

und Brennesselchips geben. Das Ganze wird an verschiedenen Kochstellen am Feuer und in der Küche hergestellt.

### 29.05. Mühlenfest an der Sägemühle (Pfungstmontag)

11 Uhr, Traditionelles Mühlenfest mit vielen Aktivitäten, leckeres aus dem Café und vom Grill sowie eine geführte Wanderung von fast 3 Stunden mit Birgit Teepe auf alten Waldwegen zum Canyon in Lengerich und zurück. (Anmeldung für die Wanderung erforderlich)

## JUNI

### 03.06. Grüner Samstag mit Annika Tiessen

15 Uhr, Biologische Station Kreis Steinfurt  
„Von Zittergras und Wiesenknopf  
- Naturkundliche Wanderung am NSG Osterklee“

### 13.06. Heilpflanzenwanderung Brigitte Schürkamp

„Heilpflanzen zur Sommersonnenwende“  
17.30 - 20.30 Uhr, Teilnehmergebühr: 13 €/Person, zzgl.  
Kosten für Getränke und Material werden vor Ort entrichtet.  
Bitte eine Salbendose mitbringen

Sonne ist Leben, von ihr hängen wachsen und gedeihen ab. Die Natur steht nun in voller Kraft und Blüte, es ist der Zeitpunkt der Kräuternernte. Pflanzen, die am Johannitag gesammelt werden, gelten als besonders heilkräftig. Sie werden zu Kräuterbüschel gebunden, getrocknet und für Heilzwecke aufbewahrt. Es sind heilbringende Kräuter, wie z.B. Johanniskraut, Ringelblume, Schafgarbe, Kamille. Auf dieser Heilpflanzenwanderung erfahren Sie Wissenswertes über den Brauch der Sommersonnenwende, über die Kräuternernte, Inhaltsstoffe, Wirkungen und Verwendung von Heilpflanzen. Wir ergänzen die Hausapotheke mit einem heilenden Balsam und einem Johanniskraut-Rotöl.

## JULI

### 01.07. Grüner Samstag mit Ralf Krämer

15 - 17 Uhr, Teilnahmebeitrag: 8 €/Person,  
„Fahrradtour zu den schönsten Tüöttenhäusern in Mettingen“ Start der geführten Radtour für Erwachsene ist direkt vor dem Mettinger Schultenhof. Wissenswertes, Erstaunliches und Interessantes gibt es rund um die schönen, alten Tüöttenhäuser zu erfahren. Nach einer ca. 4 bis 5 km langen Strecke mit dem Rad endet die zweistündige Tour vor dem Tüöttenmuseum, welches bei Interesse im

Anschluss besichtigt werden kann. Fahrräder oder E-Bikes können selbst mitgebracht werden oder bei Bedarf beim Mettinger Fahrradverleih vor Ort ausgeliehen werden. Kontaktdaten zu den Fahrradverleihern auf: [www.kulturlandschaft-erleben.de](http://www.kulturlandschaft-erleben.de)

## FERIENPROGRAMM FÜR KINDER IN DEN SOMMERFERIEN TERMINE FOLGEN...

### ANMELDUNG / WISSENSWERTES

Für Ihre Anmeldung schicken Sie bitte **7 Werktage vor der Veranstaltung** eine E-Mail an: [umweltbildung@antl-ev.de](mailto:umweltbildung@antl-ev.de).

Telefonisch ist das Umweltbildungsteam der ANTL unter 054 82 / 929295 zu erreichen.

Die Kontonummer für den Teilnahmebeitrag sowie die Höhe der Kostenumlage (am Veranstaltungsort bar bezahlen) wird mit der Bestätigungsmail bekannt gegeben. Sie ist auch auf der Homepage als Spendenkonto veröffentlicht.

#### Ermäßigung:

Ermäßigter Teilnahmebeitrag für U18 von 50% sowie für Erwerbslose etc. von 25%

#### Mitbringen:

Wetterangepasste Kleidung (feste Schuhe, ggf. Regenjacke, Sonnenschutz etc.) Für Getränke, Verpflegung während der Wanderungen bitte selbst sorgen.

#### Corona:

Die Termine finden zu den zu dem Zeitpunkt aktuellen Schutz- und Hygienevorschriften statt (Mund-Nase-Maske für Innenräume!)

#### Treffpunkt (sofern nicht anders angegeben):

ANTL-Naturschutzzentrum Sägemühle,  
Bahnhofstraße 73, 49545 Tecklenburg

Aktuelles entnehmen Sie der Presse oder unserer Homepage: [www.antl-ev.de](http://www.antl-ev.de)



Arbeitsgemeinschaft  
für Naturschutz  
Tecklenburger Land e.V.

