

# SeHT unsere Umwelt



## Dokumentation / Teil 2

2012 -2016



**SeHT**

**Se**LBSTÄNDIGKEITS-  
**HILFE** BEI  
**TEIL**LEISTUNGS-  
**SCHWÄCHEN** E.V.

Landesvereinigung  
Rheinland-Pfalz



## Inhaltsverzeichnis

Aktivitäten 2012.....	5
SeHT bei den Sinnen .....	6
Spaziergang am Altrhein .....	9
An der Rhein-Staustufe Gamsheim .....	11
Trainings-Freizeit in Beckingen / Saarland .....	12
Die Saarschleife bei Mettlach .....	13
Mit den Lamas und Alpakas unterwegs .....	14
Das Historische Kupferbergwerk .....	15
Fußballgolf .....	17
Im Römermuseum Schwarzenacker .....	18
Wasser – das Lebenselixier .....	20
Gegen alles ist ein Kraut gewachsen .....	21
Aktivitäten 2013 .....	22
Bei den Störchen .....	23
Gemüsepflanzen in der Pfalz .....	25
Trainings-Freizeit in Nieheim / Teutoburger Wald .....	27
Unterwegs mit dem roten Gummiboot .....	27
Die Welt der Greifvögel .....	28
Aktivitäten 2014 .....	30
Besuch aus Münster .....	31
- Geschichte - mitten in der Natur: die Hardenburg .....	31
- Schifffahrt ins Reffenthal .....	32
Auf dem Barfußpfad in Dudenhofen .....	33
Trainings-Freizeit in Julianadorp / Niederlande .....	34
Mit den Meerestieren auf Du und Du .....	34
- Besuch im Ecomare .....	34
- Im Fischerdorf .....	35
- Möwen als Begleiter .....	36
Krabben fischen .....	37
Spaziergang in den Dünen .....	38
Geocaching – die neue Schnitzeljagd in Speyer .....	39
Geocaching – die neue Schnitzeljagd in Worms .....	40
Natur sinnlich erfahren .....	41
Aktivitäten 2015 .....	43
Unter Tage in der Weißen Grube .....	44
Mit der Draisine durch die Südpfalz .....	45
Trainingsfreizeit in Saalfeld / Thüringen .....	46
Zu Besuch bei den Feen in Saalfeld .....	46
- Deutschlands ältester Heilstollen .....	46
- Erlebnisausstellung Grottoneum .....	46
- Zauberhafte Feenwelt .....	47
Tretbootfahren auf dem Hohenwarte-Stausee .....	48
Im Land der Tausend Teiche .....	50
- Besuch im Hausteichhaus mit Aktivmuseum .....	50
- Spaziergang um die Teiche .....	51
Aufstieg zur Burg Greifenstein .....	52
- Besichtigung der Burg .....	52
- Die Falknerei .....	53
Natur historisch betrachtet .....	54

SeHT auf Besuch im Kloster Lorsch .....	55
- Das Weltkulturerbe .....	55
- Kräuter und Salben .....	56
Aktivitäten 2016 .....	57
Wir bauen ein Insektenhotel .....	58
Warum die Kartoffel Kartoffel heißt .....	62
Und wieder Geocaching .....	64
<b>Treffpunkt Natur</b> .....	66
Programm 2011 .....	67
Programm 2012 .....	68
Programm 2013 .....	69
Programm 2014 .....	70
Programm 2015 .....	71
Programm 2016 .....	72



## SeHT – Unsere Umwelt 2012 Aktivitäten

### Februar

SeHT bei den Sinnen

25. 2.

### Mai

Spaziergang am Altrhein

04. 5.

An der Rhein-Staustufe Gamsheim<sup>1</sup>

19. 5.

### Juli

Trainings-Freizeit in Beckingen / Saarland

7. – 14. 7.

Sonntag, den 8.7.

Die Saarschleife bei Mettlach

Montag, den 9. 7.

Mit den Lamas und Alpakas unterwegs

Dienstag, den 10.7.

Das Historische Kupferbergwerk

Fußballgolf

Freitag, den 13.7.

Im Römermuseum Schwarzenacker



### August

Wasser – das Lebenselixier

- Besuch der Kneippanlage

24. 8

### September

Gegen alles ist ein Kraut gewachsen

- im Kräutergarten des Kneipp-Vereins

21. 9.

---

<sup>1</sup> Siehe Treffpunkt Natur



**SeHT bei den Sinnen  
- ein Nachmittag im Schloss Freudenberg,  
Wiesbaden  
25. Februar 2012**

Schloss Freudenberg in Wiesbaden ist kein Museum, keine Ausstellung – „Erfahrungsfeld zur Entfaltung der Sinne und des Denkens“; so nennt sich die riesige Sammlung von Geräten und Experimentiergegenständen aus den Bereichen Hören, Sehen und Bewegung.



Mitglieder von SeHT können im Schloss Freudenberg, dem Haus der Sinne, ihre eigenen Sinne auf überraschende Weise neu erfahren.

Im grünen Park um die schöne Villa probieren (fast) alle das Stehen auf Taumel- und Balancescheibe: keine leichte Aufgabe, mit sich, der Gruppe und der Umgebung ins Gleichgewicht zu kommen. Doch mit gegenseitiger Hilfe und viel Lachen war auch das zu schaffen.



Es erfordert viel Mut, sich unter das zentnerschwere Steinpendel zulegen. ob die Prinzessin, von der wir in Andreas Geschichte hören, auch so wenig Angst hatte? Nur mit einem Bindfaden (wir hatten einen Schal) soll das schwere Pendel bewegt werden, was viel

Einfühlungsvermögen verlangt: anziehen und nachgeben - im Rhythmus der Schwingung.





Wir erleben das Labyrinth und inspizieren die Windharfe. Auch die Partnerschaukel erstaunt: da kann man den Partner arbeiten lassen und schwingt dennoch ganz hoch. Der Barfußpfad beeindruckt nicht weniger, wenn er auch witterungsbedingt mit Schuhen begangen wird.

Im Inneren des Schlosses geht es dann weiter: Namen wie Strömungsfeld, Wolkenmaschine, Impulskugelreihe, Riesen-Dreizeitenpendel oder Duftorgel machen neugierig. Hier erleben wir Geräusche, Klänge, Düfte, Dunkelheit, Licht und einiges mehr in ganz anderen Dimensionen.



Überraschendes erlebte die Gruppe bei den verschiedenen Stationen im Haus, wie ein „Labor“, in dem wir stundenlang alles ausprobieren dürfen – Klangsteine, Klangschalen, Scheiben, auf denen der Sand nach Tönen „tanzt“, optische Täuschungen und mehr. Farben auf rotierenden Scheiben lassen durch Bewegung, durch Schwarz-Weiß Kontraste und durch Farbfelder Seheindrücke



entstehen, die für kurze Zeit aufscheinen und uns zeigen, dass Sehen ein höchst individueller Akt des Gestaltens und Erzeugens ist.

Was ist notwendig, damit sich ein Impuls fortsetzen kann? An der Impulskugel-Reihe wird ein Anstoß weitergegeben.

Wie und unter welchen Bedingungen sehen wir einen Regenbogen und in welcher Folge erscheinen seine Farben? Diese Entdeckungen machten wir mit den Prismengläsern. Die Wasserklangschale: Energie, Schwingung, Klang und Formkräfte werden hier handgreiflich erlebbar. Nicht nur das Ohr hört, der ganze Mensch hört. Schon nach wenigen Sekunden erlebt der Spieler wie der Klang der Schale unter die Haut geht und ist im wahrsten Sinne des Wortes „tief berührt“. Hinter einem Gong stehend wird die Macht eines Klanges am ganzen Leib erlebbar und Ehrfurcht stellt sich ein.

Lange verweilen die Teilnehmer im Klangraum, lauschen den Erklärungen und den Tönen der vielen gewaltigen Gongs, die sie dann auch selbst anschlagen dürfen. Ganz sanft! Entspannende Musik vibriert durch den Raum und erfasst Leib und Seele.





Zum Abschluss wagen sich die Teilnehmer in die Dunkelbar. Zuerst vorsichtig, dann aber immer mutiger bewegen sie sich im Dunkelreich, voller Bewunderung für die blinden Menschen, an deren Welt sie ein klein wenig teilhaben dürfen.

Fazit des ganzen Tages: es war viel zu kurz, um alles zu entdecken.



## Spaziergang am Altrhein 4. Mai 2012

An einem herrlichen, milden, typischen Maiabend machte die SeHT-Gruppe einen Spaziergang entlang des Berghäuser Altrheins mit Blick auf das Naturschutzgebiet Flotzgrün.

Unter Anleitung von Barbara Leibig, einer Speyerer Jägerin, suchte die Gruppe nach Wildspuren. Eine Wildschweinkule war allerdings das einzige, was entdeckt werden konnte.



Dennoch erfuhren die Teilnehmer viel über die Hege- und Pflegearbeit des Jägers: Weichholz- und Hartholz-Flussauenwälder zählen zu den seltensten Waldformationen in Rheinland-Pfalz, vor allem in so großflächiger Ausbildung wie in diesem Gebiet.

An den Ufern kommt Weichholzaue noch großflächig vor. Alte Silberweidenbestände neben Auenwiesen und verschiedenen auentypischen Verlandungsgesellschaften prägen das Naturschutzgebiet.



Stieleichen-Ulmen-Hartholzaue kennzeichnet diesen Auwald wie auch das Naturschutzgebiet Flotzgrün am gegenüber liegenden Ufer. 200 Jahre alte Eichen ergänzen den Bestand. Althölzer sind wichtige Lebensräume für Totholzkäfer und Fledermäuse. Deshalb wird der Wald nicht „gesäubert“.

Am Berghäuser Altrhein sind ausgedehnte Schlammfluren erhalten geblieben. Diese kommen fast ausschließlich auf meist überfluteten und erst im Spätsommer trockenfallenden, fast ebenen Flächen vor. In den teilweise breiten Röhrichtgürteln brüten Purpurreiher und Rohrweihe. Ein Reiher und ein wilder Schwan zeigten sich dann auch in der Ferne. Kuckucksrufe begleiteten den ganzen Spaziergang und ließen die SeHT-Gruppe auf baldige Vermehrung ihres Vermögens hoffen.



Werner Fröhlich weist uns auf die Köpfe von Grundwassermessstellen hin. Es handelt sich um Rohre, die tief in den Untergrund gebohrt werden, um damit den Wasserstand und die Wasserqualität in den verschiedenen Grundwasserstockwerken zu messen. Auf der Insel Flotzgrün ist ein ganzes System von Grundwassermessstellen eingerichtet, um zu messen, ob und welchem Umfang das Grundwasser durch Sickerwässer der Industriemülldeponie Flotzgrün verunreinigt wird. Dieses Kontrollsystem dient zugleich dem Schutz der Trinkwassergewinnung im Wasserwerk Süd der Stadtwerke Speyer.

## Treffpunkt Natur an der Fischtreppe in Gamsheim<sup>2</sup> 19. Mai 2012



Die Fischtreppe an der Rhein-Staumstufe Gamsheim nördlich von Straßburg war am 19. Mai 2012 Ziel der Natur- und Wandergruppe der SeHT-Landesvereinigung Rheinland-Pfalz. Zwischen Basel und Iffezheim bei Baden-Baden gibt es 11 Staustufen im Rhein. Diese erfüllen einen doppelten Zweck: Zum einen sollen sie den Wasserstand regulieren und damit die Gemeinden vor Hochwassergefahren schützen. Zum andern dienen sie der Stromerzeugung durch Wasserkraftwerke.

Staustufen sind unüberwindliche Hindernisse für Wanderfische wie Lachs und Aal. Um den Fischen dennoch zu ermöglichen, den Strom aufwärts zu schwimmen und ihre Laichgebiete in den Nebenflüssen des Oberrheins zu erreichen, wurden in Iffezheim und Gamsheim mit Millionenaufwand „Fischtreppe“ gebaut. Bei der Fischtreppe in Gamsheim handelt es sich um einen Betonkanal von 290 m Länge, der in 39 Becken unterteilt ist, die jeweils 25 cm Höhenunterschied aufweisen. Durch eine „Lockströmung“ werden die Wanderfische in den Kanal gelockt und Stufe für Stufe in das Oberwasser geleitet.

Im Besucherzentrum gibt es eine Ausstellung mit Informationstafeln über den Bau der Fischtreppe, die Rheinbegradigung und die Wiedereinbürgerung der Lachse. In einem Großaquarium sind heimische Fischarten zu sehen. An drei großen Schaufenstern kann man die Aufstiegsbecken unter Wasser betrachten und - wenn man Glück hat - vorbeiziehende Wanderfische beobachten.



