

**Natur tut gut!**

**ANTL-Programm  
Juli - Dezember 2023**

[www.antl-ev.de](http://www.antl-ev.de)

## „Grüne Samstage“

### Kulturlandschaftsführungen für Erwachsene

Sie sind wieder da, die lockeren Wanderungen durch das Tecklenburger Land mit kenntnisreichen Kulturlandschaftsführer/innen. Kultur und Natur verbinden, gemeinsam mit noch Unbekannten geführte Wanderungen zu besonderen Stellen in der Region unternehmen. Anmeldungen bis Dienstags vorher möglich.

#### Termine der „Grünen Samstage“:

- 01. Juli: **Den Wald entdecken - das Meer streicheln** mit Hermann Lammers
- 12. August: **Fahrradtour zu den schönsten Tüöttenhäusern in Mettingen** mit Ralf Krämer
- 02. September: **Auf alten Wald- und Wirtschaftswegen zum Canyon** mit Birgit Teepe
- 07. Oktober: **Streuobstwiesentour** an der Fliehburg mit Simone Blom
- 04. November: **Moorwächtertour** mit Nina Dierkes im Recker Moor
- 02. Dezember: Festival der Blicke auf der **Canyon-Tour** mit Birgit Teepe

Näheres zu den Grünen Samstagen finden Sie auf den folgenden Seiten.

[www.kulturlandschaft-erleben.de](http://www.kulturlandschaft-erleben.de)

## **Ferienprogramm(nicht nur) für Kinder in den Sommerferien**

Die ANTL führt auch in diesem Sommer ca. 30 Veranstaltungen für Kinder in den Sommerferien durch, viele davon im Auftrag anderer Bildungsträger im Tecklenburger Land. Folgende Veranstaltungen sind direkt bei der ANTL anzufordern:

- 12.07. **Schnitzen** / 14.00 Uhr - 16.00 Uhr (Alter: 8 - 12 Jahren / Preis: 7,00€ pro Kind)
- 13.07. **Lebensraum Wald** / 14.00 - 16.00 Uhr (Alter: 7 - 12 Jahren / Preis: 7,00€ pro Kind)
- 18.07. **Wasserforscher** / 15.00 - 17.00 Uhr (Alter: 6 - 12 Jahren / Preis: 7,00€ pro Kind)
- 20.07. **Insektenhotel (Eltern-Kind Aktion)** / 09.00 - 11.30 Uhr (Alter 6 - 12 Jahren / Preis: 15,00€ pro Kind (inkl. Materialkosten))
- 20.07. **Bootsbau (Eltern-Kind Aktion)** / 14.00 - 16.00 Uhr (Alter 6 - 12 Jahren / Preis 7,00€ pro Kind)
- 21.07. **Auf den Spuren der Wölfe** / 09.00 - 11.30 Uhr (Alter: 8 - 12 Jahren / Preis 8,50€ pro Kind)

Übrigens:

In den **Herbstferien** wird es auch wieder ein Ferienprogramm geben! Aber auch außerhalb der Ferien ist im Naturschutz viel los für Kinder und Jugendliche: die Naturschutzkids oder die Jugendgruppe treffen sich nach den Ferien wieder alle 14 Tage. Interesse?

## **Juli**

Samstag, 01. Juli, 15.00 - 18.00 Uhr

### **Den Wald entdecken - das Meer streicheln**

Eine spannende Entdeckungsreise mit viel Spaß dabei mit Hermann Lammers aus Brochterbeck: „3 km leichtes wandern, bergauf und bergab, zwischen Kalk und Sandstein; Rasen und Urwald. 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?“  
Treffpunkt: Parkplatz Zum Golfplatz Tecklenburger Land, Navi: 49525 Lengerich, Zum Golfplatz 25 (weiterfahren bis Parkplatz!)  
Bitte mitnehmen: festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und ein kleines Picknick.

