

PRESSEMITTEILUNG

Gegen vieles ist ein Kraut gewachsen Mit Sommerkräutern würzen und helfen

Schwerin, 07.06.2022

„Suchst Du das Höchste, das Größte? Die Pflanze kann es Dich lehren“. Schon Friedrich Schiller entpuppte sich als Pflanzenfreund. Ob im Garten, dem Balkon oder auf der Fensterbank: Für Kräuter ist immer Platz. Wer möchte auf ein würziges Pesto aus Basilikum verzichten oder frischen Schnittlauch? In der Küche und im Haushalt dürfen Würz- und Duftkräuter nicht fehlen. Neben dem Genuss bieten die kleinen Pflanzen oft weiteren Nutzen.

Petersilie ist seit Jahrhunderten für ihre Wirkungen bekannt. Neben ihrem hohen Vitamin-C-Gehalt von 160 mg pro 100 g soll sie antibakteriell sein und freie Radikale bekämpfen. Auch die Minze mit ihren vielen Arten ist ein langjähriges Hausmittel gegen Erkältungen und Entzündungen.

Die größte Auswahl an hilfreichen und leckeren Pflanzen bietet die Natur. Gerade jetzt ist der ideale Zeitpunkt, Pflanzen zu sammeln. Sommerzeit ist Kräuterzeit. Wie sammle ich Wildkräuter richtig? Kann ich Pflanzen überall ernten? Wie bewahre ich die grünen Helfer auf?

Pädagogische Fachkräfte aus Kitas, Tagesmütter und -väter können am 28. Juni mehr über Heilpflanzen und Sommerkräuter erfahren. Im Rahmen des „22. Kindertag MV“ lädt die Naturschutzstation Schwerin online ein, das Wissen über die beliebten Sommer- und Heilpflanzen zu erweitern. Besonders wird der Frage nachgegangen, wie Kinder für die Natur begeistert werden können. Anmeldungen für diese Veranstaltung mit begrenzter Teilnehmerzahl sind möglich, sobald ein Zugang zum Kindertag MV vorliegt. Darüber hinaus warten mehr als dreißig jederzeit online zu besuchende interessante Veranstaltungen drei Monate lang bis Ende August auf die Teilnehmenden. Ebenso viele Arbeitsgruppen finden als Live-Online-Veranstaltung statt und sind aufgrund teils begrenzter Teilnehmerzahlen reservierungspflichtig.

Der gemeinsam von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung MV e.V. und der Unfallkasse MV durchgeführte Kindertag MV rund um erziehungswissenschaftliche, medizinische und psychologische Themen findet in diesem Jahr zum 22. Mal statt. Die Qual, sich auf wenige Workshops innerhalb eines Tages zu beschränken, entfällt dank der neuen Form als „digitales Sommertrimester“.

Eine Anmeldung für das vielseitige schon laufende Programm ist sowohl für Kitas als für Tagesmütter und -väter online möglich unter <https://gesundheitsfoerderung-mv.de/kgt2022/>.

Pressekontakt:

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung MV e.V.

Christiane Lazarus

Wismarsche Straße 170

19053 Schwerin

Tel: 0385 2007 386 21

Christiane.Lazarus@lvg-mv.de

www.lvg-mv.de

Unfallkasse MV

Cornelia Klammt / W-Punkt-PR

Tel: 0173 8480021

UnfallkasseMV@W-Punkt-PR.de

www.uk-mv.de