das Vorbild für die Pflege unseres Darms sein.

immunologisch miteinander vernetzt! In der alten europäischen Heilkunde, der Humoralpathologie oder auch Viersäftelehre genannt (Paracelsus, Hildegard von Bingen u.a.) gehören die Atemwege zum Verdauungstrakt dazu. Klingt seltsam, doch sie sind mit Schleimhaut ausgekleidet und werden von Immunkörpern aus dem Darm geschützt. Was in der Naturheilkunde schon lange bekannt ist, hat im Zusammenhang mit Corona wieder an Bedeutung gewonnen. Es geht um



Foto: by Jeremy Thomas on Unsplash



Symbolbild

**-25-
Jahre
Erfahrung!**

Probiotika mit spürbarer Qualität

- ✓ **Indikationsspezifische Produkte** – in klinischen Studien erfolgreich geprüft
- ✓ **Humanstämmige Symbionten** – erwiesene Überlebens- und Vermehrungsfähigkeit im Verdauungstrakt



Institut AllergoSan Deutschland (privat) GmbH

 www.omni-biotic.com

Zurück zu unserem Fallbeispiel. Was hat unserer Lehrerin geholfen? Sie nahm zuerst einen Monat lang das Probiotikum OMNiBiOTIC 10 täglich einen Beutel, danach über mehrere Monate das Probiotikum OMNiBiOTIC 6 täglich einen Beutel. Dazu MikroSan (30 ml pro Tag) zur Darmreinigung und Verbesserung des Darmmilieus, Metacare Colon Lecithin und die Schüßlersalze Nr. 4 (Kalium chloratum), Nr. 8 (Natrium chloratum), Nr. 9 (Natrium phosphoricum) sowie Nr. 10 (Natrium sulfuricum) je 10 Tabletten pro Salz pro Tag.

Heute ist sie sehr glücklich! Sie war in dieser Zeit nicht ein einziges Mal erkältet, der Stuhlgang ist wieder ganz normal, sie hat keine Beschwerden mehr, fühlt sich pudelwohl und die Stimmung ist richtig gut.

Wenn ich in ihr strahlendes Gesicht schaue, dann bin ich bestimmt so glücklich wie Sie, wenn Sie in Ihren prächtigen Garten schauen.

Ich wünsche Ihnen alles Gute und beste Gesundheit!

Ihre Lisa Rauth

Alfred-Delp-Straße 13,
97855 Triefenstein,
Tel.: 09395 878522
www.lisa-rauth.de,
info@lisa-rauth.de



Foto: Privat

Seminare in der Heilpraktikerschule naturopath

Darmstädter Straße 10, 64342 Seeheim,
Tel.: 06257 9696060,
hp-schule@naturopath.de

Dozentin: Lisa Rauth, Heilpraktikerin

❁ Schüssler Salze:

05. September 2020 + 20. Februar 2021
je von 10.00–17.00 Uhr

(die Inhalte bauen aufeinander auf, daher ist der Kurs nur gesamt buchbar)

❁ Effektive Darmsanierung

(Intensivseminar zum menschlichen Mikrobiom für Heilpraktiker, Heilpraktiker-Anwärter, Ärzte, Physiotherapeuten, Apotheker, PTA´s, Diätassistent/-innen, medizinisch vorgebildete Interessierte):

27.–29. November 2020
Freitag 18.00–21.00 Uhr, Samstag und Sonntag je 09.00–17.00 Uhr

❁ PPI & Antibiotika:

05. Dezember 2020 von 09.00–17.00 Uhr

❁ Chronisch entzündliche Darmerkrankungen:

06. Dezember 2020 von 09.00–17.00 Uhr

SELBST HEILEN

Brennnessel (Urtica dioica)

Ein Heilkraut mit zahllosen Wirkungen, ob als Tee, Elixier oder in Kapselform

Wer in Kontakt mit einer Brennnessel kommt, bemerkt dies ohne Zweifel. Die Haut brennt plötzlich, es bilden sich rote Quaddeln und die Stelle kribbelt. Das liegt an den Abwehrstoffen der Pflanze, die sich in den Brennhaaren befinden. Sobald man dem Kraut zu nah kommt, sondert die Pflanze aus diesen Haaren Stoffe wie Histamin und Ameisensäure aus. Die Brennnessel zählt seit alters



ZU VIEL FÜR DIE TONNE?



JETZT CONTAINER BESTELLEN!

Reso GmbH - Relystr. 14 - 64720 Michelstadt

☎ 0 60 61 - 96 00 0

www.container-odenwald.de

her zu den bekannten Heilpflanzen. Die Menschen ließen sich im Mittelalter angeblich mit der Pflanze auspeitschen. Das sollte gegen Rheuma und Gelenkprobleme helfen. Das wusste bereits Pfarrer Sebastian Kneipp. Er sprach dabei vom „Nesselpeltschen“.