In Gamsheim wurde die SeHT-Besuchergruppe von Sabine Hauss geführt. Axel Dannenmaier begleitete die Gruppe auch noch zu einem abschließenden Imbiss am Rheinufer gegenüber Karlsruhe.

<sup>2</sup> Siehe Treffpunkt Natur



Mit beiden Führern ebenso wie mit dem Wetter hatte die SeHT-Gruppe einen Glücksgriff getan: Sabine Hauss, ein waschechtes Badener Mädchen aus Freistett, hatte nicht nur das fachliche Wissen parat, sie wusste auch in ihrem alemannischen Dialekt anschaulich über die Hochwassergefahr zu berichten und sie hatte Tipps, wie man heimische Fische schmackhaft zubereiten kann.



Axel Dannenmaier ist Mitarbeiter des Kraftwerksbetreibers EnBW und zugleich im Nebenberuf, den er nach Abschluss seines Fischerei-Universitätsstudiums ausübt, Fischer im Rheinstrom und im Altrhein. Bei einer kurzen Wanderung über das Naturschutzgebiet auf der Insel Nauas südlich von Maximiliansau und bei der anschließenden Rast berichtete er anschaulich über die Ökologie von Rhein und Altrhein und über seine Erfahrungen als Fischer. Schließlich hatte Axel Dannenmaier auch noch für Anschauungsmaterial gesorgt – Aale und Kaliko-

Krebse, wie man sie im Rhein fängt und kulinarische Kostproben.

Bei diesem Treffpunkt Natur gab es nicht nur heile, unberührte Natur zu sehen. Vielmehr wurde in harten Gegensätzen sichtbar, wie Industrie, Baugebiete und Verkehr die Natur und die Landschaft am Oberrhein beeinträchtigen und bedrohen: Der Rhein als Schifffahrtskanal, die Energieerzeugung in Wasserkraftwerken und Kohleheizkraftwerken, der Landschaftsverbrauch durch Industrie und Neubaugebiete – daneben aber auch die Bemühungen, die Gewässer als Lebensraum für Fische wiederzugewinnen und die Altrheinauen vor Zerstörung zu schützen.

## Trainingsfreizeit in Beckingen / Saarland

### Schiffsrundfahrt auf der Saarschleife - dem Naturwunder der Saar Sonntag, den 8. Juli 2012

Gleich am ersten Tag unserer Trainings-Freizeit 2012 lernen wir das „Wahrzeichen der Region kennen: die Saarschleife im Herzen des Länderecks, Deutschland, Frankreich, Luxemburg.



Auf dem Dampfer „Saargold“ fahren wir rund 10 km von Mettlach nach Bessingen (und dann auch wieder zurück) auf der Saar, obwohl die Luftlinie zwischen den beiden Orten nur etwa zwei Kilometer beträgt.



Ins Rampenlicht rückt die Saarschleife immer wieder, wenn Staatsoberhäupter sich dort einfinden. Zuletzt fanden sich 2006 dort der damalige französische Präsident Jacques Chirac und der inzwischen verstorbene polnische Präsident Lech Kaczyński zu einem Dreiergipfel mit Bundeskanzlerin Angela Merkel ein.





## Mit den Lamas und Alpakas unterwegs Montag, den 09. Juli 2012

Heute ist Stadtführung in Saarbrücken. Danach aber ist Natur angesagt. Wir sind auf der Saar Alpaka Farm.



Unser Ausflug beginnt mit einer Führung über die Alpaka Farm. Hier lernen wir diese liebenswürdigen, sanftmütigen Tiere kennen. Ein Weidegang zur Stuten-Herde lässt sie uns ganz nah erleben und wir erfahren viel über die Lebensweise, das Wesen und die Zucht unserer südamerikanischen Freunde.

Anschließend gehen wir mit den Lama- und Alpakahengsten auf einen gemütlichen Spaziergang durch den schönen Stiftswald. Bei dem gemächlichen Tempo der Neuwelt-Kameliden können wir uns von dem Stress der Stadt erholen und entdecken den Wald aus einer neuen Perspektive. Ein entspannter Urlaubstag, an dem wir den Stress des Alltags wirklich hinter uns und die Ruhe, die die Tiere ausstrahlen, auf uns wirken lassen. Anschließend lernen wir die feine Wolle kennen und erleben die einzelnen Arbeitsschritte von der Rohwolle zum gesponnenen Produkt.



### **Was ist ein Alpaka?**

*Das Alpaka (*Lama pacos*) stammt aus den südamerikanischen Anden. Wie das Lama, das Guanaco und das Vikunja gehört es zur Gruppe der Neuweltkamele. Es sind soziale Tiere, die sich am wohlsten im Herdenverband fühlen. Der soziale Charakter der friedlichen Alpakas empfiehlt sie für die tiergestützte Therapie. Es gibt zwei Alpakatypen, das Huacaya und das Suri. Sie unterscheiden sich in der Struktur ihrer Haare.*

*Das Huacaya Alpaka hat eine feine, gleichmäßig*

*gekräuselte Faser*

*(Crimp) und einige feine*

*Grannenhaare (Deck-*

*haare). Das Suri-Alpaka*

*hat nur leicht gelocktes*

*Haar. Die Farben der*

*Haare reichen von*

*reinem Weiß und Beige*

*über alle Braun- und*

*Rotbrauntöne bis hin zu*

*Grauabstufungen und*

*tiefem Schwarz.*



*Alpakas sind kleiner und leichter als Lamas – etwa 55 bis 65 Kilogramm schwer. Sie ernähren sich hauptsächlich von Gräsern. Beim Verdauen dieser Nahrung hilft ihr dreiteiliger Magen. Die Stuten der Alpakas bringen nach einer Tragzeit von 240 bis 345 Tagen ein einzelnes Jungtier zur Welt – in Südamerika „Cria“ genannt.*

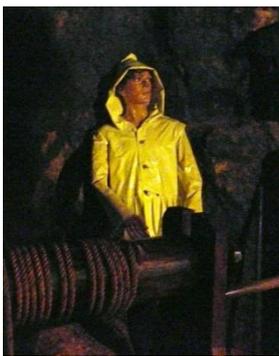
## Das Historisches Kupferbergwerk in Düppenweiler

Dienstag, den 10. Juli 2012

Der Beginn des Kupferbergbaues in Düppenweiler geht aus einer Urkunde des Herrn von Hagen zur Motten von 1776 hervor, in der es heißt:



*"Das Düppenweiler Kupferbergwerk ist von einem Inwohner daselbsten Namens Junkmann mit dem Pflug an dem Weltersberg anno 1723 gefunden worden."*



Die über 12 m hohe bergmännische Pyramide stellt einen besonderen Blickfang in dem in seiner Form in ganz Südwestdeutschland einmaligen Bergwerksensemble dar.

Wir fahren ein in die sagenhafte Untertagewelt des Kupferbergwerkes Düppenweiler mit „Mystallica“. Die Licht- und



Toninstallation schlägt durch Beleuchtung, Musik, Geräusche und Texte eine Brücke zwischen traditioneller Bergwerksbesichtigung und Freizeitgestaltung.

Wir besichtigen auch die neue Kupferhütte mit Pochwerk, Schmelzhütte und der dazugehörigen Wassertechnik sowie das übrige Übertagegelände mit der Barbarakapelle, den Schachtaufbauten und Ausgrabungsstätten.



Etwa ab 1725 wird der Wallone Remacle de Hauzeur als Betreiber des Bergwerkes erwähnt. Unter seiner Leitung entstand der größte Teil der heute durch alte Risse bekannten Bergwerksanlage. Wegen des weitgehenden Auskeilens der Erzgänge und eines Rechtsstreites über die Abbaurechte in Düppenweiler wurde der Grubenbetrieb gegen 1735 stillgelegt.

## FUSSBall-GOLF - Unsere neue Entdeckung

Dienstag, den 10. Juli 2012



In Beckingen, dem Ausgangspunkt unserer diesjährigen Trainings-Freizeit, entdecken wir das neue Spiel. Mittlerweile hat sich Fußballgolf zu einer renommierten und internationalen Sportart entwickelt. Fussgolfer und Freizeitkicker schätzen diesen Outdoorsport aufgrund seiner vielseitigen Herausforderungen, dem Spaßfaktor und der Entspannung vom Alltag. Man fühlt das Leben und die Natur in besonders intensiver



Weise, so die Aussagen ambitionierter Fussgolfer und Footgolfer.

**Spruch eines Foot-Golfers:** *"große Hitze und Regen sind Teil unseres Outdoorsports, denn unsere Fuss-Golf-Outfits (Fußballschuhe, Gamaschen, Shorts, Shirt) sind allwettertauglich und mit einer wasserdichten Membran versehen. Wenn es mal ordentlich regnet oder die Sonne runterknallt, dann können höchstens unsere Beine und Füße nass werden oder wir dürfen mal so richtig schwitzen, als säßen wir*

*in der Sauna. Für mich ist es so absolut perfekt und richtig, denn so spüre ich die Elemente auf meiner Haut und mir wird jedes Mal klar, dass ich wirklich lebe! Andererseits wirken sich die natürlichen Umweltreize und die frische Luft positiv auf meine Gesundheit und das Immunsystem aus."*

FUSS-GOLF erfordert mentale Ausdauer, Schusskraft und Ballgefühl. Dabei werden die kognitiven und koordinativen Fähigkeiten gefördert und passen sich den Herausforderungen an.

Die erste Fußballgolf-Anlage in Beckingen ist die erste Anlage im Saar-Lor-Lux-Raum und ganz neu! Sie wurde in diesem Jahr auf einer mehr als 50.000 qm großen Fläche in einer naturnahen Landschaft unmittelbar an der Saar installiert. Sie hat 18 Bahnen mit einer Gesamtlänge von ca. 1,8 km und unterschiedliche Hindernisse.



Uns hat der Sport gefallen, frische Luft und Bewegung taten uns gut. Natürlich gefiel uns auch der Biergarten nebenan, in dem wir uns anschließend ausruhten und besprachen, wie wir Golffußball zu Hause betreiben können.



## Das Römermuseum Schwarzenacker - Ein Spaziergang durch die Zeit Freitag, den 13. Juli 2012



Wir schreiben das Jahr 275/276 n. Chr. Die prasselnden Flammen erlöschen. Der Rauch verzieht sich, das aufgeregte Geschrei verebbt. Stille macht sich breit in Schwarzenacker. Grabesstille nach dem Überfall der Alemannen.

Allmählich wird das Ausmaß sichtbar: Die unter Kaiser Augustus gegründete, quirlige Handelsstadt liegt in Schutt und Asche. Einige Häuser und Kellergewölbe haben den Ansturm überstanden. Und der Grundriss einer italisch-römischen Stadtplanung ist zu sehen. Bis heute.



Die ursprünglich auf einer Fläche von 25-30 ha mit ca. 2.000 Einwohnern große Siedlung ist in Teilen als Freilichtmuseum wiederaufgebaut. Die freigelegten und teilweise rekonstruierten Gebäude, Häuserfassaden, Straßenzügen mit überdachten Gehsteigen und Abwasserkanälen vermitteln einen lebendigen Einblick in den Alltag einer gallorömischen Etappenstadt vor 2000 Jahren.



Heute wie damals imposant: das „Haus des Augenarztes“ mit seiner vornehm wohnlichen Ausstattung sowie das Säulenkellerhaus, das seinen Namen dem großartigen Keller mit fünf Säulen verdankt. An der Straßenkreuzung bei „Capitolinus“ konnte man einkehren und eine Kleinigkeit essen oder trinken. Das frische Brot, das zum Essen gereicht wurde, stammte aus der heute rekonstruierten Bäckerei.



Und gleich daneben bot die Herberge Handelsreisenden, Beamten, Handwerkern und Durchreisenden Logis und Unterkunft.

Zahlreiche Fundstücke aus den Häusern und Werkstätten der römertimeichen Handwerker und Künstler sind hier ausgestellt und werden von der SeHT-Gruppe phantasievoll wieder zum Leben erweckt. Sie erzählen von ihrem Alltagsleben um die Zeit um Christi Geburt.

Die Teilnehmer lernen im Seminar „Kraut & Römer“ Kräuter kennen, die sie draußen sammeln, und bereiten unter Anleitung von Museumsmitarbeiterinnen römische Speisen zu, ein kleiner Imbiss am Ende der Veranstaltung, deren besondere Geschmacksnote aus der Komposition vieler verschiedener Kräuter entsteht.



