



Zum Hafen Stuttgarts

Murrhardt. Die Volkshochschule bietet am 13. Oktober eine Exkursion durch das Stuttgarter Hafengelände mit Busrundfahrt an. Treffpunkt ist der Parkplatz der Murrhardter Stadthalle. Anmeldungen nimmt die Volkshochschule persönlich während der Öffnungszeiten der Geschäftsstelle, schriftlich (Obere Schulgasse 7), per Fax 0 71 92 / 93 58 10 oder online unter www.vhs-murrhardt.de entgegen, Anfragen werden unter Telefon 0 71 92 / 9 35 80 beantwortet.



Schauen, stöbern und genießen

Der Wasenhof in Großlach lädt am Sonntag, 16. September, von 10 bis 18 Uhr zum Tag der offenen Tür ein. Die Besucher können über 400 verschiedene Heilpflanzen anschauen, verwun-

schene Plätze entdecken, unter der Linde träumen, durch die Streuobstwiesen lustwandeln, an Betriebs- und Kräuterführungen teilnehmen, in der Salbenküche selbst einen Balsam anrüh-

ren oder einfach zum Schauen, Stöbern, Einkaufen und Genießen kommen. Das Programm startet um 10 Uhr mit der Betriebsführung. Der Wasenhof informiert über die Heilkräuter-Pä-

dagogien-Ausbildung, die in den Herbstferien startet. Christine Pommerer leitet um 13.30 Uhr eine Kräuterführung. Weitere Infos unter www.kraeuterzentrum-wasenhof.de. Foto: Wasenhof



Kinder gestalten Stoffbeutel

Ausstellung Die Initiative „Vielfalt tut gut“ zeigt ab 17. September Werke von Schülern im Fichtenberger Rathaus.

Fichtenberg. Ab kommenden Montag, 17. September, wird im Fichtenberger Rathaus die Ausstellung „Stoffbeutel-Contest, Vielfalt tut gut“ gezeigt. An der Aktion haben sich Schülerinnen und Schüler der Hörschbachschule Murrhardt und Kinder des Fichtenberger Kindergartens beteiligt. Sie schufen Motive zum Thema „Vielfalt und Toleranz“, die dann auf Stoffbeutel gedruckt wurden. Bilder und Beutel werden bis zum 8. Oktober im Fichtenberger Rathaus gezeigt, danach wandert die Ausstellung weiter nach Murrhardt ins Rathaus. Die Initiative „Vielfalt tut gut“, die sich explizit gegen rechte Umtriebe wendet, arbeitet über die Kreisgrenzen hinweg. Neben den Kommunen des Oberen Murrtales sind auch die Gemeinden Fichtenberg und Oberrot im Landkreis Schwäbisch Hall mit im Boot (wir haben berichtet).

Info Die Ausstellung im Fichtenberger Rathaus wird am Montag, 17. September, um 16 Uhr eröffnet.

Feldzüge mit Senf und Andorn

Geschichte Das Äskulap-Infozentrum in Oberrot zeigt am Tag des offenen Denkmals seine Schätze. Viele Besucher kommen. Von *Brigitte Hofmann*

Schon 400 Jahre vor Christus forderte Hippokrates von Kos, der griechische Arzt und Vater der Heilkunde, eine gesunde Lebensführung und Vorbeugung. Er trat für eine richtige Ernährung ein, da er in einer falschen eine der Hauptursachen der körperlichen Disharmonie sah. Ihm wird der Satz zugeschrieben: „Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel sein und eure Heilmittel sollen eure Nahrungsmittel sein.“ Dr. Johannes Gottfried Mayer diente diese Erkenntnis als Einstieg in einen hochinteressanten Vortrag mit dem Titel: Antibiotika aus dem Gemüsegarten? Wirkungen von Heilpflanzen.