Das Gartenunkraut enthält mehr Vitamin C als Zitrusfrüchte und ist zudem reich an Mineralien wie Eisen, Kalium und Magnesium und sekundären Pflanzenstoffen wie den Flavonoiden. Die Flavonoide sorgen zusammen mit dem Kalium für die entwässernde Wirkung der Blätter. Vitalnahrung auf Brennnessel-Basis wird nicht nur Ihren Körper von angesammelten Abfallstoffen entschlacken

(unterstützt somit auch das Abnehmen), sondern hilft auch bei Darmerkrankungen und wie erwähnt gegen Gelenkschmerzen.

- ❁ Extrakte aus Brennnesselblättern, -kraut bzw. Tee, Saft: hilft bei rheumatischen Beschwerden und entzündlichen Gelenkerkrankungen, Erkrankungen der Harnwege und Nierengrieß. Dabei ist auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten (nicht bei Erkrankungen anwenden, bei denen eine erhöhte Flüssigkeitszufuhr vermieden werden sollte!).
- ❁ Die Blätter können gegen eine aufkommende Blasenentzündung oder andere Harnwegsinfekte helfen.
- ❁ Brennnesstee wirkt blutreinigend und schleimlösend
- ❁ Brennnesselsaft hilft bei Müdigkeit
- ❁ Extrakte aus Brennnesselwurzel: hilfreich bei Prostatabeschwerden Stadium I und II. Die Einnahme bessert die Beschwerden beim Wasserlassen (regelmäßig beim Arzt vorstellig werden).
- ❁ Äußerlich: Tinkturen können als Haarwasser zur Pflege der Kopfhaut bei fettigem Haar und Schuppen verwendet werden.

Tee:

Kraut: 3 bis 4 Teelöffel feingeschnittenes Kraut werden mit 150 Milliliter siedendem Wasser übergossen und nach 10 Minuten Ziehen abgeseiht.



Foto: Mareffe - pixabay.com

Wurzel: 1 Teelöffel zerkleinerte Brennnesselwurzel wird mit kaltem Wasser angesetzt, etwa 1 Minute zum Sieden erhitzt und nach 10 Minuten abgeseiht.

Natürlich gibt es zahlreiche Brennnesselprodukte in Drogerien und Apotheken!

parzellers
WERBEMITTEL



www.parzellers-werbemittel.de

TIERISCH

Unterstützung für den Wildpark Alte Fasanerie Hanau/Klein-Auheim

Romulus und Remus – die Söhne der Wölfin

Die Zwillinge Romulus und Remus waren nach der römischen Sage die Gründer der Stadt Rom, ca. 750 vor Christus. Sie waren Söhne des Kriegsgottes Mars und der Tochter des Königs Numitor. Sie wurden von ihrem Großonkel in einem Korb auf dem Tiber ausgesetzt, weil er ihren Anspruch auf den Königsthron fürchtete. Sie wurden allerdings wieder ans Ufer des Flusses Tiber getrieben, dort von einer Wölfin entdeckt, angenommen und gesäugt.

Im Wildpark Alte Fasanerie in Hanau/Klein-Auheim sind Romulus und Remus keine Menschenkinder, sondern zwei Wolfswelpen vom Wildpark Edersee. Sie kamen Ende Juni in den Park, um die Einsamkeit der dort lebenden einjährigen Wölfin Leyla zu beenden. Leyla, die im letzten Jahr aus dem Tierpark Olderdissen in Bielefeld in den Wildpark kam, musste schon viele Schicksalsschläge erleiden. Beide Gefährten, Wolf Siegfried wie auch Wolf Richard, verstarben unerwartet. Umso schöner ist es, jetzt zu sehen, wie liebevoll und fürsorglich Romulus und Remus von Leyla versorgt werden. Auch die Wölfin hat, wie die gütige Wölfin in der römischen Sage, den hilflosen fremden Nachwuchs sofort adoptiert. Der Wildpark freut sich über Ihren Besuch!

Foto: Jaqui Ringeisen



**Leyla - ich
find das
klasse von
dir!**



Agrund der Covid-19-Pandemie fehlten dem Wildpark wichtige Einnahmen. Kosten für das Tierfutter, tierärztliche Behandlungen, Personal, Strom, Wasser etc. fielen trotzdem weiter an. In dieser Situation freut sich der Wildpark über Ihre Unterstützung. Spenden werden hierfür gerne angenommen:

Förderverein „Alte Fasanerie“ e. V.

Bankverbindung:
Sparkasse Langen-Seligenstadt
IBAN: DE49 5065 2124 0006 0210 00
Stichwort: Spende Wildpark

Herzlichen Dank!