In einem weiteren Seminar beschäftigen sie sich mit dem römischen Handwerk, denn zahlreiche Funde aus Schwarzenacker belegen ein blühendes Handels- und Gewerbeleben. Mit Yton-Stein meißeln sie Figuren und kleine Reliefs.



So erlebte die Gruppe: Der Mensch ist Teil der Geschichte und Geschichte wird von Menschen gemacht. Und dabei hinterlassen sie Spuren. In Schwarzenacker sind diese Spuren sichtbar und greifbar. Eindrücke und Informationen fügen sich zu einem lebendigen Bild über das römische Leben vor 2000 Jahren in unserer Region zusammen.

## Wasser – das Lebenselixier Besuch der Kneippanlage 24. August 2012



Mit Handtüchern bewaffnet wartete die SeHT-Gruppe der Erwachsenen mit Andrea Reiner an der Kneippanlage hinter Josefskirche in Speyer gespannt auf die Überraschungen des Abends. Herr Lingenfelder, Mitglied des Kneipp-Vereins Speyer, führt in die Wasseranwendung nach Kneipp ein.

Mit Wasseranwendungen werden über die Haut Temperaturreize vermittelt, die im Körper positive Reaktionen auslösen. Sie stärken die Abwehrkräfte und wirken ausgleichend und belebend auf Herz,

Kreislauf und Nervensystem. Somit sind Kalt- und Warmreize ein ideales Training für die Blutgefäße und Nerven der Haut.



Wasseranwendungen nach Kneipp können individuell und genau, je nach Bedürfnis abgestimmt werden. Kaltanwendungen jedoch nur bei vorgewärmtem Körper! Nach einer Wasseranwendung sollte nach 15-20 Minuten der gesamte Körper wieder gut durchgewärmt sein.

Nach Kaltanwendungen braucht auch nicht abgetrocknet zu werden. Es genügt die Haut abzustreifen, um durch die entstehende Verdunstungskälte die Reizwirkung zu verlängern.

Nach der kurzen Theorie geht es aber schnell in die Praxis: im Storchengang durch die Wasseranlage! Mit viel Spaß sind die Teilnehmer dabei: mehrmals wird das Becken durchschritten.



Danach kommen die Arme in das Tauchbecken.

Das Kneippen war eine gelungene Übung, die wir sicher wiederholen.



## Gegen alles ist ein Kraut gewachsen - im Kräutergarten des Kneipp-Vereins 21. September 2012

Das ist der zweite Teil der Kneippschen Anwendungen. Pflanzen sind ein wichtiges Element der ganzheitlichen Gesundheits-Philosophie von Sebastian Kneipp.



Die SeHT-Gruppe informiert sich im Kräutergarten über Heilkräuter und deren Anwendung.



Wieder begleitet uns Herr Lingenfelder. Er erörtert mit viel Liebe und Engagement, wie jeder Heilkräuter erfolgreich zur Vorbeugung und zur Heilung verschiedener Beschwerden einsetzen kann. Ohne Nebenwirkungen bringen die Kräfte der Natur Körper und Seele wieder ins Gleichgewicht. Interessiert riechen – denn die Liebe zu Kräutern geht vor allem durch die Nase - und schmecken die Teilnehmer die einzelnen Kräuter.



An vielen Pflanzen erklärt Herr Lingenfelder, welche Tees und Salben sich herstellen lassen und gegen welche Beschwerden sie vorbeugen bzw. helfen. So wird die Ringelblume bei Hautproblemen angewendet. Bereits die alten Griechen

entdeckten, dass Rosmarin den Kreislauf stabilisiert. Wacholder, wilder Fenchel, Knoblauch oder Kardamom wurden schon in der Antike verwendet. Arnika wirkt bei äußerlicher Anwendung Wunder, z.B. bei Blutergüssen, Prellungen, Quetschungen, Zerrungen, Muskelkater und Venenbeschwerden. Rosmarin, Salbei, Frauenmantel, Roter Sonnenhut, Weißdorn, Brennnessel, Beinwell, Mariendistel und viele andere wurden in ihren Heilwirkungen vorgestellt, ihr Duft gerochen und der Geschmack vorsichtig probiert.

Jetzt überlegen und planen wir, einen Abend zum Tee kochen und Salben herstellen. Denn unsere Informationen zur Kneippschen Theorie sollen ja nachhaltig wirken.



## SeHT – Unsere Umwelt 2013 Aktivitäten

### Juni

#### Bei den Störchen

– Informationszentrum Pfalzstorch, Bornheim

**14.6.**

#### Gemüsepflanzen in der Pfalz

Betriebsbesichtigung bei der Firma Sinn, Lustadt

**28. 6.**

### Juli

#### Trainings-Freizeit in Nieheim / Teutoburger Wald

**6.7. bis 13.7.11.6.**

Montag, den 08. 7.

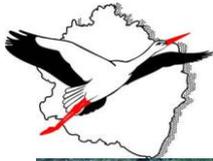
Unterwegs mit dem roten Gummiboot

Donnerstag, den 11.6.

Die Welt der Greifvögel

Besuch der Adlerwarte Berlebeck





## Bei den Störchen – Informationszentrum Pfalzstorch, Bornheim 14. Juni 2013



Ein wunderschöner, milder Sommerabend und SeHT fährt zu den Störchen nach Bornheim.



Im Informationszentrum mit seiner 200 qm großen Dauerausstellung konnten wir uns an interaktiven Stationen mit der Lebensweise des Weißstorches auseinandersetzen, diese spielerisch und kreativ erforschen.

Unter einer Klangdusche kann man sich per Knopfdruck aussuchen, welcher Storchlaut einem am besten gefällt. In einem Film begleiteten wir den Storch auf seiner langen Reise nach Afrika.



Man fühlt sich dabei wie mitten in einen Vogelschwarm versetzt.

Die großen Koffer erzählen von den Gefahren, die die große Reise der Störche so mit sich bringt. Mit Hilfe einer Waage konnten wir herausfinden, wie viel Kilo Futter eine Storchenfamilie pro Tag vertilgt.



In den Schubladen sind viele interessante Kleinigkeiten versteckt: Vogelringe, ein Peilsender, Gewölle. Beim Betrachten eines Gewölles unter einer Stereolupe offenbart sich ein großer Teil der Speisekarte des Storches im Hochsommer.



Die detaillierten Fotos von den Nestkameras decken rund ums Storchennest manches Geheimnis der seltenen Vögel auf.



Im Storchenzentrum befindet sich auch ein 2,90 mal 1,70m großes Modell der Wiesenbewässerung. Die Funktionsweise, wie sie schon seit über 500 Jahren in der Region stattfindet, kann simuliert werden, wovon wir reichlich Gebrauch machten. Jeder kann selbst Wehre schließen und Wasser über die „Offenbacher Niederwiesen“ leiten, die sehr realistisch dargestellt sind. So wurde für uns durch eigenes Tun eine mehr als 500 Jahre alte Kulturtechnik begreifbar. Die Wiesenbewässerung wird von alters her zur

Ertragssteigerung für die Heuernte eingesetzt. Der Storch profitierte früher und heute gleichermaßen von der Durchfeuchtung des Bodens, aus dem allerlei Getier an die Oberfläche kriecht, das er dann nur noch aufzusammeln braucht. Im Sommer finden sich an Wässertagen oft weit über 100 Störche zum „großen Fressen“ ein.



Zum Abschluss unseres Besuchs besichtigten wir die Storchenscheune, die Kranken- und Pflegestation der Aktion PfalzStorch.



**28. Juni 2013**  
**Gemüsepflanzen in der Pfalz**  
**- Betriebsbesichtigung bei der Firma Sinn, Lustadt**  
**28. Juni 2013**



Seit vielen Jahren arbeitet Helmut bei der Firma Sinn in Lustadt. Da lag es nahe, dass Mitglieder von SeHT diesen Betrieb einmal besuchten.



So groß hatten wir uns die Anlage nicht vorgestellt! Die Gewächshausfläche allein beträgt 51.000 m<sup>2</sup>. Wir gingen durch mehrere Glasgewächshäuser,

bei denen zum Teil fast die gesamte Dachfläche geöffnet werden kann. Das Öffnen und Schließen des Daches wird von einem Klimacomputer gesteuert. Im Cabrio-Gewächshaus werden die Jungpflanzen abgehärtet. Dabei wird F-Clean-Folie als Eindeckungsmaterial verwendet. Die Folie hat den Vorteil, dass ein Teil des UV-B Lichts durchgelassen wird. Dadurch werden die Jungpflanzen kompakter und schöner ausgefärbt als unter Glasbedingungen.



Hinzu kommen eine Verladehalle mit Büro- und Sanitarräumen. Im Keimraum, eine Fläche von 300 m<sup>2</sup>, können die Salate besser keimen. Ein Gewächshaus hat eine besondere Lüftung, eine sich überlappende Drei-Scheiben-Lüftung. Dadurch erreichte man eine viel bessere Lüftung. Zudem gibt es ein automatisches Transportsystem, ein Shuttle, welches die Jungpflanzenkisten im Gewächshaus abstellen und wieder aufnehmen kann. Zwei Mitarbeiter können dieses Gewächshaus alleine versorgen. Die riesige Verladehalle ist mit vier Verladerampen ausgestattet, ein Kühlhaus ist integriert.



Die Beheizung der Gewächshäuser ist komplett auf Warmwasser umgestellt. Hierzu dient eine Biogasanlage direkt neben dem Betrieb. Die Abwärme der Anlage wird über eine Fernwärmeleitung in die Heizungsanlage eingespeist.

Die Firma Rudolf Sinn GmbH & Co KG beschäftigt 14 feste Mitarbeiter. Zusammen werden ca. 100 Millionen Jungpflanzen, alle Arten von Gemüse, im Jahr produziert, die wir in verschiedenen Stadien bewunderten.

Allein vom Herumspazieren und von den vielen Informationen waren wir rechtschaffen müde und erfuhren, dass die Mitarbeiter mit Fahrrädern auf dem Gelände unterwegs sind.



Helmut war mächtig stolz auf „seinen“ Betrieb und wir bewunderten alles, aber auch ihn, weil wir begriffen, wie viel und wie schwer er arbeitet.

## Trainings-Freizeit in Nieheim / Teutoburger Wald

Unterwegs mit dem roten Gummiboot  
Montag, den 8. Juli 2013



Mit dem Schlauchboot wollen wir unsere Urlaubsregion kennen lernen und wir erhoffen uns dadurch wieder ein besonderes Erlebnis.



Nahe bei der Welterbestätte Corvey in Höxter ist unsere Kanustation. Dort erhalten wir die Ausrüstung und durch einen gut gelaunten Guide eine sehr gute Einweisung zum Verhalten und den Regeln auf der Weser. Paddelspaß pur ist angesagt!



Von Höxter nach Holzminden (11 km) geht unsere Paddeltour, in einem der schönsten und besten Paddelreviere in Deutschland. Beeindruckend ist vor allem die einzigartige Natur der Uferlandschaft mit Wiesen, Bergen und Wäldern. Hinter jeder Flussbiegung erwartet uns ein neuer Blick auf das märchenhafte Weserbergland



## Die Welt der Greifvögel – Besuch der Adlerwarte Berlebeck Donnerstag, den 11. Juli 2013



Wir verbrachten einen ganzen Nachmittag in der Adlerwarte in Berlebeck, wo sich uns eine ganz neue Welt eröffnete.



Die Adlerwarte besteht seit dem Jahr 1939 und ist die älteste Greifvogelwarte in Deutschland. Sie präsentiert nicht nur die Tiere, sondern kümmert sich auch um verwaiste Jungtiere, die dann später

wieder in die natürliche Umwelt integriert werden. Erhaltung von seltenen und gefährdeten Greifvögeln ist eine der Hauptaufgaben der Einrichtung.

Landschaftlich schön und für den Vogelflug günstig auf einem Bergrücken gelegen, beherbergt die Adlerwarte Berlebeck 46 verschiedene Greifvogelarten mit insgesamt über 200 Exemplaren. Wir konnten Geier, Adler, Eulen und weitere Greifvögel beobachten.



Sie forderten nicht nur unsere Nervenkitzel heraus, sondern forderten uns vor allem Respekt ab.