Der Geschäftsführer der Wullstein-Forschungsstelle am Institut für Geschichte der Medizin an der Universität Würzburg war erst kürzlich in der ZDF-Reihe Terra X zum Thema Drogen zu sehen. Am Tag des offenen Denkmals referierte er am Sonntag auf Einladung des Fördervereins Freier Adelssitz im Äskulap-Infozentrum in Oberrot. Vorsitzende Maria Fassbender zeigte sich erstaunt und erfreut zugleich ob des großen Ansturms auf ihr Haus.

Die Dosis macht's

Etwa ab dem 11./12. Jahrhundert versuchten die Nonnen und Mönche, die medizinischen Kenntnisse der Antike zu erhalten. In vielen Klöstern wurde experimentiert und dokumentiert. Viel beachtet sind bis heute die medizinischen Schriften der Äbtissin Hildegard von Bingen, die in ihrem zweiten heilkundlichen Werk „Physica“ rund 300 Pflanzenarten und ihre Wirkungen beschreibt. Im 16. Jahrhundert machte sich Paracelsus, ein be-



Dr. Johannes Gottfried Mayer – Forscher, Dozent, Autor vieler Fachbücher und gefragter Experte – referiert am Tag des offenen Denkmals im Äskulap-Infozentrum in Oberrot. Foto: Brigitte Hofmann

deutender Arzt und Naturforscher aus der Schweiz, für einfache Heilmittel und eine naturgemäße Lebensweise stark. Eines seiner Zitate lautet: „Alle Ding' sind Gift und nichts ohn' Gift – allein die Dosis macht, daß ein Ding' kein Gift ist.“ Die Dosis also macht's, konstatierte auch Dr. Mayer.

Dass bestimmte Pflanzen wirken, habe man schon früher gewusst, nur nicht, wie sie wirken. Seit 1984 beschäftigt er sich mit der Klostermedizin. Er ist überzeugt davon, dass diverse Nutzpflanzen, die in der Küche Verwendung finden, antibakterielle, verdauungsanregende, krampflösende oder schmerzstillende Wirkungen haben – ganz ohne Neben-

wirkungen. In klinischen Untersuchungen erziele man derzeit beachtliche Erfolge.

Antibiotika, von Alexander Fleming 1942 in England entwickelt, seien manchen multiresistenten Keimen kaum noch gewachsen. Weil auch Pflanzen massive Feinde haben, derer sie sich erwehren müssten, entwickelten sie „biochemische Kampfstoffe“, erklärte Dr. Mayer. Und genau die wolle man sich in der Naturheilkunde zunutze machen. Größte Beachtung fänden in diesem Zusammenhang die Senföle. Kreuzblütengewächse stehen generell im Fokus: Kohl-Arten, Rucola, Kresse und der scharfe Meerrettich. Eine weitere wichtige Stoffgruppe sei-

en die ätherischen Öle aus Thymian, Rosmarin, Lavendel sowie Öle aus Zwiebel, Lauch, Knoblauch. Oder die Bitterstoffe in Schafgarbe, Wermut und Andorn sowie Ballaststoffe, vornean die Haferflocken.

Der Andorn, wirksam bei Katarren der Atemwege sowie bei Verdauungsbeschwerden, wurde von der Universität Würzburg zur Arzneipflanze des Jahres 2018 deklariert. „Wir können viel erreichen mit dem, was wir im Garten anbauen“, schloss Dr. Gottfried Mayer seinen exzellenten Vortrag. Im Anschluss waren alle Gäste zu Kaffee und Kuchen und angeregten Gesprächen im wunderschönen Kräutergarten des Äskulap-Zentrums eingeladen.

Schnäppchen jagen und Oldies gucken

Bummeln Der TSV lädt am vergangenen Sonntag wieder zum Flohmarkt und Oldtimertreffen nach Ammertweiler.

