

Karola Beerhues zeigt Wildfrüchte der Saison



Die Schlehe wirkt mit ihren Bitterstoffen krampf- und schleimlösend



Der Weißdorn kann zu Tee oder Marmelade verarbeitet werden und ist gut bei Bluthochdruck.



Hagebutte enthält ein Vielfaches mehr an Vitamin C als eine herkömmliche Zitrone.

Wald und Wiesen laden zum herbstlichen Sammeln ein

Liesborn (Isg). Die Blätter färben sich in Rottönen, Igel wandern durch die Wiesen, und langsam wird die Luft frischer: Was lädt mehr zu einem Spaziergang durch den Wald ein, als der Herbst? Doch die Wälder in der Umgebung bieten mehr, als nur einen Spaziergang. Naturpädagogin Karola Beerhues hat die „Glocke“ mit auf Erkundungstour genommen und gezeigt, was das Sammlerherz im Herbst alles finden kann.

Schlehen, Haselnüsse, Eberesche, Hagebutte und zahlreiche Pilzsorten – all das haben die heimischen Wälder im Oktober zu bieten. Und die Wildbeeren sind beispielsweise häufig noch viel vitaminreicher als herkömmliches Obst aus dem Supermarkt. „Die Eberesche, auch bekannt als Vogelbeere, ist eine sehr vitaminreiche Frucht“, erklärt Naturpädagogin Karola Beerhues bei einem Rundgang durch Wald und Wiesen. Von dem Wildobst müsse

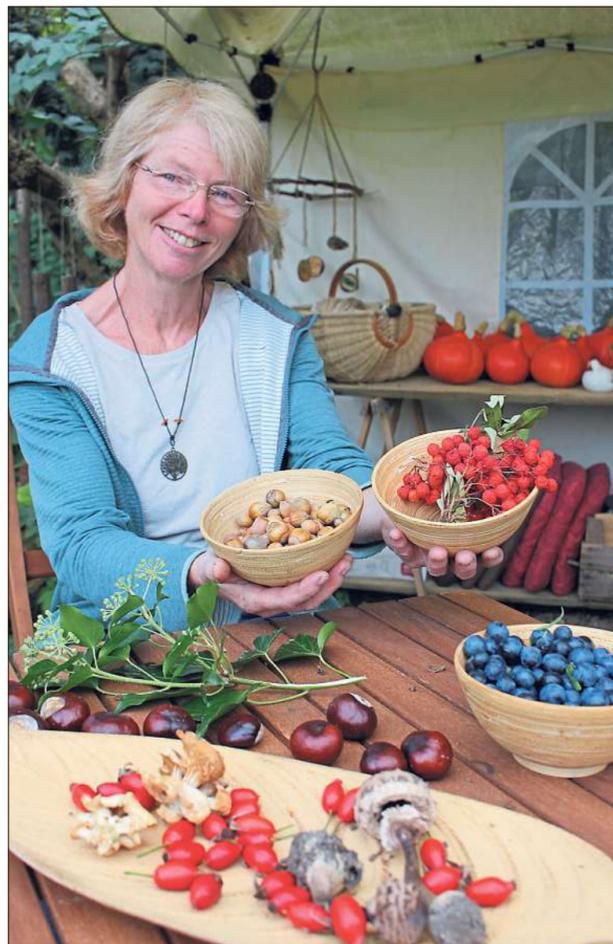
auch gar nicht viel gegessen werden, weil da so viele Vitalstoffe drin seien, erklärt sie: „Ideal für den Winter.“

Gerade die Vogelbeere habe mit ihrer leuchtend roten Farbe mit vielen Vorurteilen zu kämpfen, weiß die Expertin. Die meisten Menschen dächten, dass die Frucht giftig sei, doch das stimmt nicht: Mit Birne, Pflaume, Holundersaft und Haselnuss gekocht könne man mit der Vogelbeere eine leckere Soße für Quark oder Joghurt zubereiten. „Auch zu Marmelade oder Gelee kann die Pflanze verarbeitet werden“, zählt Karola Beerhues weitere Verwendungsmöglichkeiten auf.