Wollkopfgeier „Wolle“ z. B. ist ca. 90 cm groß und hat eine Spannweite von gut 2 m. Besonders auffällig ist ihre ungewöhnlich bunte Erscheinung: Der Körper ist dunkelbraun, ihre Beine und die Unterseite der Flügel weiß gefärbt, Hals und einige Teile des Kopfes rötlich. Charakteristisch ist der weiße „wollige“ Oberkopf, dem diese Geierart ihren Namen verdankt.

Die Adler haben sogar eine Spannweite von über 2 m.





## SeHT – Unsere Umwelt 2014 Aktivitäten

### April

Besuch aus Münster

**25.4. bis 29.4.**

Samstag, den 26. 4.

Geschichte - mitten in der Natur: die Hardenburg

Sonntag, den 27.4.

Schiffahrt ins Reffenthal

### Mai

Auf dem Barfußpfad in Dudenhofen

**30. 5.**

### Juni / Juli

**Trainings-Freizeit in Julianadorp / Niederlande**

**27.6. – 4.7.**

Montag, den 30. 6.

Mit den Meerestieren auf Du und Du

- Besuch im Ecomare

- im Fischerdorf

- Möwen als Begleiter

Mittwoch, den 2.7.

Krabben fischen

Donnerstag, den 3.7.

Spaziergang in den Dünen



### Juli

Geocaching – die neue Schnitzeljagd in Speyer

**25. 7. 2.**

### November

Geocaching – die neue Schnitzeljagd in Worms

**25. 7. 2.**

Natur sinnlich erfahren

- Tag der Entdeckungen im Pfalzmuseum für Naturkunde in Bad Dürkheim

**29. 11.**

## Besuch aus Münster

**Geschichte - mitten in der Natur:  
– die Hardenburg  
Samstag, den 26. April 2014**



Das wollten wir unseren Gästen aus Münster zeigen: die mächtige Hardenburg! Was da an der rechten Bergflanke des Isenach-Tals über dem Stadtteil Hardenburg prangt, ist zwar „nur“ eine Ruine. Aber was für eine!

Die über vier Terrassenniveaus ansteigende Ruine gilt als Zeugnis einer der größten und eindrucksvollsten Burganlagen in der Pfalz. Anfang des 13. Jahrhunderts als noch

vergleichsweise bescheidene Höhenburg errichtet, wurde die Hardenburg im 16. Jahrhundert zur wehrhaften Renaissance-Residenz ausgebaut. Mauern und Bollwerke, Geschütztürme, Tore, Wehrgänge und Katakomben zeugen noch heute vom stark festungsähnlichen Charakter. Zugleich jedoch verweisen Gärten, die Überreste großzügiger Wohntrakte, sowie einst prächtige Saalbauten auf eine nicht minder bedeutsame zivile Nutzung als standesgemäßes Wohnschloss der Grafen von Leiningen.

Die Burg überstand den Dreißigjährigen Krieg, wurde aber im Pfälzischen Erbfolgekrieg 1690 von den Franzosen besetzt, teils zerstört, dann von den Leiningern wieder aufgebaut. Das Ende der Hardenburg kam mit der Eroberung Bad Dürkheims durch französische Revolutionstruppen 1794: Die Inneneinrichtung wurde vernichtet und das, die Gesamtanlage überragende, „Westbollwerk“ gesprengt. Heute ist die sorgsam gepflegte Ruine im Besitz des Landes Rheinland-Pfalz und repräsentiert rund 800 Jahre Geschichte.

Die freundlichen Erklärungen der Fremdenführerin, in leichter Sprache versteht sich, versetzten uns um Jahrhunderte zurück ins Zeitalter der Renaissance. Wir ließen unsere Fantasie schweifen und konnten uns aus den verbliebenen steinernen Zeitzeugen eine ebenso trutzige wie elegante Adels-Residenz vorstellen.

Wir bestiegen alle Türme, Treppen rauf und runter ging es – kein Raum der Burg blieb ausgespart.

Nach diesem Kraftakt war das Picknick neben der Burganlage verdient.



## Schiffahrt ins Reffenthal Sonntag, den 27. April 2014



Wir lieben den Rhein, den gewaltigen Strom mit seinen großen stillen, unergründlichen Altrheinarmen.

Ein strahlender Frühlingssonntag: So war bei uns war eine Schiffahrt auf dem Rhein zum Reffenthal, auf dem Angelhofer Altrhein, ein Altarm auf der Westseite des Rheins zwischen Speyer und Otterstadt, einem der großen Altrheinarm, angesagt. Die Schleife war vor der Rheinbegradigung durch Johann Gottfried Tulla der Hauptverlauf des Rheins und wurde erst durch den „Angelhofer

Durchschnitt“ zum Altarm.

Das Gebiet ist Teil eines EU-Vogelschutzgebietes . Hier leben zahlreich seltene und geschützte Vögel, wie

Schwarzmilan, Eisvogel und Mittelspecht. Dieser Teil des Altrheins ist außerdem Teil des Schutzgebietes nach NATURA 2000. Im Gewässer finden sich geschützte Fisch- und Muschelarten. Beeindruckend sind die Altbaumbestände an Eichen, Ulmen und Eschen des Auwaldes. Es war ein erholsamer Ausflug, vor allem zum Schauen.



## Auf dem Barfußpfad in Dudenhofen 30. Mai 2014



Einige wenige Unentwegte trafen sich trotz leichtem Nieselregen am Freitagabend beim Barfußpfad in Dudenhofen.

Er liegt gleich bei dem weitläufigen Abenteuer-spielplatz, neben dem Naturlehrpfad. Er ist 400 m lang. Kernstück des Barfußpfads ist eine ca. 150 m lange Strecke, auf der sich in solider Ausführung vielfältige Material- und Balancierstecken abwechseln.



Vorsichtig balancierten wir über die Baumstämme und erholten uns wieder beim angenehmen Gehen auf Rindenmulch oder sandigen Untergrund.

Manuela Rohr leitete uns an, ganz ruhig zu gehen, richtig zu atmen und auf unsere Körperhaltung zu achten.



Ein schönes Erlebnis, das wir sicher öfter wiederholen werden.

## Trainings-Freizeit in Julianadorp / Niederlande

### Mit den Meerestieren auf Du und Du -

### Besuch im Ecomare

Montag, den 30. Juni 2014



An diesem Tag war frühes Aufstehen angesagt, wir mussten die Fähre nach Texel bekommen um dort in Ecomare etwas über das Meer zu lernen. Ecomare ist das Zentrum für Wattenmeer und Nordsee auf Texel. Wir erfuhren hier viel über die Natur von Texel, das Wattenmeer und die Nordsee.



Durch eine super Einführung konnten wir dieses Zentrum, das aus einer Robbenaufzuchtstation entstanden ist, in vollen Zügen genießen. In einer beeindruckenden Ausstellung liefen wir regelrecht zwischen den Walskeletten hindurch. Man kommt bei Ecomare ganz nahe an die Seehunde und Robben heran. Der Tierpfleger erzählte während der Fütterung alles über die Aufzucht von Seehunden und über das Wattenmeer.



In der Aufzuchtstation sind meistens junge Seehunde und Robben zu sehen. Im Sommer und Herbst sind es Gemeine Seehunde. Wir erlebten, wie Babyrobber gerade „zwangsernährt“ und zwei Schweinswale gefüttert wurden. Sie schwimmen in einem speziell an ihre Bedürfnisse angepassten Becken. Wir konnten sie sowohl unter Wasser als auch von oben beobachten. Es sind fröhliche, liebenswerte Tiere, die verrückt sind nach Aufmerksamkeit und auf Spiele.

Durch die Unterwasserfenster spielten wir mit ihnen. Die Seehunde und Robben schwimmen in großen Becken. Das Becken von den Kegelrobber ist umzäunt, aber die Seehunde können einfach so heraus kommen.



Dann bestaunten wir die Aquarien mit Fische und sonstigem Meeresgetier im wahrsten Sinne hautnah.



Das Meeresaquarium von Ecomare wurde unterhalb der Erdoberfläche gebaut. In den großen Aquarien leben Dutzende Fischarten, Seesterne und Schalentiere. In jedem Aquarium wurde jeweils ein Lebensraum nachgebaut. So sieht man, welche Fischarten vor allem im offenen Meer leben und welche in Häfen.



Nachdem wir uns dort ausgiebig getummelt hatten, besuchten wir noch einen kleinen Hafenort auf Texel, ein Fischerdorf. Dort konnten die dringendsten besonderen Bedürfnisse erst mal gestillt werden

(Elektrogeschäft:-), Fischgeschäft, Schafe zum Streicheln, frische Austern zum Schlürfen, Wind, Schiffe, ...).



Ein wirkliches Highlight – und dazu noch völlig kostenlos, war auf der Rückfahrt mit der Fähre (wie auf der Hinfahrt) das Füttern der Möwen – sie sind wahre Flugakrobaten und bereiteten uns mit ihrer Gier und ihren wahnsinnigen Manövern sehr viel Spaß – und sind auf etlichen hundert Fotos zu sehen.



## Krabben fischen

Mittwoch, den 2.Juli 2014



...und dann ging es mit den Autos ca. 20 km weiter an die Küste – denn was gibt es in Holland? Wasser, Fisch, Wind.... wirklich spüren konnten wir das auf einem Boot eines Krabbenfischers.

Während die einen puhlten, beobachteten die anderen eine Gruppe Bohrinsele Monteure, die eingewiesen wurden, wie sie ein Rettungsboot besteigen.

Die Krabbenfischerei gilt als eine der ältesten Kulturtechniken der Fischerei in der Nordsee. Der erwerbsmäßige Fang der Sandgarnele (Nordseegarnele) begann Mitte des 19. Jahrhunderts an der Westküste Schleswig-Holsteins. Diese Technik des Krabbenfangs gilt als Kulturgut und wurde in Büsum entwickelt.

Die Krabbenkutter gehen im Wattenmeer und in den Küstengewässern auf Fang. 50 bis 150 Fangfahrten unternimmt ein Kutter pro Jahr. Bei der Tidenfischerei (um die Inseln herum) sind die Kutter 12-14 Stunden unterwegs, auf See bis zu 72 Stunden.

Nach dem Einholen wird der Fang direkt an Bord verarbeitet. Die Krabben werden in Meerwasser gekocht, im Kühlraum gelagert und nach spätestens 72 Stunden angelandet. So wird die Qualität der Ware gesichert.



Die Möwen begleiteten uns wieder.



## Spaziergang in den Dünen Donnerstag, den 3. Juli 2014



Julianadorp aan Zee, unser diesjähriger Aufenthaltsort liegt südlich von Den Helder und mitten im Koegraspolder. Bis 1909 hieß die Siedlung "Loopuyt", genannt nach dem ersten Besitzer. Im Geburtsjahr von Prinzessin Juliana äußerte der Enkel von Pieter Loopyut den Wunsch, diese Siedlung "Julianadorp" zu nennen. Dieser Wunsch wurde ihm vom Königshaus erfüllt. Das Dorf liegt direkt hinter den Dünen. Unsere Unterkunft ist nicht weit von den Dünen und dem Strand entfernt.



Julianadorp bietet schöne, ruhige Wege durch die Dünen und durch den 1824 trockengelegten Koegraspolder. Der Koegraspolder wurde nach der ehemals dort betriebenen Viehzucht benannt, heute wird auf dem Polder meist Zwiebellandwirtschaft betrieben. Tulpen, Narzissen und Hyazinthen zaubern hier zu manchen Jahreszeiten wunderbar bunte Flecken ins Land.



## Geocaching in Speyer 25. Juli 2014



Die Verantwortlichen von SeHT stellten fest, dass Wandern nicht zu den bevorzugten Beschäftigungen der jüngeren Mitglieder gehört. Da ist schon eher Spielen mit dem Computer oder dem Smartphone angesagt. Naja, also Geocaching.