Kastanien für die Hirsche im Wildpark Hanau/Klein-Auheim

Besuch im Forstamt Dieburg

Mit dem Thema „Natur, Klima und Umwelt“ setzen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des **Projekts „Werkstatt Zukunft U 25“ im Bildungswerk der Hessischen Wirtschaft Dieburg** schon länger intensiv auseinander. Aus diesem Grunde besuchte unsere Gruppe im letzten Herbst das Forstamt in Dieburg. Wir wurden dort von Förster Thomas Schmalenberg herzlich empfangen und durch die Räume geführt.

Vor dem Bildungswerk in Dieburg steht ein wunderschöner Kastanienbaum. Wir nutzen jedes Jahr die Jahreszeit und sammeln Kastanien, um sie dann anschließend dem Forstamt zu bringen. Denn von dort kommen die Kastanien in den Wildpark nach Hanau, um vor Ort an die Hirsche verfüttert zu werden.

Das Forstamt Dieburg ist verantwortlich für zirka 5000 Hektar Wald des Landes Hessen und etwa für 10.000 Hektar Kommunal- und Privatwald. Die Aufgabe besteht unter anderem darin, den Wald zu schützen, zu pflegen und zu nutzen. Die Mitarbeitenden des Forstamtes verbürgen sich für eine umfassende



Nachhaltigkeit aller Waldfunktionen. Der Rohstoff Holz, die Erholung für den Menschen, der Schutz von Tieren und Pflanzen und die Lieferung von sauberer Luft und Wasser haben dort eine wichtige Bedeutung. Eine möglichst naturnahe Entwicklung der Wälder erhält ihre Vielfalt, Stabilität und Variabilität in Zeiten des Klimawandels. Förster Schmalenberg erzählte von den greifbaren klimati-



Als Bildungsinstitution der hessischen Unternehmerverbände ermöglichen wir jungen Menschen einen erfolgreichen Einstieg in das Berufsleben, qualifizieren und beraten Beschäftigte sowie Ausbildungs- und Arbeitsuchende. Unser Ziel ist die Vermittlung in Arbeit und / oder Ausbildung.

Bildungswerk der Hessischen Wirtschaft e.V.
Dieburg • Industriestraße 15 • Tel. 06071 20871-0
Michelstadt • Frankfurter Str. 37 • Tel. 06061 9438-0
Darmstadt • Rheinstraße 94-96 a • Tel. 06151 2710-0
www.bwhw.de

**BILDEN.
BERATEN.
INTEGRIEREN.
VERNETZEN.**

schen Veränderungen auch in Dieburg. Die letzten beiden Sommer waren geprägt von viel zu wenig Niederschlagsmengen. Der Wald ist vertrocknet und sogar die unverwüstliche Eiche droht den Kampf gegen das Klima zu verlieren. Wir hörten interessiert, aufmerksam, aber auch betroffen den Ausführungen des Försters zu und kamen gemeinsam zu der Erkenntnis, noch bewusster mit unserer Umwelt umzugehen.

Jeder von uns kann etwas tun, zum Beispiel Vermeidung von Plastikmüll, Kauf von regionalen Produkten, saisonal kochen usw. Nachhaltigkeit fängt eben bei uns an!

Wir freuen uns, auch in diesem Jahr wieder Kastanien aufzusammeln, um damit den Hirschen eine Freude bereiten zu können. Und vielleicht habt Ihr ja auch Lust, mitzumachen!

**Teilnehmerinnen und Teilnehmer
von Werkstatt Zukunft U 25**



**Na ihr
HIRSche -
dann LASST
ES EUCH
SCHMECKEN!**



Informativ und benutzerfreundlich: Neues Design für die Website des Zoo Vivarium

Das neue Layout und neue Zusatzfunktionen führen die Bürgerinnen und Bürger schnell zum Ziel

Informativ und benutzerfreundlich – unter diesen Gesichtspunkten hat der Zoo Vivarium der Wissenschaftsstadt Darmstadt seine Website www.zoo-vivarium.de unter Aufwendung eigener Mittel überarbeitet und neu gestaltet. In einem modernen Design bietet die neue Website den Bürgerinnen und Bürgern in leicht zugänglicher Form alle Informationen rund um den Darmstädter Tiergarten.

In lesefreundlich aufbereiteter Form informiert die Website über Öffnungszeiten, Eintrittspreise und Veranstaltungen, über die historische Entwicklung des Zoos und dessen Förderer, über aktuelle Stellenangebote, über die Barrierefreiheit und das Café Eulenpick, über den Tierbestand, Tierpatenschaften und den Beitrag des Zoo Vivarium zur Erhaltung bedrohter Tierarten.

