

# Wilde Kräuterküche

THEMENBEREICH | UMWELT, BIODIVERSITÄT, NATURSCHUTZ | KULINARIK

UNTERGLIEDERUNG | WALD | GESUNDHEIT | LEADER | BILDUNG & LEBENSLANGES LERNEN

PROJEKTREGION | VORARLBERG

LE-PERIODE | LE 14-20

PROJEKTLAUFZEIT | 16.05.2023-14.03.2024

PROJEKTKOSTEN GESAMT | 5.700,00 EURO

FÖRDERSUMME AUS LE 14-20 | 4.560,00 EURO

MASSNAHME | FÖRDERUNG ZUR LOKALEN ENTWICKLUNG (CLLD)

TEILMASSNAHME | 19.2. FÖRDERUNG FÜR DIE DURCHFÜHRUNG DER VORHABEN IM RAHMEN DER VON DER ÖRTLICHEN BEVÖLKERUNG BETRIEBENEN STRATEGIE FÜR LOKALE ENTWICKLUNG

VORHABENSART | 19.2.1. UMSETZUNG DER LOKALEN ENTWICKLUNGSSTRATEGIE

PROJEKTRÄGER | PROJEKTGRUPPE WILDE KRÄUTERWALDKÜCHE

## KURZBESCHREIBUNG

Mit der wilden Kräuterküche hat die Projektgruppe Kindern, Schülerinnen und Schülern, pädagogischen Fachkräften sowie Eltern und anderen Interessierten im Leiblachtal auf kreative Weise und mit Begeisterung das jahrhundertealte Wissen unserer Urgroßmütter über die Heilkraft der Natur weitergegeben. Ab der Vegetationsperiode von April/Mai bis Oktober und darüber hinaus wurden den Zielgruppen angepasste Natur-Lehr- und Verarbeitungs-Workshops entwickelt und umgesetzt. Diese reichten vom Räucherkurs und Kräuterführungen bis hin zu Duft-Workshops und Waldübernachtungen. Für die Kräuterküche wurde eine mobile Ausstattung und Material zur Herstellung von Naturprodukten entwickelt und angeschafft. Ziel war es, Personen von jung bis älter in der Natur zu begleiten, deren Schönheit und Können zu eröffnen und Wissen weiterzugeben. Ziel war es auch, dass die Natur mit all ihren Schätzen wieder gesehen, besser verstanden und dadurch mehr Achtsamkeit für die Natur geschaffen wird.

## AUSGANGSSITUATION

In unserer schnelllebigen Gesellschaft droht das von Generationen übermittelte Wissen über die Pflanzenwelt und deren Wirkung auf den Menschen verloren zu gehen. Gleichzeitig gibt es bei vielen Menschen ein starkes Bedürfnis, die Bindung zur Natur zu stärken und das oft verloren geglaubte Wissen wieder zu entdecken. Schon seit Urzeiten werden Kräuter in der Küche, für die Gesundheit, als Farbe-, Kosmetik- oder Werkstoff verwendet. Das Team um die Wilde Kräuterküche möchte ein Angebot für diesen Bedarf schaffen und durch Wissensvermittlung und praktische Erfahrung einen Beitrag zum Erhalt und Bewusstsein für unsere Naturlandschaft leisten.

## ZIELE UND ZIELGRUPPEN

Kinder in Betreuungseinrichtungen und Schulen sowie Eltern und pädagogische Fachkräfte lernten die heimischen Heilpflanzen in ihrer Umgebung kennen, wissen nun über die Verwendung und Veredelung der Heilpflanzen Bescheid und steigern die Bekanntheit von heimischen Naturschätzen und Produkten. Den Teilnehmenden wurden Möglichkeiten aufgezeigt, wie sie Energie aufladen und ihr Immunsystem auf natürliche Weise stärken können. Sie lernten, die Kraft aus der Natur für sich zu nutzen und sich damit selbst zu helfen. Die Teilnehmenden konnten

ihr eigenes Potential wecken und erweitern.

#### PROJEKTUMSETZUNG UND MASSNAHMEN

Entwickeln und Umsetzung von fünf Formaten zur Naturvermittlung Umsetzung der Ausstattung und Materialien für die wilde Kräuterküche Bewerbung des Angebots.

#### ERGEBNISSE UND WIRKUNGEN

Kurskoffer „Wilde Kräuterwaldküche“, Anschaffung von Materialien: Alu-Transportkiste, Aromakoffer mit Basis-Ölen, zwei Holz-Kräuterkoffer, zwei Räucherschalen, zwei Räucherschemel, eine mobile Herdplatte, ein Dreifussgrill, Kochutensilien für draußen, ein Kräuterdörrgerät, ein Aromadestillator, div. Outdoorwerkzeug, drei Hängematten inklusive Moskitonetz, Räuchermaterial, Basisausstattung zur Herstellung von Salben

Fünf umgesetzte Workshop-Formate:

- Räucherworkshop im Kindergarten für pädagogische Fachkräfte mit Folgeworkshop für die Kinder
- Waldübernachtung für Erwachsene
- Wilde Kräuterführung und Workshop für Erwachsene
- Räucherworkshop für Gemeindemitarbeitende
- Duftabend für Erwachsene mit Folge-Duftabend für Kinder im Kindergarten

mit insgesamt ca. 50 Teilnehmende bei den Veranstaltungen.

#### **Starker Wunsch von allen Teilnehmenden nach einer Weiterführung des Angebotes „Wilde Kräuterküche“**

Die wilde Kräuterküche leistete einen Beitrag zur Bewusstseinssteigerung der Teilnehmenden für die Natur. Die Teilnehmenden gingen in die Natur, erfuhren nachhaltige Erholung, Bewegung und geschärfte Sinne für ihre Umgebung. Kinder lernten viel über die Wirkung und Heilkraft der Natur nach dem Motto „learning by doing“.

#### ERFAHRUNG

Durch das Projekt entstanden Kontakte und Austausch mit Gemeinde und Kindergarten, die Folgeworkshops ermöglichen.



Projektgruppe Wilde Kräuterwaldküche

#### LINKS

Projektbeschreibung auf der Webseite der Regio-V (<https://www.regio-v.at/projects/433/wildekrauterwaldkueche>)