**Kostenbeitrag:** 12 €

**Anmeldeschluss:** 26.06.

## **August**

Freitag, 11. August, 15.00 - 18.00 Uhr

### **Wildbeerenwanderung - Delikatessen aus der Natur und Helfer in der Hausapotheke**

Im Wald und am Wegesrand reifen im Spätsommer köstliche Wildbeeren und Früchte. Sie sind reich an Vitaminen, Mineral- und anderen Vitalstoffen und haben ein intensiveres Aroma. Sie sind eine Bereicherung in der Küche, Fitmacher und Helfer in der Hausapotheke. Sie stärken unser Immunsystem, lindern fieberhafte Erkältungen und Magen- Darmerkrankungen. Auf dieser Heilpflanzenwanderung mit Brigitte Schürkamp werden die vorhandenen Wildbeeren und Heilpflanzen vorgestellt. Erfahren Sie, was beim Sammeln beachten muss, wie Wildbeeren zu Delikatessen verarbeitet werden und wie sie in der Hausapotheke Verwendung finden. Im Anschluss der Wanderung gibt es eine Verköstigung mit Teemischungen, selbstgebackenem Brot, Wildbeeren- Aufstrichen.

**Teilnahmebeitrag:** 13,00 € Kursgebühr

zzgl. 7,00 € für Verköstigung, diese bitte an die Kursleiterin vor Ort bezahlen.

**Anmeldeschluss:** 2. August 2023

Grüner Samstag, 12.08., 15.00 - 17.00 Uhr

### **Fahrradtour zu den schönsten Tüöttenhäusern in Mettingen**

Treffpunkt und Start der geführten Radtour für Erwachsene ist direkt vor dem Mettinger Schulthenhof. Diesmal geht es mit dem Fahrrad in das wunderschöne Mettingen zu den schönsten Tüöttenhäusern. Wissenswertes, Erstaunliches und Interessantes gibt es rund um die schönen, alten Tüöttenhäuser zu erfahren. Der Kulturlandschaftsführer Ralf Krämer wird unter anderem die Entstehung und Bedeutung der Tüötten erläutern. 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. Als kleine, stärkende Erfrischung zwischendurch gibt es den leckeren ANTL-Streuobstwiesenapfelsaft. Weitere Getränke bitte selbst mitbringen. Fahrräder oder E-Bikes können selbst mitgebracht werden oder bei Bedarf beim Mettinger Fahrradverleih vor Ort ausgeliehen werden. E-Bikes können außerdem über die RVM Rad+Bus mobilstation auf dem Schulthenhof ausgeliehen werden. Kontaktdaten zu den Fahrradverleihern auf: [www.kulturlandschaft-erleben.de](http://www.kulturlandschaft-erleben.de).

**Anmeldeschluss:** 31.07.

**Teilnahmebeitrag:** 8 €

Samstag, 28.08. 9.00 - 13.00 Uhr

### **Arbeitseinsatz im Recker Moor**

Die ANTL lädt wieder zur Mithilfe beim natürlichen Klimaschutz im Recker Moor ein.

**Anmeldeschluss:** 26.08.

## **September**

Grüner Samstag, 02.09., 15.00 - 18.00 Uhr

### **Auf alten Wald- und Wirtschaftswegen zum Canyon**

Ein kleiner Streifzug mit Einblicken in die Erdgeschichte und Ausblicken von den schönsten Plätzen der Region. Auf der kleinen Zeitreise durch unseren heimischen Buchenwald erfahren wir Interessantes rund um das Naturschutzgebiet am Südhang des Teutos. Es geht auf alten Wald-, Transport- und Handelswegen rund um die malerische Talaue Haus Marck bis hin zum geschützten Canyon am Kleeberg.