Wichtige Neuerungen:

Ein Veranstaltungskalender, über den sich Informationen zu Führungen, Workshops, Bastelkursen, Kindergeburtstagsangebote usw. abrufen lassen; Online-Formulare, mit denen man sich für eine Veranstaltung an-



melden kann; ein immer sichtbares Suchfeld inkl. einer Autovervollständigen-Funktion zum schnellen Auffinden der gewünschten Information.

Durch das überarbeitete Design, den Veranstaltungskalender und das neue, stets sichtbare Suchfeld finden sich die Nutzerinnen und Nutzer schnell auf der neuen Seite zurecht. Online-Formulare ermöglichen es den Bürgerinnen und Bürgern, sich rund um die Uhr mit ihrem jeweiligen Anliegen unkompliziert an den Zoo Vivarium zu wenden.

WISSENSWERT

Die Herbstmonate: September, Oktober, November – wo kommen die Namen eigentlich her?

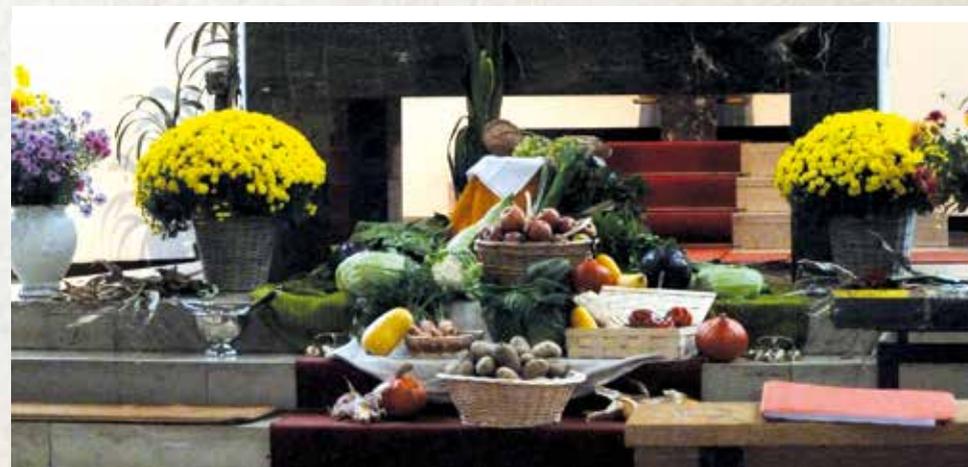
Der **September** ist der erste Monat im Herbst und gleichzeitig der neunte Monat des Gregorianischen Kalenders. Sein Name lässt allerdings andere Schlüsse zu, denn September lässt sich ableiten vom lateinischen Wort „septem“, was „sieben“ bedeutet. Um 153 vor Christus war der September noch der siebte Monat des Jahres. Alte deutsche Namen sind zum Beispiel Herbstmond oder Holzmond.

Der **Oktober** lässt sich von dem lateinischen Wort „octo“ ableiten, was „acht“ bedeutet. Denn in der Antike rechnete man mit

einem anderen Kalender und auch als der Julianische Kalender (benannt nach dem römischen Herrscher Julius Cäsar) eingeführt wurde und der Oktober an die zehnte Stelle rückte, behielt man den Namen bei. Im Mittelalter galt dieser Herbstmonat als heilig und viele Menschen, auch Könige, heirateten im Oktober. In Deutschland sagte man früher auch oft Weinmonat, da nun die Weinlese stattfindet.

Das Erntedankfest wird im Oktober gefeiert. Mit diesem Fest möchte man sich bei Gott für die gute Ernte bedanken.

Der folgende Monat ist der **November**. In dieser Zeit des Spätherbstes ist es schon kalt und dunkel. Sein Name leitet sich von dem lateinischen Wort „novem“ ab, was „neun“ bedeutet. Deutsche Namen für den heutigen elften Monat des Jahres sind Windmond und Nebelung.



BUCHEMPFEHLUNG



der Buchhandlung „Zum Roten Hering“
aus Höchst:



Das Seelenleben der Tiere

Peter Wohlleben
ISBN: 978-3453280823

(auch als
mp3-CD
erhältlich)



Sie lesen nicht irgendwas.
Also kaufen Sie nicht irgendwo.
Kaufen Sie hier, wo Bücher wertgeschätzt werden.

Buchhandlung
ZUM ROTEN HERING

Erbacher Straße 42
64739 Höchst im Odenwald
06163-9399365

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 9:00-12:00 und 14:00-18:00
Sa 9:30-13:00

Fürsorgliche Eichhörnchen, treu liebende Kolkkraben, mitfühlende Waldmäuse und trauernde Hirschkühe – sind das nicht Gefühle, die allein dem Menschen vorbehalten sind? Anhand neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse und anschaulicher Geschichten nimmt Peter Wohlleben uns mit in eine kaum ergründete Welt: die komplexen Verhaltensweisen der Tiere im Wald und auf dem Hof, ihr emotionales und bewusstes Leben. Und wir begreifen: Tiere sind uns näher, als wir je gedacht hätten!