# NATUR TUT GUT!

## ANTL-Programm

### Januar - Juli 2023

#### JANUAR

##### 28.01. Arbeitseinsatz im Recker Moor

9 - 13 Uhr, Die ANTL lädt wieder zur Mithilfe beim natürlichen Klimaschutz im Recker Moor ein.

##### 30.01. Teuto Talks

18 Uhr, „10 Biotope für die lebendige Vielfalt der Kulturlandschaft“ mit PD Dr. Hans-Christoph Vahle

#### FEBRUAR

##### 11.02. Obstbaumschnitt-Basiskurs

9 Uhr, in Hopsten, Kursdauer: 3 Stunden  
Teilnahmebeitrag: 12 €/Person

##### 18.02. Obstbaumschnitt-Basiskurs

9 Uhr, im Raum Mettingen/Westerkappeln,  
Kursdauer: 3 Stunden, Teilnahmebeitrag: 12 €/Person

## 25.02. Obstbaumschnitt-Kurs

9 Uhr, in Brochterbeck, Kursdauer: 3 Stunden  
Teilnahmebeitrag: 12 €/Person

## 27.02. Teuto Talks

19 Uhr, „Ein Jahr Bioblitz mit Observation.org:  
Gemeinsam die Artenvielfalt erforschen“  
mit Dr. Jan Ole Kriegs (Direktor LWL-Museum für Naturkunde)

## MÄRZ

### 04.03. Grüner Samstag mit Nina Dierkes

17 - 19 Uhr, Teilnahmebeitrag: 8 €/Person

#### „Mit der Moorbüchlerin durchs abendliche Recker Moor“

Als Naturschutzgebiet stellt das Recker Moor inzwischen einen ganz besonderen Lebensraum für zahlreiche, darunter hoch spezialisierte Tier- und Pflanzenarten dar. Entlang des Wanderweges das Recker Moor erleben und sich zusammen mit der Moorbüchlerin, Nina Dierkes, vom Zauber des Moors in den Abendstunden fangen lassen.

### 04.03. + 11.03. Obstbaumschnitt-Intensivkurs

9 Uhr, in Tecklenburg, Kursdauer: 4 Stunden/Tag  
Teilnahmebeitrag: 24 €/Person

### 24.03. Heilpflanzenwanderung mit Brigitte Schürkamp „Helfer am Wegesrand“

15 - 18 Uhr, Kursgebühr: 13 €/Person, zzgl. Auslagen für Material und Verzehr werden vor Ort entrichtet.  
Bitte ein Glas mit Schraubverschluss mitbringen.

Die Natur erhebt sich aus dem Winterschlaf und das neue Heilpflanzenjahr beginnt. Im Frühling bietet uns die Natur die Heilpflanzen, die nach dem Winter unseren Stoffwechsel und Entgiftungsfunktion anregen. Eine Frühjahrskur aktiviert die Selbstheilungskräfte, steigert unsere Lebensqualität und kann verschiedene Beschwerden lindern. Erfahren Sie auf dieser Heilpflanzenwanderung Wissenswertes über die Heilkraft, Inhaltsstoffen und Anwendungsmöglichkeiten u.a. vom Löwenzahn, Brennnessel, Bärlauch und der Weidenrinde. Im Praxisteil stellen wir eine Tinktur zu Einnehmen her, die die Frühjahrsmüdigkeit vertreibt. Mit Teemischungen zum Thema, Brotaufstrichen und selbstgebackenem Brot lassen wir den Nachmittag ausklingen.

## 27.03. Teuto Talks

19 Uhr, „Wie wirkt sich die Nutzungsintensität im

Grünland auf die Vielfalt von Heuschrecken und Gefäßpflanzen am Teutoburger Wald aus“ mit Romy Gansohr (Masterstudiengang Landschaftsökologie Uni Münster)

## APRIL

### 01.04. Grüner Samstag mit Hermann Lammers

#### „Den Wald entdecken - das Meer streicheln“

14.30 - 17.30 Uhr, 12 €/Person, in Brochterbeck

„3 km wandern bergauf und bergab zwischen Kalk und Sandstein. Die Tour führt durch mein Zuhause - hier lebe und arbeite ich. Jeder Baum erzählt uns seine Geschichte. Wie lebt man von und mit dem Wald? - Eine spannende Entdeckungsreise mit viel Spaß dabei!“