*Geocaching ist eine moderne Form einer Schatzsuche bzw. Schnitzeljagd, eine Art elektronischer Schatzsuche.*

*Ausgestattet mit einem Global Positioning System (GPS)-Empfänger und den Koordinaten eines "Schatzes" aus dem Internet kann man die Schätze finden, die jemand anderes an ungewöhnlichen Plätzen versteckt hat.*

*Die Verstecke („Geocaches“) werden anhand geographischer Koordinaten im Internet veröffentlicht und können anschließend mithilfe eines GPS-Empfängers gesucht werden. Mit genauen Landkarten ist die Suche alternativ auch ohne GPS-Empfänger möglich.*

*Ein Geocache ist in der Regel ein wasserdichter Behälter, in dem sich ein Logbuch sowie häufig auch verschiedene kleine Tauschgegenstände befinden. Der Besucher kann sich in ein Logbuch eintragen, um seine erfolgreiche Suche zu dokumentieren. Anschließend wird der Geocache wieder an der Stelle versteckt, an der er zuvor gefunden wurde. Der Fund kann im Internet auf der zugehörigen Seite vermerkt und gegebenenfalls durch Fotos ergänzt werden. So können auch andere Personen – insbesondere der Verstecker die Geschehnisse rund um den Geocache verfolgen. Wesentlich beim gesamten Such- und Tauschvorgang ist, dass von anderen anwesenden Personen das Vorhaben nicht erkannt wird und so der Geocache uneingeweihten Personen verborgen bleibt.*

Zwei Versuche zum Einüben gab es für uns, zunächst in der Innenstadt in Speyer, dann um den Nibelungenturm in Worms.

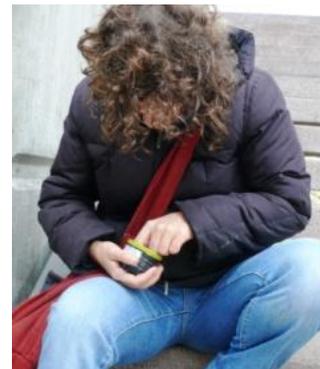
Johannes gab uns eine gute Einführung und wir lernten schnell mit den Koordinaten auf dem GPS umzugehen. Dann mussten auch noch die Aufgaben gelöst werden. Einen Cache fanden wir gleich in der Nähe des Domes. Wir mussten

alte Inschriften lesen am Domnapf und am alten Rathaus. Gar nicht so einfach! Aber mit vereinten Kräften sind wir ziemlich weit gekommen. Der zweite Cache lag am Altpörtel. Dann ging es zurück zur Rheinpromenade. Auch dieses Rätsel konnten wir lösen. Diese moderne Schnitzeljagd hat allen gefallen.



## Geocaching in Worms 2. November 2014

Vom 31. Oktober bis 2. November verbrachten wir ein Wochenende im Nibelungenturm in Worms. Am Samstag beschäftigten wir uns mit Ereignissen der Weltpolitik. Das war harte und schwere Kost für alle. Da war die Erholung am Sonntag wohl verdient. Es lag nahe, dass wir unsere neuen Kenntnisse im Geocaching auch in einer neuen Stadt ausprobieren wollten. Und so starteten wir am Sonntagmorgen zum Geocaching in Worms.





## Natur sinnlich erfahren

### - Tag der Entdeckungen im Pfalzmuseum für Naturkunde

29. November 2014

SeHT on Tour - das Pfalzmuseum für Naturkunde in Bad Dürkheim war Ziel einer Exkursion der Gruppe für junge Erwachsene der SeHT Landesvereinigung Rheinland-Pfalz.

Das in den letzten Jahren erweiterte und modernisierte Pfalzmuseum für Naturkunde beherbergt die bedeutendste naturkundliche und naturhistorische Sammlung in der Pfalz. Die Tier-, Pflanzen- und Mineralien-Sammlungen zahlreicher Naturforscher bilden den Grundstock der Ausstellungsgegenstände. Das Museum wird heute getragen von einem Zweckverband, dem neben dem anerkannten Naturschutzverband POLLICHIA auch der Bezirksverband Pfalz, die Stadt Bad Dürkheim und die Landkreise Bad Dürkheim und Kusel angehören.



Die SeHT-Landesvereinigung betrachtet Umweltbildung und Naturerfahrung von jeher als Teil ihres Programms: „SeHT unsere Umwelt!“ Von besonderem Interesse war daher für SeHT, dass sich das Museum nicht nur als Archiv wissenschaftlicher Schaustücke versteht, sondern dass es eine „Experimentierwerkstatt Sinne“ anbietet, die erfahrbar macht, wie wir mit unseren Sinnen die Umwelt wahrnehmen. Neben der Museumsführung war deshalb das Experimentieren mit den Sinnen, angeleitet durch eine museumspädagogische Mitarbeiterin, wesentlicher Bestandteil des Besuchsprogramms.



Das Pfalzmuseum für Naturkunde hat eine aufwändig ausgestattete Experimentier-Werkstatt mit zahlreichen Schautafeln, Modellen, Geräten und Versuchsaufbauten eingerichtet. Hier kann man ganz praktisch die Möglichkeiten und Grenzen der eigenen Wahrnehmung austesten.





## SeHT – Unsere Umwelt 2015 Aktivitäten

### **Mai**

Unter Tage in der Weißen Grube

**10. 5.**

Mit der Draisine durch die Südpfalz

**30. 5.**

### **Juli**

**Trainingsfreizeit in Saalfeld / Thüringen**

**3.7. bis 10.7.**

Samstag, den 04. 7.

Zu Besuch bei den Feen in Saalfeld

- Deutschlands ältester Heilstollen
- Erlebnisausstellung Grottoneum
- Zauberhafte Feenwelt

Montag, den 06.07.

Tretbootfahren auf dem Hohenwarte-Stausee

Mittwoch, den 8.7.

Im Land der Tausend Teiche

- Besuch im Hausteichhaus mit Aktivmuseum
- Spaziergang um die Teiche

Donnerstag, den 09.07.

Aufstieg zur Burg Greifenstein

- Besichtigung der Burg
- Die Falknerei



### **September**

Natur historisch betrachtet

SeHT auf Besuch im Naturhistorischen Museum Mainz

**12.9.**

SeHT auf Besuch im Kloster Lorsch

**19. 9.**

- Das Weltkulturerbe
- Kräuter und Salben

## Unter Tage in der Weißen Grube 10. Mai 2015

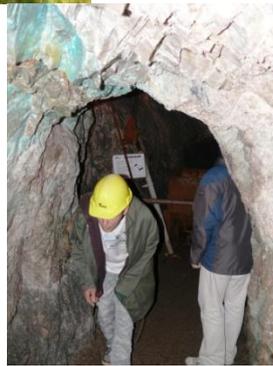


Bergbau-Erlebniswelt Imsbach



Unser Wochenende in Falkenstein war prall gefüllt mit Erlebnissen verschiedenster Art. Nach den Diskussionen über selbstständiges Leben am Samstag wollten wir uns am Sonntagvormittag wieder der Umwelt widmen. Wir besuchten die Weiße Grube bei Imsbach.

Die „Weiße Grube“ gehört zu den ältesten Gruben des Reviers. In erster Linie wurden hier Kupfererze und im 18. Jahrhundert vor allem Kobalt gewonnen. Man nimmt an, dass bereits schon zur Römerzeit Bergbau betrieben worden ist. Im 18. Jahrhundert gab es einen



„Silberschacht“. Das Vorkommen war aber nicht abbauwürdig. In den letzten Betriebsperioden wurden hier – überwiegend im Tagebau – wieder Laugerze gewonnen. Allerdings bereitete der Transport zur Laugerei größere Schwierigkeiten, weil keine Grubenbahn bestand.



Bei einem Rundgang durch das ausgedehnte Stollensystem des Besucherbergwerks begegneten wir hier Bergbauspuren aus den letzten 600 Jahren, also spätmittelalterliche und frühneuzeitliche Bergbauspuren. Wir finden sauber mit Schlägel und Eisen bearbeitete Bereiche aus dem Mittelalter bis hin zu den mit Sprengstoff herausgeschossenen Partien der letzten Bergbauphase zu Beginn des 20. Jahrhunderts.



In den großen unter und übertägigen Abbauweitungen lassen in allen Farben leuchtende Minerale den einstigen Erzreichtum der Grube erahnen.

Übertage werden Techniken zur Aufbereitung der Erze gezeigt.



Nach der Besichtigung erstanden wir noch zahlreiche in allen Farben schimmernde Steine – schöne Mitbringsel zum Muttertag.



## Mit der Draisine durch die Südpfalz 30. Mai 2015



Am 30. Mai 2015 treffen sich 20 Mitglieder und Freunde von SeHT zu einer Draisinenfahrt durch die Südpfalz.

Eine Draisine ist ein Schienenfahrzeug, das ursprünglich für Streckenkontrollen von Bahnanlagen verwendet wurde. Der Name geht auf den Erfinder des Schiebe- und Tretrads, Karl

Friedrich Drais, zurück. Heute dient die Draisine unserem Vergnügen auf der 12 km langen Strecke zwischen Bornheim und Westheim in der Südpfalz.

SeHT hat fünf Familiendraisinen gemietet. Bei einer Familiendraisine radeln vorne zwei Perso-



nen und in der Mitte können zwei weitere Mitfahrer auf den bequemen Polstersitzen Platz nehmen. Hinten auf der Plattform gibt es noch Platz für einen Picknickkorb.

Ausgangspunkt unserer Fahrt ist Bornheim in der Südpfalz, das „Storchendorf“, das wir von unserem Besuch bei den Störchen bereits kennen. Unsere Fahrt führt weiter über den Dreihof durch den Hochstadter Wald an Hochstadt vorbei zum „Zwiebeldorf“ Zeiskam. Zeiskam ist ein altes Bauerndorf mit Fachwerkhäusern. Auch der nächste Haltepunkt, Lustadt, zählt zu den ältesten Dörfern der Vorderpfalz. Von hier aus geht es weiter durch Gemüsefelder und Äcker nach Westheim.

Zu Beginn wird uns das Fahren mit den Draisinen erklärt und wir werden in die Sicherheitsbestimmungen eingewiesen. Wir fahren mit unseren fünf Draisinen los und hoffen einen schönen Rastplatz auf der Wegstrecke zu finden für eine Pause. Alle dürfen mal kräftig in die Pedalen treten. Wir haben viel Spaß in der Runde und können die Natur richtig genießen, da die Draisine (auch von ungeübten Radfahrern) leicht zu fahren ist.

Bei jeder Kreuzung heißt es: Schranke öffnen und Freisignal abwarten.



An der Endstation in Westheim erwartet uns Inge Bellmann mit frisch belegten Brötchen und weiteren Leckereien. Nach der Mittagspause fahren

wir um 14 Uhr wieder in Richtung des Ausgangsbahnhofes. Auf der Rückfahrt ist die Bedienung der Schranken gut eingespielt und es gibt keine Staus mehr mit anderen Teilnehmern. Am Bahnhof Dreihof machten wir nochmals eine Pause um die letzten Köstlichkeiten zu verzehren und erreichen gut gestärkt den Ausgangsbahnhof in Bornheim. Diese Draisinenfahrt war für die Teilnehmer ein besonderes Erlebnis!

## Trainings-Freizeit in Saalfeld / Thüringen

### Zu Besuch bei den Feen in Saalfeld

Samstag, den 4. Juli 2015

#### Deutschlands ältester Heilstollen



Mitten in Thüringen, dem grünen Herzen Deutschlands, tief im Inneren der Erde – liegt ein zauberhaftes Reich: Wir besuchten die weltberühmten Feengrotten in Saalfeld, eine Welt voll Fantasie - und es gibt kaum einen schöneren und angenehmeren Ort als diesen, zumindest wenn es draußen 37 Grad Celsius sind - konstante 12 \* C und die reinste Luft mit der absoluten Gesundheitsförderung - heilt Asthma und Lungenkrankheiten in 90% der Fälle - kein Wunder, dass uns das zu Kopf stieg. Als man im Jahr 1914 die Feengrotten wieder entdeckte und als Schaubergwerk eröffnete, ahnte wohl niemand, welch wertvollen Schatz die farbenreichen Grotten auch für die Gesundheit zu bieten haben. Im Rahmen wissenschaftlicher Untersuchungen in den 1930er Jahren konnte die gesundheitsfördernde Wirkung der Feengrottenluft nachgewiesen werden. Daraufhin wurde bereits 1937 in einem separaten Teil der Grotten das „Emanatorium“, der erste Heilstollen Deutschlands, eröffnet. Mit kurzer Unterbrechung

werden hier seitdem ambulante Inhalationsaufenthalte durchgeführt.

Ja, unser Führer war sehr witzig und die Grotte sehenswert.

Auch am Rande des Thüringer Schiefergebirges machten sich Bergleute vor vielen Jahrhunderten auf die Suche nach Gold, Silber und anderen begehrten Metallen. Es war Alaunschiefer, der hier entdeckt wurde und der nach der Aufbereitung zu Alaun und Vitriol für viele Prozesse unentbehrlich war. Durch den Abbau entstanden große unterirdische



Hohlräume, die nach der Einstellung der bergmännischen Arbeit sich selbst überlassen wurden. Nun geschah das "Wunder der Natur", denn diese Räume verwandelten sich in farbenprächtige Tropfsteinhöhlen, eine märchenhafte Untertagewelt mit farbenprächtigen Tropfsteinen und schillernden Grottenseen.