Mach mit beim Gewinnspiel –
der Gartenfrosch verlost eine CD!

KREATIV FÜR GROß UND KLEIN

Halloween mit Hexen und Kürbisköpfen

Alle Kinder lieben Halloween, den Gruselspaß in der Nacht des 31. Oktober. In vielen Häusern werden die Zimmer mit schaurig schönen Dekorationen geschmückt und kostümierte Kinder treffen sich, um in der Nachbarschaft mit dem Spruch „Süßes oder Saures“ Süßigkeiten einzufordern. Vielleicht beginnt Ihr einfach schon mal mit Euren Vorbereitungen oder malt das Halloween-Mandala aus.



Mandala: Johanna Schaum

■ Wir bemalen Kürbisse

Material: Kürbisse, Pinsel, Acrylfarbe

Sucht Euch einen schönen Kürbis aus, den Ihr nach Belieben mit Acryl oder auch „Edding-Stiften“ (Permanentmarker) anmalen könnt. Natürlich dürft Ihr den Kürbis auch aushöhlen. Dabei werden Euch Eure Eltern sicherlich helfen. Und dann kann Halloween kommen!

Den Kürbis bemalen

- Den Kürbis abbürsten und grob vom Dreck befreien. Zum Reinigen könnt Ihr ein weiches Tuch mit etwas Wasser verwenden.

- Zum Bemalen eignet sich am besten Acrylfarbe.
- Zum Auftragen der Farbe nehmt Ihr bitte Pinsel in verschiedenen Stärken. Für feine Linien eignen sich auch Wattestäbchen. Bemalt den Kürbis so wie es Euch gefällt. Eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt!

Auf dem Foto seht Ihr einige Gestaltungsideen.

**Ganz viel
Spaß dabei!**

**Quak!
Da leg ich
doch gleich
mal los!**



Einfach und lecker: Rezeptidee

■ Bunter Gemüseauflauf

Zum klassischen Gemüse ist der bunte Gemüseauflauf eine schöne Alternative.

Zutaten für 4 Personen:

- 300 g rote Paprikaschoten
- 600 g Zucchini
- 500 g Brokkoli
- 270 g Möhren
- 125 ml Wasser
- 1 EL Gemüsebrühe (Glas)
- 250 Crème fraîche oder alternativ Ziegenkäse
- 100 g Gouda oder veganer Käse gerieben

Arbeitszeit: ca. 20 Min

- Zuerst den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze (170 Grad Umluft) vorheizen.
- Im zweiten Schritt die Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Streifen schneiden. Zucchini putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Brokkoli putzen, waschen und in Röschen teilen. Gemüse in eine flache Auflaufform geben.
- Im dritten Schritt Möhren putzen, waschen, schälen, raspeln und auf dem Gemüse in der Auflaufform verteilen.
- In einem Topf Wasser zum Kochen bringen und die Gemüsebrühe auflösen. Topf von der Kochstelle nehmen



**GUTEN
APPETIT!**



und Crème fraîche unterrühren (der Gartenfrosch hat Ziegenkäse oder veganen Streichkäse dafür verwendet, besser bei Laktoseintoleranz!). Die Soße über den Auflauf gießen. Im Backofen zirka 20 Minuten garen.

- Zuletzt Gouda oder veganen Käse darüber verteilen und weitere 20 Minuten überbacken. Auf Tellern anrichten und servieren. Dazu passen Salzkartoffeln oder Reis.

Ganz einfach, schnell und super lecker für den Herbst!

Nachgedacht!



Die Geschichte von den zwei Wölfen

Ein alter Indianerhäuptling erzählt seinem Enkel:

„In meiner Brust wohnen zwei Wölfe. Einer ist der Wolf der Dunkelheit, der Angst, des Misstrauens, der Verzweiflung und des Neides.“

Der andere ist der Wolf des Lichtes, der Liebe, der Lust und der Lebensfreude.“

Da fragt der Enkel: „Und welcher wird gewinnen?“ Der alte Indianer antwortet: „Der, den ich füttere.“



KOMM´ doch mal vorbei – TERMINE RUND UM DIE NATUR!