### FERIENPROGRAMM FÜR KINDER IN DEN OSTERFERIEN:

Di, 04.04. Besuch bei den Schafen + Filzen, 10 - 12.30 Uhr (Eltern + Kind)

Di, 04.04. Schnitzen, 14 - 16 Uhr

Mi, 05.04. Auf den Spuren der Wölfe, 10 - 12.30 Uhr

Mi, 05.04. Lebensraum Wald, 14 - 16 Uhr

Do, 06.04. Wasserforscher, 10 - 12 Uhr

## 24.04. Teuto Talks

19 Uhr, „Extensive Dachbegrünungen in urbanen Landschaften als Lebensraum für Insekten - ein Modellvorhaben im Nordwestdeutschen Tiefland“ mit Daniel Jeschke

## MAI

### 01.05. Vogelstimmenwanderung mit anschließendem Frühstück

6 Uhr, Teilnahmebeitrag: 8 €/Person, für das Frühstück ist ein Beitrag von 12 €/Person zu entrichten

Einsilbig oder mehrsilbig, in einer oder mehreren Strophen, eher als kurzer Ruf oder als melodischer Gesang, der Gesang der Vögel unterscheidet sich deutlich voneinander. Im Frühjahr werben die Vogel Männchen mit ihrem Gesang um die Gunst der Weibchen und übertreffen sich in ihrer Gesangsvielfalt. Jeder Vogel hat seine arteigene Gesangsstunde im Tagesverlauf. Welcher Ruf oder Gesang ist welchem Vogel zuzuordnen? Darauf und viel mehr gibt es Antworten auf der traditionellen Vogelstimmenwanderung der ANTL.

### 05.05. Heilpflanzenwanderung mit Brigitte Schürkamp „Heilpflanzen für ein gesundes Herz- und Kreislaufsystem“

15 - 18 Uhr, Kursgebühr: 13 €/Person, zzgl. Auslagen für Material und Verzehr werden vor Ort entrichtet.  
Bitte eine Salbendose mitbringen.

Unser Herz-Kreislaufsystem arbeitet täglich daran, unseren Körper in Schwung zu halten, den Blutdruck an die Anforderungen des Alltags anzupassen und es versorgt uns mit ausreichend Energie. Die Heilpflanzenkunde bietet hier eine große Auswahl an Heilpflanzen, wie Weißdorn, Herzgespann, Rosmarin, Lavendel und die Mistel. Sie wirken sich positiv auf unser Herz-Kreislaufsystem aus. Erfahren Sie auf dieser Heilpflanzenwanderung Wissenswertes über die Heilkraft, Inhaltsstoffen und Anwendungsmöglichkeiten der herzstärkenden Heilpflanzen. Mit Teemischungen zum Thema, Brotaufstrichen und selbstgebackenem Brot lassen wir den Nachmittag ausklingen.

### 06.05. Grüner Samstag mit Birgit Teepe

15 - 18 Uhr, 12 €/Person, „Unterwegs auf dem Naturerlebnisweg (Rundweg) in Wester Cappeln“

Um pünktlich starten zu können: Treff 10 Minuten vorher.

### 21.05. Erlebnistour für Naturfreunde „Halbtagestour zum Canyonblick“

11 - 15 Uhr, Teilnahmebeitrag: 16 €/Person, Rundweg von Lengerich auf der Teutoschleife,

Die Tour gehört zu den zertifizierten Qualitätswanderwegen im Teutoburger Wald. Die Wegstrecke ist als Premiumwanderweg mit dem Deutschen Wandersiegel ausgezeichnet, verspricht demnach einen hohen Anteil an naturbelassenen Wegen. Zeit für eine kleine Stärkung ist eingeplant. Die reine Gehzeit beträgt 3 ½ Stunden, zwei steile Anstiege sind zu überwinden. Die Streckenlänge beträgt knapp 10 km. Das Wandertempo kann je nach Gruppengröße, Beobachtungspausen und Interesse variieren. Wir gehen über feste Wanderwege, insgesamt 293 Höhenmeter.

### 27.05. „Wilde Kräuterküche“ mit Elke Schmidt

16 - 20 Uhr, Für Naturfreunde von 6-99 Jahre, 16 €/Person  
Wir wollen frische Kräuter in der näheren Umgebung des Naturschutzzentrums erkennen und sammeln - Interessantes erfahren und dann vor allem alles mit weiteren Zutaten ergänzen und ein köstliches Buffet zaubern. Es wird z.B. Kräutersalat, Brot, Suppe, Calzone