#### Erlebnisausstellung Grottoneum

Mit "Glück auf" gingen wir dann noch in das Grottoneum, für alle Wissbegierigen ist das ein

idealer Ort. Hier im Erlebnismuseum konnten wir die Entstehung der Feengrotten erkunden, Tropfsteine wachsen lassen und wertvolle Minerale ganz aus der Nähe betrachten. An den

zahlreichen Wissens- und Mitmachstationen wurden wir zu Entdeckern, denn im Grottoneum heißt es Anfassen, Hören, Lesen und Schmecken und spannenden Fragen selbst auf die Spur zu gehen. Wir ließen unseren eigenen Tropfstein wachsen, die Moleküle tanzen und puzzelten die farbenreichen Minerale der Feengrotten zusammen. 440 Millionen Jahren Geschichte verfolgten wir im Grottenkino.

### Zauberhafte Feenwelt



Im Wald oberhalb der Schaugrotten, wo die Elfen und Feen, die Trolle und Waldgeister zuhause sind, erlebten wir eine fantastische Zeit, zumindest die von uns, die noch in Verbindung zu ihrem inneren Kind stehen. Wir durchschritten die Feenpforte, erkundeten den hellen Hain der Lichtelfen, den magischen Garten der Feenpflanzen und das dunkle Reich der Waldgeister. Diese außergewöhnliche Erlebniswelt entführte in eine fantasiereiche Welt der Feen und



Naturgeister. Wir erlebten z.B. einzigartige Holz- und Klangelemente und Lauschinseln. Das Ziel der Reise führt zum Feenwipfelschloss mit seiner Zauberrutsche.



## Der Hohenwarte – Stausee Montag, den 6. Juli 2015

Wenn es heiß ist, ist Wasser immer ein guter Programmpunkt – nach dem üblichen Frühstücken-Aufräumen-Lunch-Pakete-Wahnsinn fahren wir zum Hohenwarte-Stausee um dort Tretboot zu fahren – bzw. einige auch Ruderboot.



Der Hohenwarte-Stausee bzw. die Hohenwartetalsperre wird auch als Thüringer Meer bezeichnet. Der Stausee ist in den 1930er Jahren durch Anstauung der Saale mittels einer Staumauer entstanden. (Hohenwarte ist eine Thüringer Ortschaft in der Nähe.) Die gekrümmte Gewichtsstaumauer aus Beton wurde von 1936 bis 1942 erbaut. Ihre Höhe beträgt 75 m, ihre Länge 412 m. Beim Bau der Talsperre mussten 250 Menschen umgesiedelt werden. Das Dorf Preßwitz wurde dabei überflutet.

Diese Talsperre ist die viertgrößte in Deutschland. Sie hat einen Speicherraum von 182 Millionen Kubikmeter Wasser.

Das Wasser wird zu einer Gewässeroberfläche von 7,3 Quadratkilometern (jahreszeitlich leicht schwankend, abhängig vom Wasserstand) angestaut. Zweck des Stausees ist der Hochwasserschutz, die Betriebswasserversorgung und die Elektrizitätserzeugung und -speicherung durch das Pumpspeicherkraftwerk Hohenwarte I. Dieses verfügt über Turbinen mit einer Leistung von 63 Megawatt und gehört der Vattenfall Europe AG.



Der Hohenwarte-Stausee gehört zu der fast 80 Kilometer langen, fünffach gestuften Saalekaskade. Dazu gehören noch saaleabwärts das Ausgleichsbecken Eichicht sowie saaleaufwärts das Ausgleichsbecken Burgk, die Talsperre Walsburg und der Bleiloch-Stausee. Die Staumauer hat in der Mitte einen festen Kronenüberlauf mit sieben Feldern als Hochwasserentlastung.

Der Stausee ist mit Sportbooten mit und ohne Motor befahrbar.



Andrea ruderte Inge und den Hund übers Wasser (so schnell, dass Inge sogar seekrank wurde, - nee, die Übelkeit kam von den vielen Kurven), Helmut wurde auserkoren, Andreas und Peter standesgemäß über den See zu bringen – mutig von den Herren, denn Helmut hatte das noch nie gemacht. Aber mit viel pantomimischer Unterstützung von Peter und genauen Anweisungen von Andy (aber rechts von wo bitte?) kamen wir über den See und konnten an einer netten Stelle anlegen. Nett, aber schlecht für die Schuhe, wie Monika und Mark merkten, als ihnen von dem scharfen Geröll die Sohlen vom Schuh fielen. Egal, das Baden war schön. Zurück wurde ein bisschen getauscht und Felix durfte Andy und Peter fahren – aber wohin bitte??? Alle waren schon zurück, nur die drei kreuzten noch über den See. Also fuhren Helmut und ich zu ihrer Rettung, tauschten in einem waghalsigen Manöver die Gefährte und Andrea ruderte die Herren zurück.

Erschöpft kamen wir mit 1,5 Stunden Verspätung an, zahlten ordentlich nach und gingen dann erst mal Kaffeetrinken.



## Im Land der Tausend Teiche Mittwoch, den 8. Juli 2015



Zwischen den Wäldern des Rennsteigs und den Burgen der Saale befindet sich der Naturpark "Thüringer Schiefergebirge / Obere Saale".



Das Besondere an diesem Naturpark sind fünf ganz unterschiedliche Naturräume mit speziellen Landschaftsbildern. Einer dieser Naturräume ist das Thüringer „Land der Tausend Teiche“, das größte Teichgebiet in Thüringen mit einer ursprünglich von Menschenhand geschaffenen Kulturlandschaft.

Auch für SeHT hieß es: Auf ins Land der 1000 Teiche! Eine lange Anfahrt auf immer kleiner werdenden Straßen, eine wunderschöne Landschaft... und viele

Teiche. Der Spaziergang mit dem Naturführer Erich Herzog begann in einem kleinen Museum, in dem wir etwas über die Flora und Fauna im Land der 1000 Teiche erfuhren und ging weiter mit der Besichtigung eines Pfahlhauses (steht über dem Wasser auf Pfählen).



*Seit Jahrhunderten steht ein altes auf 90 Lärchenpfählen errichtetes, vom Wasser umspültes Gebäude im 32 Hektar großen Hausteich bei Plothen. Aus restauratorischen Voruntersuchungen ist bekannt, dass es im 17. Jahrhundert erbaut wurde. Die Ländereien gehörten damals dem Fürstentum Reuss mit Sitz in Greiz. Das **Hausteichhaus** diente mit seiner zentralen Lage als Jagdhütte und war somit für Repräsentationszwecke gut geeignet. 1878 kauften Herren des Ritterguts Knau den Hausteich. Gegen eine Pacht nutzten es drei Plothener Wirtshäuser gastronomisch. Mit der Gründung der Binnenfischerei. 1958 diente das Pfahlhaus als Geräteraum und Futtermittellager. 1991 wurde das alte Gebäude unter Denkmalschutz gestellt. 1995 begann der Heimatverein Plothen mit der aufwändigen Rekonstruktion. Im Rahmen dieser Neugestaltung erhielt das Haus einen neuen Unterbau, welcher nur noch aus 54 Stämmen besteht. Derzeit beherbergt das Pfahlhaus ein Museum für Fischerei- und Teichwirtschaft mit einer Ausstellung über die Geschichte des Hauses und die verschiedenen*



*Nutzungen durch Teich-, Land- und Forstwirtschaft sowie Naturschutz.*

Anschließend folgte ein langer Spaziergang rund um einige Teiche.



Wir lernten, dass Teiche von Menschen geschaffen sind, wohingegen Seen natürliche Gewässer sind, konnten Tiere beobachten und erfuhren, warum in den Teichen Mönche „leben“.



Was unterscheidet einen Teich von einem See?

Der Teich wurde mithilfe von Menschen geschaffen (auch wenn der Boden eine besondere Beschaffenheit braucht), dient oft der Fischzucht und braucht einen Ablauf – und das ist ein Mönch. Das ist kein Spaß, denn die Vorrichtung,

die dem Ablassen des Wassers dient und hilft, dass die Menschen die Fische besser einsammeln können, wird Mönch genannt. Im Land der Tausend Teiche gibt es heute nur noch einige hundert von ihnen, da viele zusammen gelegt wurden, aber früher waren es mal 1586.

Die Teiche sind aber nicht nur ein Fischreservoir sondern dienen vielen Tierarten als Lebensraum. Wenn z.B. die



Vögel auf ihrer Reise nach Süden durchziehen, können sie sich an den Teichen, die viel Flachwasserzonen haben (da wird der Mönch gezogen), nochmal richtig satt essen und Kraft tanken. Aber auch viele Insekten, Vögel, Nagetiere usw. profitieren von dieser Landschaft und dem Wasser. In den Teichen, die sehr unterschiedlich groß sein können, und oft rechteckig sind (mehr oder weniger) werden vorwiegend Karpfen als Speisefisch gehalten – zu Zeiten der DDR in richtig großem Stil.



Es war ein sehr lehrreiches und interessantes Erlebnis und wie immer nach einer solchen Veranstaltung hatten wir als Gruppe das Gefühl, jetzt über eine bestimmte Sache besser Bescheid zu wissen, als die meisten anderen Leute.

## Auf Burg Greifenstein bei den Greifen

Mittwoch, den 8. Juli



Heute mal wieder Natur – Burg Greifenstein besichtigen.

Hoch über der Stadt Bad Blankenburg, dem Eingangstor zum Schwarzatal, liegt auf dem mit altem Buchen bewaldeten Hausberg, das Wahrzeichen der Stadt, die Burg Greifenstein. Mit etwa 250 m in der Länge und ca. 80 m in der Breite, gehörte die Burganlage zu den größten deutschen Feudalburgen.



Und wir konnten eine Greifvogelschau miterleben – mit der echten TIVI-Eule, die Christa sogar halten durfte. Wir erlebten in der Flugshow eine Vielzahl an Greifvögeln - Adler, Falken, Eulen, Bussarde und Geier - bei ihren majestätischen Freiflügen in mittelalterlicher Burγκulisse.



## Adler & Falkenhof



*Ralf Schubach ist Falkner aus Leidenschaft. Er hat sein Hobby zur Lebensaufgabe gemacht!*

*Als er im Alter von 10 Jahren einen verletzten Bussard fand, packte ihn der „Greifvogelvirus“ und die Faszination der Könige der Lüfte ließ ihn nie wieder los. Heute kann er auf 30 Jahre Erfahrung als Falkner zurückblicken.*

*2006 errichtete er seine erste Falknerei, die Greifenwarte „Falknerei am Rennsteig“ nahe des Höhenwanderweges des Thüringer Waldes, dem Rennsteig, in der Nähe von Ruhla /Winterstein. Mit seinen Erfahrungen stellt sich der passionierte Falkner einer neuen Herausforderung, der Falknerei auf Burg Greifenstein ein neues Gesicht zu geben. In mühevoller Handarbeit wurde hier von ihm eine neue falknerische Einrichtung geschaffen, mit dem Ziel dem Besucher Wissenswertes über die 4000 Jahre alte Tradition einer natürlichen Jagdart, der Beizjagd, die Biologie und das Wesen von Greifvögeln und Eulen zu vermitteln.*

Wir kamen zwar etwas knapp an, trotzdem konnten wir einiges über Greifvögel, die Burg und regionale Konflikte lernen. Denn der Mensch, der uns professionell begleitete, war sehr nett und kompetent.



**Natur historisch betrachtet -  
SeHT auf Besuch im  
Naturhistorischen Museum Mainz  
12. September 2015**



Die Landeshauptstadt Mainz hat einiges zu bieten, darunter mit dem Naturhistorischen Museum die größte Sammlung der Geo- und Biowissenschaften in Rheinland-Pfalz. Nach einem Besuch im Landtag am Vormittag widmete eine Gruppe der SeHT-Landesvereinigung Rheinland-Pfalz den Nachmittag wiederum der Umweltbildung.



Das Naturhistorische Museum Mainz ist im ehemaligen Klarissenkloster St. Klara aus dem Jahr 1272 untergebracht. Nach Zerstörung im 2. Weltkrieg wurde das Museum wieder aufgebaut und 1962 wiedereröffnet. Ausgestellt ist unter anderem eine Sammlung eiszeitlicher Tiere wie Flusspferd, Steppenmammut, Elch, Wolf, Mosbacher Löwe, Jaguar und Säbelzahnkatze.