Museen

Schloss Fechenbach Dieburg

Di.–Sa. 14–17 Uhr, So. 11–17 Uhr

Weltkulturerbe Messel

Besucherzentrum täglich von 10–17 Uhr

Naturschutzscheune

Reinheimer Teich, Terminkalender:

www.naturschutzscheune.de

Museum Reinheim

Wohnen und Wirtschafte zur

Jahrhundertwende; So. 14.30–17 Uhr

Gruberhof

Handwerk und Geschichte

Raibacher Tal 22, 64823 Groß-Umstadt

www.gruberhof-museum.de

Deutsches Drachemuseum

In der Stadt 2, 64678 Lindenfels; Ausstellung:

„Der Weltdrache und Tatzelwürmer“,

Sa., So. und Feiertage 14–17 Uhr

Senckenberg Forschungsinstitut und Naturmuseum

Senckenberganlage 25,

60325 Frankfurt am Main

www.senckenberg.de/frankfurt

www.senckenberg.de/veranstaltungen

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene;

Öffnungszeiten: Montag, Dienstag, Donners-

tag, Freitag 09–17 Uhr; Mittwoch 09–20 Uhr,

Samstag, Sonntag und Feiertage 09–18 Uhr;

neu: Sommernacht und Streifzug durch

Museum ([https://museumfrankfurt.sencken-](https://museumfrankfurt.senckenberg.de/de/kalender/)

[berg.de/de/kalender/](https://museumfrankfurt.senckenberg.de/de/kalender/)) – Führungen für Familien
und Kleingruppen wieder buchbar!

Kooperationsausstellung im Senckenberg-

Naturmuseum: Edmonds Urzeitreich –

Eine Dinograbung in Frankfurt; vom 4. Juni

bis 25. Oktober 2020



Experiminta

Hamburger Allee 22-24,

60486 Frankfurt am Main

Tel.: 069 7137969-0

www.experiminta.de

Öffnungszeiten: Mo. 9–14 Uhr,

Di. bis Fr. 09–17 Uhr, Sa., So. und Feiertage

10–18 Uhr, in den Ferien: jeden Tag 10–18 Uhr

Tierparks

Wildpark „Alte Fasanerie“

Fasaneriestraße 106,

63456 Hanau/Klein-Auheim

www.erlebnis-wildpark.de

Öffnungszeiten: 01.03. bis 31.10.:

09–18 Uhr (Parkschließung 19 Uhr)

01.11. bis 28.02.: 09–16 Uhr

(Parkschließung 17:00 Uhr)

Der Wildpark ist ganzjährig

täglich geöffnet

Wildpark Brudergrund

Erbach
Ganzjährig und durchgehend geöffnet,
kostenfrei

Vivarium Darmstadt

Täglich geöffnet.
April bis September: 09–19 Uhr,
Oktober: 09–18 Uhr,
November bis Februar: 09–17 Uhr,
Kassenschluss ist jeweils 1 Stunde früher.
www.zoo-vivarium.de, Tel.: 06151 1346900

■ TIPP: Parkanlagen

Kurpark Bad König

An den Seen, 64732 Bad König

Englischer Garten Eulbach

(einer der ältesten archäologischen Parks
und zugleich ein Landschaftstierpark)
Jagdschloss 1, 64720 Michelstadt
Tel.: 06061 706042
Öffnungszeiten: ganzjährig, täglich 09–18 Uhr

Park Rosenhöhe Darmstadt (siehe Foto oben)

Royesstraße, Darmstadt
rund um die Uhr geöffnet, freier Eintritt

Herrngarten

Landwehrstraße, Darmstadt

Mathildenhöhe Darmstadt

(siehe Foto rechts)
Olbrichweg

Hessisches Landesmuseum Darmstadt

Friedensplatz 1, 64283 Darmstadt

Archäologischer Park

„Römische Villa Haselburg“
Höchst – Hummetroth (beschildert)
www.haselburg.de



Märchenwald Obrunnschlucht

Rimhorner Straße, 64739 Höchst i.Odw.

Felsenmeer

Felsenmeer-Informationszentrum,
Seifenwiesenweg 59, 64686 Lautertal
ganzjährig geöffnet, freier Eintritt

■ Einrichtungen

naturopath®Schule für Heilpraktiker

Darmstädter Straße 10, 64342 Seeheim
Interessante Fachfortbildungen im
Spätsommer/Herbst

- Start Ausbildung zum Heilpraktiker
und Heilpraktiker Psychotherapie
- Start Ausbildung Akupunktur und
Meridianlehre
- Start Aromatherapie – Grundkurs
- TBT-Tom Bowen-Therapie
- Schüßler Salze
- Ohrakupunktur
- Verhütung / Pille & Co. Workshop I (Jugend)
- Schädelakupunktur nach Yamamoto
- Notfall refresher
- Labor ganzheitlich
- Verhütung / Pille & Co. Workshop II
(Wechseljahre)
- Systembrett/Familienbrett
- Kinesiologie / 3D Integration
- Schemaberatung/Coaching
- Effektive Darmsanierung
- Darm / PPI & Antibiotika
- Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