Die Liesbornerin sammelt auch gerne Schlehendorn, im Volksmund Schlehe genannt, die optisch ein wenig Heidelbeeren. „Mit ihren Bitterstoffen wirkt sie schleim- und krampflösend. Die Schlehe ist der Ursprung der Pflaume“, berichtet die Naturpädagogin. „Weberinnen haben früher gerne Schlehen gegessen, weil die

Schlehe den Speichelfluss anregt und es so einfacher macht, den Faden wieder anzulecken“, erklärt sie auf ihrem Rundgang.

Um die Schlehe genießbarer zu machen, könne sie eingefroren werden. Insbesondere in der Erkältungszeit sollte auch die Hagebutte beim nächsten Spaziergang gesammelt werden, empfiehlt sie. Diese habe ein Vielfaches mehr an Vitamin C als eine herkömmliche Zitrone und sei deutlich milder als andere Wildfrüchte. Die Schale könne getrocknet als Tee getrunken werden. „Die Hagebutte kann mit Kernen gegessen werden, wenn man die Frucht eine halbe Stunde bis Stunde kocht und die Kerne mit einem Hochleistungsmixer zerkleinert“, sagt Karola Beerhues und schneidet eine der kleinen roten Wildfrüchte auf. Die Kerne hätten einen vanilleartigen Geschmack und seien sehr lecker. Mit Apfel, Orange oder auch Wein könne aus dem Fruchtfleisch Marmelade gekocht werden.



Naturpädagogin Karola Beerhues zeigt, was die Natur im Herbst alles zu bieten hat. Fotos: Griese

Rezept

Wildfrucht - Soße
100 g Ebereschenbeeren, 200 g Holunderbeeren oder Holunderbeersaft, 800 ml Schlehensaft, Apfelsaft, 500 g Obst der Saison: Birnen, Pflaumen, Himbeeren (gegebenenfalls auch tiefgekühlte), etwas Weißwein (optional), ca. 80 g Zucker, 50 g Speisestärke, ½ Teel. Zimt, 1 Pck. Vanillezucker

Die Ebereschenbeeren werden in Fruchtsaft und Wein zehn Minuten lang weichgekocht. In der Zwischenzeit das übrige Obst vorbereiten und in kleine Stücke schneiden. Die Speisestärke mit etwas Apfelsaft oder Wein anrühren und zum Andicken unter die Ebereschen rühren. Nun das Obst mit den Gewürzen zu den Ebereschen geben. Die Soße ein paar Minuten aufkochen lassen, abschmecken und heiß in Twist-Off-Gläser abfüllen. Die leckere Wildfrucht-Soße ist hervorragend zu Quark-, Joghurt- oder Eisspeisen zu genießen. Sehr hübsch ist das Servieren in geeignete Trinkgläser, verziert mit ein paar Blättchen frischer Minze.



Der Riesenvovist sieht aus wie ein Fußball.

Pilze sind etwas für Kenner

Liesborn (Isg). Doch nicht nur gesunde Wildfrüchte hat der Wald im Herbst zu bieten – auch Pilze wie Steinpilze, Riesenschirmlinge (Parasole) oder Riesenvovist entdeckt Karola Beerhues momentan bei ihren Spaziergängen. Den Riesenvovist, der optisch einem weißen Fußball äh-

net, hat sie schon einmal in Scheiben geschnitten und dann wie ein Schnitzel angebraten. Mit Pilzen beschäftigt sich die Naturpädagogin erst seit einiger Zeit etwas intensiver, denn hier ist es wichtig, sich wirklich gut auszukennen, um keine Vergiftung zu erleiden.

Wer auf Nummer sicher gehen will, kann sich im Internet auch essbare Pilze bestellen – auch hier sollte man sich jedoch gut informieren. Diese Stifte werden dann in einen Baumstamm eingesetzt und mit Wachs verschlossen. Nach einiger Zeit kann man die eigenen Pilze ernten.

