

NEWSLETTER Herbst 2024



Liebe Gartenfreundinnen und Gartenfreunde, sehr geehrte Kooperationspartner, der Lehrgarten wechselt seine Farben – sehr späte Astern zeigen sich in Blau und Pink, Feuerdornbeeren leuchten in Gelb, Hagebutten in Rot und das Blattwerk wechselt von Grün über Rottöne ins Braune.

Unsere Birke: Süße Nahrungsquelle für Hornissen und Schmetterlinge

Im Lehrgarten lieben die Hornissen (Europäische Hornisse, *Vespa crabo*) den süßen Saft der Birke: Bis in den Herbst hinein nutzen sie für ihre eigene Ernährung neben reifem Fallobst auch zuckerhaltige Baumsäfte. Dazu verletzen sie Rinde sowie äußere Holzschichten und erweitern die Bohrlöcher nach Bedarf. Häufchen von Holzspänen weisen auf die Bohrung hin. Nur sehr selten sammeln die Hornissen selbst Blütennektar und Pollen, jagen aber andere Blütenbesucher als eiweißhaltige Nahrung für ihre Brut. Auch Schmetterlinge wie die Admirale (*Vanessa atalanta*), die inzwischen auch hier überwintern können, wollen im Herbst noch von dem energiereichen Saft kosten.



Der klare Birkensaft ist reich an Vitamin C, B-Vitaminen, Enzymen, Aminosäuren, Mineralstoffen und Antioxidantien. Durch einen natürlichen Zuckergehalt von etwa zwei Prozent hat er einen leicht süßen Geschmack. Hingegen wird der sogenannte „Birkenzucker“ Xylit industriell aus Rinde und Holz hergestellt und ist nicht in dem Saft enthalten. Vor allem in

ländlichen Gegenden Osteuropas, Skandiaviens und Russlands wird Birkensaft gezapft (entsprechend dem Ahornsirup in Nordamerika). Waldarbeiter schätzten ihn früher als leicht verfügbares gesundes Getränk mit heilender Wirkung. Die Gewinnung durch den Menschen sollte aber nur im Vorfrühling und bei Bäumen mit Stammumfang über 60 cm erfolgen. Dazu wird der Birkenstamm in Höhe von zwei Metern etwa zwei bis fünf Zentimeter tief angebohrt. Durch dieses Loch tritt der Birkensaft aus und kann aufgefangen werden. Im Frühjahr und nach einem Baumschnitt kann eine Birke sehr stark bluten. Durch das kleine Bohrloch der Hornissen wird unsere Birke aber nicht wesentlich geschädigt: der Baum kann das Loch selbst mit Harz verschließen.

Seit diesem Herbst im Lehrgarten: Fiona und Marin im FÖJ



Hallo, mein Name ist **Fiona** und ich komme aus Heddesheim. Schon länger war mir klar, dass ich nach meinem Abitur an einem Ladenburger Gymnasium nicht direkt an eine Universität möchte, sondern ein freiwilliges Arbeitsjahr absolvieren will. Durch Info-Tage an meiner Schule bin ich auf die Möglichkeit eines Freiwilligen Ökologischen Jahres (FÖJ) gestoßen, das mich auch auf Studiengänge wie Stadtplanung oder Landschaftsarchitektur vorbereiten kann. Im Lehrgarten liegt der Schwerpunkt auf praktischer Arbeit im Freien mit lebenden Pflanzen und wirklichem Werkzeug, was mir für dieses Jahr sehr entgegenkommt. Eines meiner Jahres-Projekte ist daher auch das Anlegen eines Herbariums zum Thema Heilkräuter, die vielfältig im Lehrgarten zu finden sind. Dass ich zudem auch - zusammen mit vielen netten Leuten - fünf mehrtägige Seminare des LpB Baden-Württemberg und andere Fortbildungen zu ökologischen Themen besuchen kann, rundet mein FÖJ für mich perfekt ab.

Mein Name ist **Marin**, ich wohne in der Neckarstadt und bin seit September zuerst als Ehrenamtlicher und jetzt mit einer FÖJ-Stelle im Lehrgarten tätig. Meinen Realschul-Abschluss habe ich im Sommer 2024 im „Anderen SchulZimmer“ gemacht, da ich zuvor lange krank war. Fahrradfahren und daran herumschrauben ist eines meiner Hobbies, und natürlich komme ich auch mit dem Fahrrad in den Lehrgarten. Bei der Pflege unseres Schrebergartens und unseres total begrünten Balkons helfe ich gern, mag die Arbeit im Freien und will mehr über die Tätigkeiten und Aufgaben eines Gärtners erfahren. Ich interessiere mich für verschiedene Pflanzen – nicht nur für die essbaren, sondern auch für Heilkräuter und Zierpflanzen. Das ist im Lehrgarten mit seiner Vielfalt bestimmt möglich. Außerdem will ich hier das Thema „Feuer“ bearbeiten: Feuer machen mit dem Feuerbohrer, mit Feuerstein und Schlagstahl, verschiedene Zunder und Schichtungen von Holz. Da ich bis jetzt wenig Kontakt zu Kindern hatte, bin ich gespannt auf die umweltpädagogischen Projekte mit solchen Gruppen. Die kommenden Monate mit neuen Erfahrungen können mir bestimmt helfen, mich im nächsten Sommer vielleicht für eine Ausbildung als Gärtner zu entscheiden.