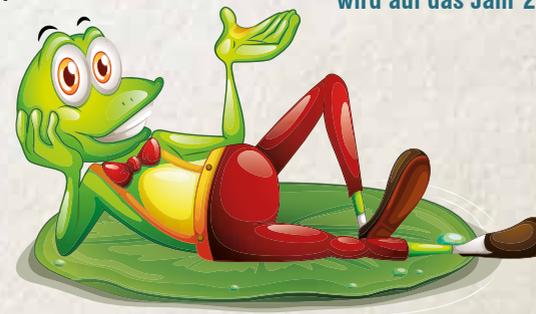
Anfragen gerne telefonisch unter:

Tel.: 06257 9696060; nähere Infos unter:

www.naturopath.de

Mehrgenerationenhaus Groß-Zimmern

offener Begegnungsort
Otzbergring 1+3,
64846 Groß-Zimmern
Tel.: 06071 618999



Reparatur-Café, KochBar – Gemeinsam lernen, kochen und essen

Krabbelgruppen im MGH

Foodsharing: Freitags ca. 15 Uhr
Mehr unter: www.foodsharing.de
Siehe weitere Termine im Artikel „Foodsharing“
in der Rubrik „Aktuelles aus der Region“

Treffpunkt K-Punkt

im Bürgerzentrum Stadtmühle
Am Hexenturm 6, 64832 Babenhausen
Öffnungszeiten: Mittwoch 09–11.30 Uhr
Kommunikation, Kunst, Kennenlernen,
Kreativität, Kochen...

Treffpunkt Café Sophie

im Bürgerzentrum Stadtmühle,
Am Hexenturm 6, 64832 Babenhausen
Infos unter Tel.: 06073 7238816
Quartiersbüro Christiane Hucke,
Termine bitte anfragen

■ NATUR-Veranstaltungskalender

www.nabu-kv-dieburg.de

Termine vorher bitte anfragen

Das geplante, angekündigte

Hayner Burgfest 2020

vom 11.–13. September 2020

**Dreieichenhain, entfällt aufgrund der
aktuellen Situation. Das Programm
wird auf das Jahr 2021 verschoben!**

Lachen ist gesund



Herbstwitze

❁ In der Religionsstunde fragt der Pfarrer: „Wer kann mir sagen, wie lange Adam und Eva im Paradies waren?“
„Bis zum Herbst“, antwortet ein Schüler.
„Wieso bis zum Herbst?“
„Weil dann die Äpfel reif sind!“

❁ Zwei Bären sitzen in ihrer Höhle und schauen zu, wie im Herbst das Laub von den Bäumen fällt.
Meint einer der Bären: „Eines kann ich dir sagen, irgendwann lasse ich den Winterschlaf doch mal ausfallen und sehe mir den Typen an, der im Frühling immer die Blätter wieder an die Bäume klebt!“

❁ Häschen kommt im Herbst zum Gärtner: „Haddu lose Blätter?“
Gärtner: „Massenhaft.“
Häschen: „Muddu Buch binden lassen.“

❁ Zwei Zahnstocher wandern durch den Wald und sehen einen Igel. Meint einer zum anderen: „Wusste gar nicht, dass hier auch Busse fahren!“

❁ Zwei Pilze im Wald.
Es fängt an zu regnen: „Komm wir geh ´n zu Fuß Pilz.“ Darauf der andere: „Lass uns lieber Fliegen Pilz!“



Grafik: brgfx – freepic.com

❁ Ein Vampir fährt allein auf einem Tandem und wird von der Polizei angehalten. „Haben Sie etwas getrunken?“
„Nur zwei kleine Radler!“



GEWINNSPIEL



Die Antwort des letzten Gewinnspiels lautet:
„Der Hirsch“ ist der König des Waldes.

Der Gartenfrosch verlost in diesem Magazin eine mp3-CD „Das Seelenleben der Tiere“ von Peter Wohlleben und zwei Kindereintrittskarten für den Wildpark „Alte Fasanerie“ in Hanau.

So machst du mit:

Schreibe uns die Lösung des anschließenden Rätsels, deine Adresse und Telefonnummer per E-Mail an verlag@kerstin-schaum.de oder schicke eine Postkarte an Verlag Schaum, Magazin Gartenfrosch, Otzbergstraße 5, 64739 Höchst.
Einsendeschluss: 20.11.2020 (Rechtsweg und Barauszahlung ausgeschlossen).

Auf diesem Wege wünscht Euch das Magazin **GARTENFROSCH** einen schönen goldenen Herbst. Genießt die Natur und die Ferien. Wir sehen/lesen uns im Winter – vor den Weihnachtsferien – wieder. Darauf freuen wir uns schon heute. Bis dahin lasst es Euch gut gehen. Schickt uns bitte Eure regionalen Termine, Beiträge, Berichte und Anzeigen – rund um Natur, Umwelt und Tier – gerne an die Adresse:
verlag@kerstin-schaum.de

Wir freuen uns darauf.
Herzliche Grüße
Euer Gartenfrosch



Gewinnspiel:



Am 31. Oktober ist Halloween. Was heißt Halloween eigentlich übersetzt?