Gerhard Schulze geht in den Ruhestand



Ein Präsentkorb zum Abschied: Nach elf Jahren Wirken im Kurort ist kürzlich Gerhard Schulze, Geschäftsführer der Touristik und Marketing GmbH Bad Waldliesborn, in den Ruhestand verabschiedet worden. Das Foto zeigt (v. l.) Ulrich Osdiek, Vorsitzender des Aufsichtsrates der Touristik- und Marketing GmbH, Wilfried Glennemeier, Vorsitzender des Kur- und Verkehrsvereins Bad Waldliesborn, Gerhard Schulze und Ute Kesselmeier, Kassiererin des Kur- und Verkehrsvereins Bad Waldliesborn.

Elf Jahre lang mit Herzblut für den Kurort in Diensten

Bad Waldliesborn (gl). Der Kur- und Verkehrsverein Bad Waldliesborn hat kürzlich Gerhard Schulze, den langjährigen Geschäftsführer seiner Tochtergesellschaft, der Touristik und Marketing GmbH Bad Waldliesborn, in den Ruhestand verabschiedet. Im Haus des Gastes dankte Vorsitzender Wilfried Glennemeier Schulze im Beisein von Vorstandsmitgliedern, Mitarbeitern und dem Vorsitzenden des Aufsichtsrates der Gesellschaft, Ulrich Osdiek, für sein Engagement der vergangenen elf Jahre.

Nach der abgeschlossenen Insolvenz der Bad Waldliesborn GmbH habe Schulze die Tourismus- und Marketing GmbH wieder auf Kurs gebracht und auf ein Fundament gesetzt, auf dem auch künftige Strukturen aufbauen

könnten, stellte er heraus. Schulze habe gemeinsam mit den örtlichen Akteuren ein vielfältiges Marketingkonzept für den Kurort aufgestellt. Die touristische Anbindung an Lippstadt, die in wenigen Wochen durch den Verkauf der Bad Waldliesborner Tourismus-Gesellschaft an die KWL Lippstadt vollendet werden solle, habe Schulze schon kurz nach seinem Start visualisiert, indem er die Hansestadt und das Mineralheilbad unter „Lippstadt-Bad Waldliesborn“ in einem neuen Logo verknüpft habe.

Neue Veranstaltungen wie das Bad Waldliesborner Tropfenfest oder der Tanz in den Mai seien ebenso erfolgreiche Projekte Schulzes gewesen wie die Einbindung des Mittelaltermarkts und von „Folk im Park“

und „Rock im Park“ in das Jahresprogramm. Besonders wichtig sei Schulze als diplomiertem Betriebswirt mit Schwerpunktstudium Tourismus, die Ausbildung junger Menschen zu Tourismuskaufleuten gewesen. So absolvierten während seiner Dienstzeit drei Auszubildende erfolgreich diesen Ausbildungsgang.

Tourismus braucht Emotionen – dies sei eine der Grundüberzeugungen von Schulze gewesen, der sich mit Herzblut für den Kurort eingesetzt habe und dessen Entwicklung nachhaltig geprägt habe. Um den Abschied und Start in den Ruhestand zu verüben, gab es vom Kur- und Verkehrsverein einen Präsentkorb mit kulinarischen Leckereien, über den sich der scheidende Geschäftsführer sichtlich freute.



Wadersloh

Jugendtreff

Per Schulung zum Gruppenleiter

Wadersloh (gl). In den Herbstferien findet eine Gruppenleiter-Schulung im Jugendtreff Villa Mauritz statt, zu der sich interessierte Jugendliche ab 15 Jahren anmelden können. Durch die Schulung können Jugendliche, die Kinder- und Jugendgruppen betreuen möchten, die „JuleiCa“ (Jugendleiter-Card) beantragen. Auf die aktuellen Hygienemaßnahmen wird geachtet. Die Schulung findet vom 21. bis 24. Oktober jeweils von 9 bis 18 Uhr statt. Themen sind unter anderem pädagogische Grundlagen, Grundlagen der Aufsichtspflicht sowie Kreativ- und Spielideen.