Aufräumaktion „Wir schaffen was“ am 21.09.24

Bei bestem Spätsommerwetter und hochmotivierten Helfenden wurde der Platz für die zukünftige **Freiluft-Werkstatt** vorbereitet. Viele Steine, Platten, Beton-Reste, die Teile des alten Gewächshauses und seit Jahren gelagerte andere Baustellenteile wurden mit reiner Muskelkraft sortiert, zu neuen Einsatzstellen im Gartengelände transportiert oder zur Entsorgung gerichtet. Unser allerherzlichster Dank geht deshalb an unsere tatkräftigen Ehrenamtlichen **Utz, Jan, Martin, Michael, Klaus** und **Sabine**, unterstützt durch Elke und Fiona vom Lehrgarten-Team und lecker versorgt von Katja mit Kürbissuppe und Kräuter-Baguette. Ohne eure Unterstützung hätten wir das alles nicht geschafft, ihr alle habt großartigen Einsatz gezeigt und wirklich tolle Arbeit geleistet!



Der Pflanzendoktor empfiehlt:

- Lassen Sie in einer Ecke des Gartens Blätter, Reisig und Zweige für **Igel** liegen, die damit ihre Nester isolieren oder sogar hier Winterschlaf halten. Je größer der Haufen, desto besser ist die Wärmedämmung. Igel sind nachtaktive Tiere! Nur junge Tiere, die tagsüber unterwegs sind, apathisch wirken und unter 400 g wiegen, brauchen Hilfe. Dann unbedingt bei Fachleuten (Tierarzt, Igelstation, Veterinäramt) Rat suchen, die richtige Pflege ist sehr anspruchsvoll!
- Unsere **Dahlienknollen** bleiben inzwischen auch in den kalten Monaten in ihren Beeten. Nach dem ersten Frost schneiden wir die Stiele bis auf eine Handbreit zurück und bedecken Pflanzen und Erde mit einer dicken Schicht Herbstlaub (möglichst ohne Früchte/Samen). Eine oberste Schicht Heu oder letzter Rasenschnitt verhindert, dass die trockenen Blätter verweht werden.
- Im **Nutzgarten** sollten abgeerntete Beete nicht brach liegen. Wenn keine Winterfrucht wie Spinat oder Feldsalat gesät wurde, können die Beete mit einer dicken Schicht Laub oder anderem – möglichst aus dem Garten - gemulcht werden. Damit erhält man das reiche Bodenleben in seiner wichtigen Schichtung. Das früher übliche Umgraben mit anschließender Frostgare der Schollen (falls es noch richtige Frostperioden gibt...) ist nur bei sehr schwerem Lehmboden sinnvoll.



ZENTRALER MANNHEIMER » LEHRGARTEN «

NEWS LETTER

Sommerferien-Programm der AWO im Lehrgarten

Auch in diesem August 2024 wurde vom Jugendwerk der AWO Mannheim wieder ein tolles Sommerferienprogramm für Kinder im Lehrgarten angeboten. In zwei Wochen konnten insgesamt 36 Kinder die vielfältige Natur des Lehrgartens entdecken und das spannende Programm genießen. Betreut durch ein ehrenamtliches Team gab es eine Schnitzeljagd und viele tolle Spiele, aber es wurden auch sehr kreativ Jute-Beutel und Pflanzentöpfe bemalt, Hölzer geschnitzt sowie Traumfänger und Armbänder gebastelt. Aufregend waren auch die Ausflüge in den Herzogenried-Park mit seinen Streichtieren und in den Käfertaler Wald, wo die Kinder gemeinsam Tipis bauten. Diese Wochen waren für die Kinder voller unvergesslicher Abenteuer und es sind viele neue Freundschaften entstanden. Falls Sie die nächsten Angebote des Jugendwerks nicht verpassen wollen, melden Sie sich bitte für den Newsletter an: jugendwerk@awo-mannheim.de



Ein voller Erfolg: Der erste Herbstmarkt der AWO im Lehrgarten

Der Wettergott war uns und unseren Besuchern am 19. Oktober wohlgesonnen und so kamen im Lauf des Samstags über 300 große und kleine Gäste in den Lehrgarten. Vor allem die Kinder vergnügten sich mit Stockbrot am Lagerfeuer, höhlten Halloween-Kürbisse aus, schälten begeistert Äpfel mit der Schälmaschine oder schnitzten, betreut durch den Kindergarten Krabbelkäfer, hübsche Anhänger aus Holz. Bei zwei Führungen für Garteninteressierte wurde das neue Konzept des Lehrgartens vorgestellt, während andere Gäste die Sprechstunde des Pflanzendoktors zur Beratung nutzten. Stände mit Informationen des Imkers über Honig und Honigbienen, mit der Verkostung von Quittenbrot und Quittengelee aus den Früchten unserer Bäume oder mit Kürbissen in vielfältigen Farben und Formen sowie das Angebot von feinsten Essigvariationen passten bestens zum Thema Herbst. Und natürlich gab es zur allgemeinen Stärkung deftige Kürbissuppe und süße Crêpes!