Mainhardt. Tok, tok, tok. Das Hämmern des antiken Traktors geht durch Mark und Bein. Ein junger Mann und seine Freundin tuckern zum Oldtimertreffen nach Ammertweiler. „Ich bin gerne auf den Schleppertreffen“, sagt die 23-jährige Sina Kolisch. Bei den PS-Gesprächen unter den Traktorfans klinge sie sich aber aus. Dass ihr Freund dieses Hobby pflegt, störe sie überhaupt nicht – auch wenn es etliche Stunden seiner Freizeit koste, die Maschine zu pflegen: „So ist er sinnvoll beschäftigt und macht keine Dummheiten.“

Sagt's und hüpft vom Traktor hinunter. „Jetzt will ich aber zum Flohmarkt“, verabschiedet sie sich. Schließlich sei diese Kombination aus Oldtimertreffen und Ständen mit Gebrauchtem das Besondere an der Veranstaltung in Ammertweiler.

Das haben auch viele andere Besucher festgestellt, die nur zum Schauen und Bummeln gekommen sind. Mit der siebten Veranstaltung ist das Spektakel des örtlichen TSV längst kein Geheimtipp mehr. Etliche Anbieter haben ihre Stände aufgebaut und so mancher Kaufinteressent macht nach kurzer Verhandlung sein Schnäppchen. Oder ein Liebhaber findet gar ein altes Stück, das es so nicht mehr im Laden gibt. Der Sonnenschein macht das Schlendern über den Flohmarkt angenehm. Und auch das Verweilen: Lange Schlangen bilden sich zeitweise am Wurstand und auch die Sauren Kutteln finden ihre Fans. *Oliver Färber*

Hoffest Kunst, Musik und Märchen

Mainhardt. Der Demeterhof Braun im Riegenhof lädt für Sonntag, 16. September, 11 bis 17 Uhr, zum Hoffest ein. Besucher können auf dem Kreativmarkt stöbern, sich an der Apfelsaftpresse oder beim Bogenschießen versuchen. Im Kräutergarten gibt's Führungen und Mitmachaktionen und im Tipi werden Märchen erzählt. Außerdem werden Kutschfahrten angeboten. „Friends & Guitars“ machen Musik. Der Eintritt ist frei, um Spenden für die Musiker wird gebeten.

Unachtsamkeit Zwei Fahrzeuge fahren auf

Mainhardt. Zu einem doppelten Auffahrunfall ist es am Sonntagnachmittag beim Nüßlenshof gekommen. Ein 44-Jähriger musste wegen eines vorausfahrenden Traktors das Tempo seines Multivans drosseln. Ein nachfolgender Passat-Fahrer erkannte dies zu spät und fuhr auf. Beim Unfall wurden der Fahrer des Multivans und seine Beifahrerin leicht verletzt. Unmittelbar nach dem Unfall konnte ein zweiter Autofahrer nicht mehr rechtzeitig anhalten und fuhr auf den Passat auf.

Wissen Geologische Wanderung

Fichtenberg. Professor Dr. Theo Simon führt die 20. geologische Wanderung am Samstag, 15. September. Die Teilnehmer treffen sich um 14 Uhr auf dem Parkplatz am Stummelberg zwischen Mittelrot und Michelbächle und gehen einen Rundweg, der sie ins Schembachtal und nach Michelbächle führt. Die Wanderung wird um circa 17 Uhr beendet sein. Wie immer gibt es zum Geleitsaufbau und zur Gestalt unserer Landschaft viel zu sehen und zu lernen, verspricht Simon.

Bonifatiuskirche in Oberrot erkundet

Oberrot. Anlässlich des Tags des offenen Denkmals bot die evangelische Kirchengemeinde eine Führung durch die Bonifatiuskirche an. Die Besucher kamen dazu von nah und fern. Pfarrer Andreas Ballo spannte dabei einen weiten Bogen vom Jahr der ersten urkundlichen Erwähnung 788 bis in die Gegenwart mit der Hightech-Orgel aus dem Jahr 2008. Auch führte er in die Theologie des Chorgewölbes und des Chorfensters ein. Zum Schluss der anderthalbstündigen Führung konnten Interessierte noch den Kirchturm ersteigen und die Glockenstube bestaunen. *bal*



Die Besucher konnten den Kirchturm ersteigen. Foto: bal