Eine weitere Attraktion sind die Präparate von heute ausgestorbenen Tieren wie den südafrikanischen Steppenzebras (Quaggas) und dem Beutelwolf.



Ein weiterer Schwerpunkt ist die Präsentation von Präparaten heimischer Tiere.



## Arzneien nach mittelalterlichem Rezept selbst hergestellt SeHT auf Besuch im Kloster Lorsch 19. September 2015



### Das Weltkulturerbe



zum Kloster Lorsch - und damit in die Welt des frühen Mittelalters.

Seit seiner Gründung um das Jahr 764 bis weit in das Hochmittelalter zählte das Kloster Lorsch zu den wichtigsten kulturellen Zentren in Mitteleuropa. Im

„Lorscher Codex“ sind in über 3800 Urkunden die weit verstreuten Ländereien der alten Benediktinerabtei - von den Alpen bis zur Nordsee - verzeichnet. Der größte Teil der Urkunden stammt aus dem achten und neunten Jahrhundert, der Zeit Karls des Großen. Damit ist der Lorscher Codex so etwas wie das älteste Grundbuch der Region. Viele Städte und Gemeinden können ihre erstmalige Erwähnung auf den Eintrag im Lorscher Codex zurückführen.



Heute ist von den mittelalterlichen Gebäuden nur noch die sogenannte „Königshalle“ und ein Teil der Abteikirche übrig geblieben. Die Größe des Areals und

die frühere Bebauung lassen sich allerdings an der Umgrenzungsmauer und an den Abmessungen eigens angelegter Rasenfelder nachvollziehen.

Die Führung durch die sachkundige und engagierte Historikerin Heike Wirth auf dem Welterbe-Areal konnte der SeHT-Gruppe ein lebendiges Bild der Baukunst und der Kultur im Mittelalter vermitteln.



## Kräuter und Salben



Ein zweiter Teil war einem Workshop gewidmet, wo die Besucher unter fachkundiger Anleitung selbst Arzneien nach mittelalterlichem Rezept herstellen konnten. Die Rezepte stammen aus der ältesten medizinisch-

pharmazeutischen Handschrift deutscher Herkunft, nämlich dem Lorscher Arzneibuch vom Ende des 8. Jahrhunderts. Und die Kräuter, die bei der Arzneiherstellung verwendet werden, wachsen gerade mal hundert Meter entfernt auf dem 2013 neu angelegten Kräutergarten des Klosters Lorsch. Auf fünf Terrassen hinter der Zehntscheune sind 200 verschiedene Pflanzen zu betrachten und zu beriechen. Auch weniger Bekanntes wächst auf den Terrassen, Mönchspfeffer etwa, Wolfsmilch oder Ysop.

Aus einfachen Zutaten, Kräutern und Honig, Schweineschmalz, Bienenwachs und Rosenöl wurden mit Hilfe von Mörser und Schmelztiigel zuerst ein Hustensirup und dann eine Heilsalbe

hergestellt. Jeder konnte ein Gläschen Selbstgemachtes mit nach Hause nehmen.





## SeHT – Unsere Umwelt 2016 Aktivitäten

### **März**

Wir bauen ein Insektenhotel  
**5.3.**

Warum die Kartoffel Kartoffel heißt  
- Besuch im Kartoffel- und Heimatmuseum Fußgönheim  
**18.3.**

### **April**

Geocaching im Dudenhofener Wald  
**2. 4.**

## Wir bauen ein Insektenhotel 5. März 2016



Da wurde gehämmert, gebohrt, genagelt, gestopft, .... Martins Vater, Robert Mühlhölzer, stellte seine (heilige, wie Isis sagt) Werkstatt zur Verfügung. Und nicht nur das! Alle Maschinen durften benutzt werden, er leitete sehr umsichtig dazu an. Andrea hatte schon Tage zuvor die „Zutaten“ besorgt: Haselstecken, Bambusstäbe, Papprollen, durchlöcherichte Backsteine, Holzlatten, Lehm, Dachpappe. Ihr Auto war voll beladen.



Die Grundkonstruktion besteht aus den langen Kanthölzern, aus denen das, einem rechteckigen Schaukasten ähnelnde, Gerüst gebildet wird. Als oberer Abschluss der Konstruktion konnte ein Schrägdach aufgesetzt werden. Da wurde erst einmal gemessen und gesägt. Vor allem aber musste dann das „Häuschen“ gefüllt werden. Gar nicht so einfach, die „Innereien“ passend zu machen. Passt neben den Backstein



noch die Baumscheibe? Wie krieg ich sie dünner? Bambusröhrchen sollen gleich lang sein und in die Papprolle gesteckt werden, so fest, dass sie sich gegenseitig halten. In dicke Holzscheiben wurden Löcher gebohrt. Viel Geduld braucht man dazu. Wir kamen richtig ins Schwitzen.



Derweil ging Robert von Mann zu Mann bzw. Frau, zeigte, erklärte und ließ sich überhaupt nicht aus der Ruhe bringen.



Nach drei Stunden hatte aber jeder sein Hotel fertig, ganz verschieden, so verschieden wie die Akteure und wahrscheinlich auch die Bewohner. Noch ein Fotoshooting, dann gingen alle mit Stolz geschwellter Brust nach Hause.



*Insekten brauchen ein Hotel? Wozu denn, die haben doch dort keinen Portier und keine Zimmermädchen. Die sind auch gar nicht erforderlich. Denn die Insekten brauchen im Gegensatz zu uns Menschen auch keinen Service, sondern einen Platz zum Leben und Überwintern. Immer mehr Insekten werden aus unseren Städten vertrieben. Wir wollen Ihnen in unserem Hotel einen neuen Lebensraum in der Natur geben.*



*Technisch gesehen besteht ein solches Hotel aus vielen kleinen Schlupfwinkeln. In der einfachsten Variante reicht ein Holzblock, der mittels Bohrmaschine präpariert wird. Für die Mittelschicht bieten mehrere Bambusstangen circa 10 cm lang und gebündelt in einem Rohr einen komfortablen Platz. Wer auf eine steinerne Behausung Wert legt, für den eignet sich ein Ziegelstein. Die Hohlräume werden natürlich tapeziert, wir leben ja auch nicht in kahlen Wänden. Aber anstelle von Tapeten bevorzugen die Insekten eine Verkleidung aus Holzweigen. Ein Rahmen aus Holzlatten, eine Rückwand und ein Dach kompletieren die steinerne Behausung. Zum Schutz vor Regen wird sogar eine Dachpappe verbaut. Dazu wird noch eine Schnur zur Befestigung montiert und fertig ist die Luxusvilla.*





*Für jede dieser Ausführungen erstellte Andrea Reiner verschiedene architektonische Zeichnungen. Je nach Vorliebe haben wir eines davon umgesetzt und unser persönliches Insektenhotel gebaut. Die Materialien und einige Werkzeuge brachten wir mit. Für alles andere stellte uns Robert Mühlhölzer seine Scheune mit Werkstatt zur Verfügung. Nur die große Säge bediente er alleine. Für das Zusammenbauen mussten wir uns unser eigenes handwerkliches Geschick aus den Fingern saugen, was glücklicherweise auch unfallfrei gelang.*

*Derweil die ersten ihre Baustellen eröffneten und auf zugeschnittenes Material warteten, macht der tüchtige Handwerker erst mal Mittag. So besänftigte ich zuerst meinen Magen mit einer Kartoffelsuppe von Inge Bellmann. Natürlich gab es dazu Wiener Würstchen und Brot. Danach konnte ich in Ruhe mit der Arbeit beginnen.*

*Ich habe eine luxuriöse Luxusvilla mit Schrägdach gebaut. Zuerst musste ich mir aber erst mal Platz schaffen. Dann sorgfältig das Holz abmessen und die Löcher bohren. Dann musste ich von der Projektleitung erfahren, dass man hinter dem Zeitplan liegt. Von da an war Eile geboten. Die langwierigen Details des Zusammenbaus und weshalb mein Ziegelstein zersprang, möchte ich euch im Folgenden nicht erläutern. Aber so viel sei verraten: Eine Lehmschicht als Wandverkleidung half mir, den Schaden zu mindern. Ich hoffe nun, dass mich die Insekten nicht wegen „Pfusch am*

*Bau“ verklagen. Letztendlich gelangt es mir doch noch den Bau fristgerecht fertigzustellen. Mein Dank für den Rohbau des Dachstuhls möchte ich noch Robert Mühlhölzer aussprechen. Für die wetterfeste Versiegelung des Daches danke ich abschließend Fräulein Rödl.*

*Wie die anderen ihr Hotel errichteten, habe ich selbst nur am Rande mitbekommen. Überall war aber emsiges Werkeln, Bohren, Sägen und Hämmern zu hören. Obwohl der Platz recht eng war, kamen wir zurecht, ohne einander auf die Füße zu treten. So verging die Zeit schneller als erwartet.*

*Wo gehobelt wird, fallen Späne. Die haben wir selbstverständlich vor unserer Abreise noch sachgemäß entsorgt. Die Ergebnisse unserer langen Arbeit wollen wir euch nicht vorenthalten, aber sehet doch selbst.*





*PS.: Nach einem erfolgreichen Hotelumzug ins Grüne, dauerte es fast einen Monat, bis mir vom Hotelmanagement berichtet wurde, dass die ersten Zimmer bereits erfolgreich vermietet wurden.*

*Joachim M.*

## Warum die Kartoffel Kartoffel heißt - Besuch im Kartoffel- und Heimatmuseum Fußgönheim 18. März 2016

Die Pfalz, ein ausgezeichnetes Kartoffelanbaugebiet. Da liegt es nahe das Kartoffelmuseum zu besuchen. Hier erfuhren wir viel über die Geschichte dieser Frucht, ihren Anbau, ihre Züchtungen und auch die Schädlinge. Aber auch Rezepte lernten wir kennen und hörten, dass die Kartoffel, richtig zubereitet, schmackhaft und gesund ist und nicht dick macht.



Ihren Anfang nahm die Kartoffel vor mindestens 6000 Jahren in den Hochebenen der Anden, wo sie den Indios noch heute als Nahrungsgrundlage dient.

Im 12. und 13. Jahrhundert bauten die Inkas ausgeklügelte Bewässerungssysteme, legten Depots an und kannten schon über 400 Kartoffelsorten. Und sie wandten bereits die Methode des „Gefrier-trocknens“ an, indem sie die Knollen abwechselnd dem Nachtfrost und der Sonne aussetzten. Dadurch wird die Kartoffel jahrelang haltbar. Forscher bezeichnen sie als „Das Gold der Inkas“.



Bei den Inkas lernten die Spanier die Kartoffel in der ersten Hälfte des 16. Jahrhunderts kennen und brachten sie mit ihren Schiffen nach Europa.

In Italien erhielt die Kartoffel wegen ihrer Ähnlichkeit mit Trüffeln den Namen *Tarathopholi*. Um 1800 waren in Deutschland die abgeleiteten Wörter *Tartuffeln* oder *Artoffel* üblich.

Daraus hat sich das Wort *Kartoffel* entwickelt.

Um das Jahr 1600 gab es in den meisten europäischen Ländern Liebhaber, welche die Kartoffel als kostbare Rarität in ihren Gärten züchteten. Kartoffelblüten erregten damals die Aufmerksamkeit des französischen Hofes. So trug Marie-Antoinette auf Bällen einen Kranz zarter Kartoffelblüten im Haar.





Das Verkosten der oberirdischen Früchte endete oft mit Bauchschmerzen oder Vergiftungserscheinungen, und so entstanden bald zahlreiche Vorurteile gegenüber dieser schön blühenden Pflanze aus Übersee. Die Kartoffel erhielt den Ruf einer „Giftpflanze“.

Die Geschichte erzählt, dass Friedrich der Große während der Hungersnot von 1740 in der Nähe von Berlin Kartoffelfelder anlegen ließ, die von Soldaten streng bewacht wurden, um Diebe abzuhalten. Friedrich zählte dabei in seiner Weisheit vertrauensvoll auf die menschliche Neugier, die die Bauern alsbald veranlasste, die heimlich entwendeten königlichen Knollen selber anzubauen. Historisch belegt ist in jedem Fall, dass Friedrich der Große per Dekret den Anbau verordnen musste, um sein Volk vor Hungersnöten zu bewahren.