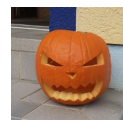
Neues vom Stadtökologischen Zentrum (SÖZ) am Stollenwörthweiher

Der bei Kindern, Eltern und Großeltern beliebte **Donnerstags-Treff für jede*n** ist nun in der Winterpause, wird aber im Frühjahr 2025 wieder angeboten werden.



Herbstzeit ist immer auch Kürbiszeit!

Von den Teilnehmenden der JumpPlus-Maßnahme wurde das Stadtökologische Zentrum zu Halloween in die richtige November-Stimmung versetzt und mit gruseligen Kürbisköpfen ausgestattet.



Adventsmarkt Mit Weihnachtsbaum-Verkauf



Wann: 05./ 06.12.2024, 15 - 19 Uhr
Sa., 07.12.2024, 10 - 14 Uhr

Wo: Stadtökologisches Zentrum (SÖZ)
Alberichstr. 98b, 68199 Mannheim

Freuen Sie sich auf

- heiße Getränke, Waffeln, Crêpes, Stockbrot, Weihnachtsgebäck u.v.m.
- Stände mit tollen Geschenkideen (Weihnachtsdekoration, (Holz-) Handarbeiten u.v.m.)

Gefertigt und angeboten von und mit unseren Klient:innen aus verschiedenen sozialen Bereichen.

Rückfragen beantworten wir gerne: 0171 8327016

GEMEINSCHAFTSWERK
ARBEIT & UMWELT e. V.



In der **Adventszeit** lädt das **Stadtökologische Zentrum (SÖZ)** wieder herzlich ein zum stimmungsvollen winterlichen Miteinander am Adventsfeuer.

Neben dem schon traditionellen **Weihnachtsbaumverkauf** sind auch weitere Überraschungen geplant.

Wann:

Am Donnerstag **05.12.2024** und
Freitag **06.12.2024** jeweils 15 – 19 Uhr
Am Samstag **07.12.2024** von 10 – 14 Uhr

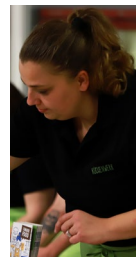
freuen wir uns auf Ihren Besuch auf dem Gelände des SÖZ in der **Alberichstr. 98b, 68199 Mannheim.**

Leckeres aus dem Garten – das „Küchenwerk“ empfiehlt:

Bei winterlichem Wetter: Würziger Spitzkohl aus dem Ofen

Zutaten

1 ganzer Spitzkohl 3-4 Prisen Salz 1 EL Öl für die Form 250 ml Sahne
2 TL „Café de Paris“-Gewürz 2 Prisen Pfeffer 2 EL geriebener Parmesan



Zubereitung

1. Den Spitzkohl im Ganzen waschen und trockentupfen. Dann der Länge nach in vier bzw. sechs gleich große Teile schneiden, je nach Kopfgröße. Den Strunk entfernen.
2. Die Stücke mit den Schnittflächen nach oben legen, leicht salzen und mindestens 30 Minuten oder länger liegen lassen. Das macht den Kohl milder und weicher.
3. Eine feuerfeste Form - möglichst mit passendem Deckel - leicht ausfetten und die Kohlstücke mit dem Marinade-Salz (dieses nicht abwaschen!) in die Form legen.
4. Die Café de Paris Würzmischung oder Gewürze Ihrer Wahl über den Kohlstücken verteilen. Dann die Form mit einem feuerfesten Deckel (notfalls Alufolie) abdecken.
5. Den Kohl zugedeckt bei 200°C Umluft / 220°C Ober-Unterhitze für etwa 20 Minuten backen. Den Parmesan reiben und mit der Sahne vermischen.
6. Nun die Sahne-Käsemischung über den Kohlstücken verteilen und ohne Deckel noch weitere 20 Minuten leicht goldbraun backen. Guten Appetit!

Marijana Eschenbacher: m.eschenbacher@gemeinschaftswerk-mannheim.de

Und zum Schluss:

An dieser Stelle möchten wir uns herzlich für Ihr Interesse am Lehrgarten selbst, an unseren Veranstaltungen und auch an diesem Newsletter bedanken. Ihnen und Ihrer Familie wünschen wir ruhige Advents- und Weihnachtstage, einen sanften Rutsch ins nächste Jahr und ein gesundes und vor allem friedliches 2025.

Raphael Schmidt, Ulrike Reutter und das Lehrgarten-Team

Bilder: Archiv GAU, M. Stöbe (Herbstbaum), S. Reutter (SÖZ), S. Dehoust (AWO Ferien)