Die Kosten von 15 Euro für Teilnahme und Verpflegung werden vor Ort eingesammelt. **Anmeldungen bis zum 9. Oktober per E-Mail an jugendtreff@villa-mauritz.de oder unter ☎ 02523/993238.**

Heute

Volkshochschule: Vortrag fällt aus

Wadersloh (gl). Die Volkshochschule Beckum-Wadersloh teilt mit, dass der Vortrag „Gesundheit im Gespräch – Herzklappe“ am heutigen Mittwoch im Ratssaal in Wadersloh ausfällt. Kannst du bitte eine Mitteilung dazu für die Ausgabe morgen machen? Der Vortrag wird im nächsten Jahr nachgeholt.

Termine & Service

Wadersloh

Mittwoch, 9. Oktober 2020

Gemeinde Wadersloh: 8 bis 12.30 Uhr und 14 bis 16 Uhr Rathaus geöffnet.

Wadersloh Energie: 8 bis 12.30 Uhr und 14 bis 16 Uhr im Rathaus geöffnet.

DWL-Bürgerbus: Linienverkehr nach Fahrplan.

Wadersloh Marketing: 8 bis 12.30 Uhr und 14 bis 16 Uhr Präsenzzeit im Rathaus, ☎ 02523/9501050.

Caritas ambulante Dienste, Sozialstation Wadersloh: 9 bis 15 Uhr Sprechstunden nach Terminvereinbarung unter ☎ 02523/9544880.

Museum Abtei Liesborn: 9 bis 12 Uhr und 14 bis 17 Uhr geöffnet.

Café Kinderwagen: telefonische Sprechzeit von 9.30 bis 11 Uhr unter ☎ 0171/7843557 mit Hebamme Katharina Polowinez.

„Hand in Hand“, Hilfsdienst für Senioren: Kontaktaufnahme über Brigitte Ketrup, ☎ 02523/7687.

Boule-Club Diestedde: 15 Uhr Boulespiel auf dem Boule-Platz

an der Grundschule.

Wadersloher Lädchen: in der Zeit von 15 bis 17 Uhr Lebensmittelausgabe, Mühlenfeldstraße 2.

Jugendtreff „Villa Mauritz“: 16 bis 20 Uhr offener Treff für Kinder und Jugendliche ab zwölf Jahren.

Bücherei Diestedde: 15 bis 17 Uhr Ausleihe.

Bücherei Wadersloh: 16.30 bis 18 Uhr.

TuS Wadersloh: 18 Uhr Walking und Nordic Walking ab Sportheim Winkelstraße; 18.30 Uhr Lauftreff und Einsteiger-Lauftreff ab Sportheim, Winkelstraße.

Landfrauen



Im Oelder Geisterholz haben am Tag der deutschen Einheit einige Wadersloher Landfrauen eine Wanderung unternommen. Der Tag startete mit einem gemeinsamen Frühstück im Café Terholsen in Stromberg. Bei herrlichem Herbstwetter liefen die Frauen einen Rundweg von circa 8,5 Kilometern. Die Gruppe war sich einig, dass ein Spaziergang eine gute Gelegenheit für einen Austausch ist, der in Zeiten von Corona vielfach zu kurz komme. Deshalb soll es nicht die letzte Veranstaltung dieser Art gewesen sein.

Kurz & knapp

Am Sonntag, 11. Oktober, spielt der Musikverein Bad Waldliesborn wieder ab 10.45 Uhr an der Konzertmuschel im Kurpark, bei schlechtem Wetter im Haus des Gastes. Der Eintritt ist frei.

Am Donnerstag

Trauertreff Regenbogen

Bad Waldliesborn (gl). Am Donnerstag, 8. Oktober, ist von 17 bis 18.30 Uhr der Trauertreff für Menschen geöffnet, die einen Ort des Zuhörens, der Akzeptanz ihrer Trauer und das Miteinander

mit Gleichgesinnten suchen. Das Treffen findet im Pfarrheim „Brücke“, Parkstraße 24, statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Karin Schmeing, ☎ 02941/951 6478.