Karl Freidel, der uns durch die Ausstellung führt, leibt und lebt für „sein“ Museum. Nicht nur die Geschichte der Kartoffel stellte er uns lebendig vor Augen. Er zeigte uns Besonderheiten und Kuriositäten, erklärte, wie Neuzüchtungen erstehen. In dem kleinen hinteren Raum konnten wir den gedeckten Tisch bestaunen, auf dem die Kartoffel als „Armeleuteessen“ präsentiert wurde.



Und weil alles so viel Spaß machte, uns gefiel, führte uns Herr Freidel gleich noch in die Abteilung „Landwirtschaft“, wo wir die alten Landmaschinen bewunderten. Natürlich mussten die wichtigen Traktoren bestiegen werden. Zum Abschluss ging es in die Wäscherei: So sah der Washtag unserer Mütter und Großmütter aus – Zuber und Waschbrett! Über 200 Bügeleisen dokumentieren die Entwicklung dieses Gerätes. Ein voller Abend: wir kommen im Herbst wieder, um die anderen Abteilungen anzusehen.



## Geocaching im Dudenhofener Wald 2. April 2016



Das Wetter war gerade recht: Der Regen der letzten Tage hatte aufgehört, die Sonne schien, aber noch nicht zu stark. Alles richtig zum Geocaching.



Johannes war wieder kompetenter Führer. Er hatte zwei attraktive Caches für uns ausgesucht.

Es war eine große Gruppe, die hinter der Schule in Dudenhofen startete. Der Umgang mit dem GPS-Gerät funktionierte gut und wir wussten schnell die Koordinaten. Bald gab es schon die ersten Aufgaben: Baumstämme zählen, multiplizieren. Weiter zur nächsten Station: Wie viele Bäume auf dem Areal sind umzäunt? Dann war der erste Cache gefunden.





Beim zweiten hatte sich der „Besitzer“ etwas ganz besonderes ausgedacht. Um eine Kiste saßen viele Gnome. Es musste der (elektronische) Schlüssel gefunden werden. Das war eine Karte, versteckt zwischen einem durchsägten Baumstamm. Dazu brauchten wir aber noch das Schloss. Schlüssel eingesteckt und – viele Lämpchen um die Gnome leuchteten auf und die Kiste öffnete sich. Sie war

innen mit rotem Stoff ausgeschlagen und darin lag das Log-Buch, in das sich alle Teilnehmer der Gruppe

eintrugen. Danke an den „owner“, der sich viel Mühe um seinen Cache gegeben hat und uns überraschte.

Jetzt hatten wir uns einen kleinen Umtrunk in der Ganerb verdient.





## Treffpunkt Natur



„Treffpunkt Natur“ ist eine Wandergruppe - und mehr als das. Wir treffen uns, um Natur zu erleben, Natur zu verstehen und um soziales Lernen in der Gruppe zu üben.

Wir planen und organisieren Wanderungen in der Region. Anfahrt und Abfahrt erfolgt grundsätzlich mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Aber auch der SeHT-Bus kann zum Einsatz kommen.

Wir lernen uns in fremder Umgebung mit Karte und Kompass zu orientieren und auf schwierigem Gelände sicher zu bewegen.

Wir lernen Flora und Fauna in der Region kennen. Wir lernen Menschen kennen, die in der Natur und von der Natur leben. Wir informieren uns über Naturschutzprojekte, Renaturierungsprojekte und Zusammenhänge von Natur und Technik.

Das Projekt „Treffpunkt Natur“ ist besonders geeignet für junge Erwachsene und Erwachsene mit Teilleistungsschwächen. Neben den SeHT-Mitgliedern sind Angehörige, Freunde und Verwandte und interessierte Gäste gerne willkommen.

„Treffpunkt Natur“ findet an fünf bis sechs Terminen im Jahr statt, grundsätzlich am letzten Samstag eines Monats. Die Termine werden auf der Homepage der SeHT-Landesvereinigung Rheinland-Pfalz bekannt gegeben.



<p><b>Projekt Treffpunkt Natur</b>  <b>Jahresprogramm 2011</b></p>
--

**Samstag, 26. März**

Mandelblütenwanderung über Mußbach, Gimmeldingen, Königsbach, Klausenkapelle  
 Treffpunkt Hauptbahnhof Neustadt 10:00 Uhr  
 Führung: Werner Fröhlich

**Samstag, 30. April**

Eckkopfwanderung über Wachtenburg, Eckkopfturm, Michaeliskapelle nach Deidesheim  
 Treffpunkt Bahnhof Wachenheim 10:00 Uhr  
 Führung: Maria Mees

**Samstag, 28. Mai**

Waldwanderung über Lambertskreuz, Pottaschhütte, Lichtensteinhütte, Ruine Neidenfels,  
 Treffpunkt Bahnhof Neidenfels 9:45 Uhr  
 Führung: Georg Beneken

**Samstag, 27. August**

Heidewanderung zur Mehlinger Heide  
 Treffpunkt Hauptbahnhof Neustadt 9:15 Uhr  
 Führung: Werner Fröhlich

**Sonntag, 18. September**

Steinbruch Budenheim bei Mainz. Freizeit-, Sport- und Erholungspark<sup>3</sup>  
 Treffpunkt Hauptbahnhof Ludwigshafen 9:30 Uhr  
 Führung: Werner Fröhlich

**Samstag, 29. Oktober**

Burgenwanderung zur Ruine Gräfenstein ab Hinterweidenthal  
 Treffpunkt Hauptbahnhof Neustadt 9:00 Uhr  
 Führung: Maria Mees

---

<sup>3</sup> Siehe 1 / S. 65



<p><b>Projekt Treffpunkt Natur</b>  <b>Jahresprogramm 2012</b></p>
--

**Samstag, 31. März**

Mandelblütenwanderung über Wolfsburg, Weinbiet, Gimmeldingen

Treffpunkt Hauptbahnhof Neustadt 10:00 Uhr

Führung: Georg Beneken

**Samstag, 28. April**

Frankenstein-Wanderung

Treffpunkt Hauptbahnhof Neustadt 10:00 Uhr

Führung: Maria Mees

**Samstag, 19. Mai<sup>4</sup>**

Fahrt zur Rhein-Staustufe Gamsheim, Besichtigung Fischtreppe. Anschließend Picknick

Abfahrt mit SeHT-Bus: Hbf. Speyer, 9:30 Uhr.

Führung: Berufsfischer Axel Dannenmaier / Werner Fröhlich

**Samstag, 30. Juni**

Altrheinwanderung

Treffpunkt Hauptbahnhof Speyer, 10:00 Uhr

Führung: Werner Fröhlich

**Samstag, 25. August**

Käschde-Wanderung über Edenkoben, Villa Ludwigshöhe, Weyher, Burrweilermühle, Edesheim

Treffpunkt Hauptbahnhof Neustadt 10:00 Uhr

Führung: Georg Beneken

**Samstag, 29. September**

Erlebnislandschaft Erdekaut

Treffpunkt Bahnhof Eisenberg 11:00 Uhr (Abfahrt Hbf. Neustadt, 9:30 Uhr, Hbf.

Ludwigshafen, 9:50 Uhr)

Führung: Maria Mees

---

<sup>4</sup> Siehe 2 / S. 10



<p><b>Treffpunkt Natur</b>  <b>Jahresprogramm 2013</b></p>
--

**Samstag 23. März:**

Frühlingswanderung zum Eckkopfturm. Ab Bahnhof Deidesheim.  
 Führung: Georg Beneken.

**Samstag, 27. April:**

Philosophenwanderung. Ab Heidelberg – Bismarckplatz bis Ziegelhausen.  
 Führung: Werner Fröhlich / Maria Mees.

**Samstag, 25. Mai:**

Ungeheuer-Wanderung. Ab Bad Dürkheim – Leistadt zum Ungeheuer-See.  
 Führung Maria Mees.

**Samstag, 29. Juni:**

Auf den Spuren von Goldwäschern und Schatzsuchern am Altrhein bei Altrip. Mit Besuch beim Heimat- und Geschichtsverein Altrip (*angefragt*). Ab Bahnhof Rheingönheim.  
 Führung: Werner Fröhlich.

**Samstag, 31. August:**

Südpfalz-Wanderung. Ab Bahnhof Bad Bergzabern.  
 Führung: Maria Mees.

**Samstag, 5. Oktober:**

Al Capone-Wanderung. Wanderung zur Hellerhütte. Ab Hauptbahnhof Neustadt.  
 Führung: Georg Beneken.

**Samstag, 2. November:**

Seelenwanderung. Über dem November-Nebel. Wanderung zur Burg Neu-Scharfeneck. Ab Parkplatz Drei Eichen.  
 Führung: Werner Fröhlich.



<p style="text-align: center;"><b>Treffpunkt Natur</b> <b>Jahresprogramm 2014</b></p>
---

**Samstag 29. März:**

Frühlingswanderung zum Weinbiet. Ab Hauptbahnhof Neustadt.

Führung: Werner Fröhlich.

**Samstag, 3. Mai:**

Klosterwanderung. Ab Hauptbahnhof Heidelberg. Zum Kloster Ziegelhausen.

Führung: Sigrid Haber-Platte.

**Samstag, 31. Mai:**

Silbersee-Wanderung. Ab Bahnhof Bobenheim-Roxheim.

Naturführung mit Walter Gramlich (NABU).

**Samstag, 21. Juni:**

Hellerhütte. Ab Hauptbahnhof Neustadt.

Führung: Werner Fröhlich.

**Samstag, 26. Juli:**

Stabenberg-Wanderung. Ab Hauptbahnhof Neustadt. Führung Georg Beneken.

**Samstag, 27. September:**

Römer-Wanderung. Ab Bahnhof Bad Dürkheim.

Führung: Robert Mühlhölzer.

**Samstag, 25. Oktober:**

Lambertskreuz. Ab Bahnhof Neidenfels.

Führung: Robert Mühlhölzer.



<p><b>Treffpunkt Natur</b>  <b>Jahresprogramm 2015</b></p>
--

**Samstag 2. Mai:**

Frühlingswanderung hinauf zum Hambacher Schloss. Ab Hauptbahnhof Neustadt.  
 Führung: Werner Fröhlich.

**Samstag, 30. Mai:**

Waldeinsamkeits-Wanderung zum Stabenberg. Ab Hauptbahnhof Neustadt.  
 Führung: Georg Beneken.

**Samstag, 27. Juni:**

Historische Wanderung. Durch den Wald zur Klostersruine Limburg. Ab Bahnhof Bad Dürkheim. Führung: Werner Fröhlich.

**Samstag, 25. Juli:**

Südpfalz-Wanderung. Rund um Albersweiler. Ab Hauptbahnhof Neustadt oder Bahnhof Albersweiler.  
 Führung: Georg Beneken.

**Samstag, 29. August:**

Nordpfalz-Wanderung. Zum Kloster Rosenthaler Hof. Ab Hauptbahnhof Neustadt oder Bahnhof Ramsen.  
 Führung: Werner Fröhlich.

**Samstag, 26. September:**

Höhlenerlebnisse. Besuch in den Schlossberghöhlen in Homburg. Anfahrt mit Vereinsbus oder Privat PKW. Ab Hauptbahnhof Speyer (10:00 Uhr).  
 Führung: Werner Fröhlich.

**Samstag, 31. Oktober:**

Herbstwanderung über den Nebeln. Zur Burgruine Neu-Scharfeneck. Ab Parkplatz Drei Buchen. Anfahrt mit Vereinsbus oder Privat PKW.  
 Führung: Robert Mühlhölzer.



<p><b>Treffpunkt Natur</b> Jahresprogramm 2016</p>
--

**Samstag, 2. April:**

Geocaching in den Dünen bei Dudenhofen<sup>5</sup>

**Sonntag, 1. Mai:**

Mühlenwanderung.

Angebot des Pfälzerwald-Vereins Maikammer.

**Donnerstag, 26. Mai (Fronleichnam):**

Waldeinsamkeits-Wanderung zum Stabenberg.

Führung: Georg Beneken.

**Samstag, 25. Juni:**

Historische Wanderung. Durch den Wald zur Klosterruine Limburg.

Führung: Werner Fröhlich.

**Samstag, 27. August:**

Südpfalz-Wanderung. Rund um Albersweiler.

Führung: Georg Beneken.

**Sonntag, 2. Oktober:**

Pilzwanderung.

Angebot des Pfälzerwald-Vereins Maikammer.

**Samstag, 29. Oktober:**

Drachenfels-Wanderung.

Führung: Robert Mühlhölzer