❁ Fest der Geister

❁ Süßes oder Saures

❁ der Abend vor Allerheiligen



Ich weiß es ...!



Starbild

Das Wildschwein

Steckbrief:

Säugetier, Aussehen: braun-graues Fell
Größe: 1,2–1,8 m
Gewicht: 70–200 kg, Alter: 8–12 Jahre

Ernährung: Allesfresser
Nahrung: Aas, Bucheckern, Eicheln, Früchte, Sämereien, Insekten, Pilze, Wurzeln

Verbreitung: Europa, Asien, Afrika, Nordamerika, Südamerika, Australien

Schlaf-Wach-Rhythmus: nachtaktiv

Lebensraum: unspezifisch, bevorzugt Laub- und Mischwälder

Natürliche Feinde: Bär, Wolf

Geschlechtsreife: ca. mit dem zweiten Lebensjahr

Paarungszeit: November bis Januar

Tragzeit: 100–120 Tage
Wurfgröße: 4–12 Jungtiere

Sozialverhalten: Familienverbund



Foto: MikeWildadventure - pixabay.com

Interessant zu wissen:

- ❁ Das Wildschwein zählt zur Familie der Altweltschweine und bezeichnet eine Art echter Schweine, die in ganz Europa und in weiten Teilen Westasiens und Nordafrikas beheimatet sind.
- ❁ Auffallend sind beim Wildschwein der wie ein Keil geformte Schädel und die zu einem Rüssel verlängerte Nase sowie die verhältnismäßig winzigen Ohren und Augen.
- ❁ Die männlichen Tiere werden als Keiler bezeichnet und besitzen verlängerte Eckzähne, die sogenannten Hauer. Diese ragen an Ober- und Unterseite deutlich aus dem Maul und dienen als scharfe Waffen.
- ❁ Die als Bachen bezeichneten Weibchen besitzen ebenfalls Eckzähne, diese sind jedoch deutlich kürzer als die Hauer der Männchen.

- ❁ Die Paarungszeit der Wildschweine erstreckt sich von November bis Januar. Die Frischlinge werden nach einer Tragzeit von vier oder fünf Monaten geboren und sind durch die Längsstreifen in ihrem Fell gut getarnt. Sie werden drei Monate gesäugt und verlieren ihre Frischlingszeichnung im Alter von einem halben Jahr.

- ❁ In freier Wildbahn lebende Wildschweine werden durchschnittlich zwischen acht und zwölf Jahre alt. Bei Tieren, die in menschlicher Obhut leben, beträgt die Lebenserwartung bis zu dreißig Jahren.

IMPRESSUM

GARTENFROSCH

Das Natur- und Umweltmagazin

Herausgeberin:

Kerstin Schaum, Verlagshaus
Otzbergstraße 5, 64739 Höchst
Telefon: 06163/2039999
E-Mail: verlag@kerstin-schaum.de

Anzeigen:

Kerstin Schaum

Druck:

Rindt-Druck GmbH & Co. KG, Fulda

Verteilung:

kostenlos in Schulen, Bildungseinrichtungen, öffentlichen Einrichtungen, Freizeiteinrichtungen, Cafés, Geschäften, Banken, Apotheken, Arztpraxen, Krankenhäusern, Forstämtern, Tierparks... Region Südhessen (Landkreis Darmstadt Dieburg, Odenwaldkreis und darüber hinaus...)

Der Verlag übernimmt keine Haftung für Übermittlungsfehler jeglicher Art. Informationen sind nach bestem Wissen und Gewissen überprüft. Es kann keine Gewähr übernommen werden. Alle Angaben sind Vorschläge und stellen keine Garantie oder verbindliche Handlungsempfehlung dar.

Ein PDF des Gartenfrosch-Magazins zum Download finden Sie unter www.kerstin-schaum.de

Fotos: Ohne Fotohinweis: Kerstin Schaum; andere: Fotonachweis am Bild

Frosch-Illustrationen by Brgfx / Freepik.com

**Energiekosten senken.
Immobilienwert steigern.
Klima schützen.**



Die LandesEnergieAgentur Hessen GmbH:
Ihre Partnerin für Energieberatung bei Wohngebäuden.

**Kostenlose Energie-
impulsberatung:**

**Besuchen Sie uns auf unserem
HESA-Messestand!**



HESSEN



Hessisches Ministerium
für Wirtschaft, Energie,
Verkehr und Wohnen

HESSEN



LANDES
ENERGIE
AGENTUR

**Die Hessische Energiespar-Aktion
(www.energiesparaktion.de) ist ein Angebot
der LandesEnergieAgentur Hessen GmbH.**