Nicht vergessen, geschlossene Schuhe und ein Getränk für unterwegs, bei sommerlichen Temperaturen unbedingt an einen Sonnenschutz denken. Beschaffenheit der Strecke: 8,5 km, Feste Wanderwege, 132 Höhenmeter

**Teilnahmebeitrag:** 14 € pro Person

**Anmeldeschluss:** 28.08.

Freitag, 22. September, 15 - 18 Uhr

### **Heilpflanzenwanderung - die pflanzliche Sportapotheke**

Die Natur schenkt uns für vielen Beschwerdebildern Heilpflanzen. Im Herbst, wenn sich die Heilkräfte der Pflanzen in den Wurzeln zurückzieht, ist es an die Zeit Heilmittel gegen leichte Sportverletzungen, Muskelkater, Überdehnungen etc. herzustellen. Beinwellwurzel, Ingwerwurzel, Johanniskrautöl und Franzbranntwein können hier positive Wirkungen zeigen. Durch ihre heilenden und pflegenden Inhaltsstoffen sind diese Pflanzen in der pflanzlichen Sportapotheke unentbehrlich geworden. Während dieser Heilpflanzenwanderung mit Brigitte Schürkamp lernen sie die vorhandenen Heilpflanzen und deren Wurzeln kennen. Erfahren Sie Wissenswertes, wie diese Heilpflanzen zu Heilmitteln verarbeitet werden. Insbesondere die Beinwellwurzel und die Ingwerwurzel, sowie weitere Heilpflanzen die eine muskelentspannende Wirkung haben.

In der Praxiseinheit stellen wir einen schmerzlindernden, muskelentspannenden Balsam her. Weiterhin stelle ich das Johanniskraut Öl und einen Franzbranntwein vor.

Mit Teemischungen zum Thema, Brotaufstrichen und selbstgebackenem Brot lassen wir den Nachmittag ausklingen.

**Teilnahmebeitrag:** 13,00 €

zzgl. 13,00 € für einen Balsam und Verköstigung,

Diese bitte an der Kursleiterin vor Ort bezahlen.

Bitte eine Salbendose mitbringen.

**Anmeldeschluss:** 13.09.

## **Oktober**

Grüner Samstag, 07.10., 15.00 - 17.00 Uhr

### **Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm - Streuobstwiesen neu entdeckt**

Seit vielen Jahrzehnten prägen Streuobstwiesen das Landschaftsbild des Tecklenburger Landes. Zu dieser Jahreszeit hängen die Bäume voller Äpfel. Darunter viele alte Sorten, die heutzutage kaum noch bekannt sind. Was ist das Besondere an alten Apfelsorten? Wie kamen die verschiedenen Obstsorten in unsere Heimat? Welchen Tieren bietet die Streuobstwiese einen einzigartigen Lebensraum?

Um diesen und weiteren Fragen rund um die Streuobstwiesen auf den Grund gehen zu können bietet die ANTL im Rahmen des „Grünen Sams-

tags“ unter der Leitung von Kulturlandschaftsführerin Simone Blom eine zweistündige Wanderung an. Auf rund zwei Kilometern Gehstrecke laden die Naturschönheiten des Tecklenburger Landes ein, einmal raus aus dem Alltag zu kommen und sie mit allen Sinnen zu genießen. Zudem erwartet die Teilnehmer Wissenswertes über die alte Fliehbürg, so wie eine kulinarische Überraschung. Die Tour hat leichte Steigungen sowie Gefälle, kleine Pausen sind eingeplant. Festes Schuhwerk sowie wetterfeste Kleidung werden empfohlen.

**Teilnahmebeitrag:** 8 €

**Anmeldeschluss:** 02.10.

Freitag, 13.10., 15.00 - 18.00 Uhr

### **Waldmedizin – Die Heilkraft der Bäume**

Heilpflanzenwanderung mit Brigitte Schürkamp

Bäume gehören seit Urzeiten zum Medizinschatz der Heilpflanzenkunde. In der modernen Phytotherapie kommen heute wieder viele Pflanzenteile von Bäumen zum Einsatz. Aus Blättern, Blüten und Rinde werden Teemischungen, Tinkturen, Ölauszüge, Pflanzenhydrolate und ätherische Öle hergestellt. Erfahren Sie auf dieser Wanderung Wissenswertes über die ätherischen Baumöle und die Gemmotherapie. Deren Inhaltsstoffe, Wirkungen, Herstellungsverfahren und bei welchen Beschwerden sie hilfreich sind. Im Praxisteil stellen wir einen wohltuenden Balsam her. Mit Teemischungen, Brotaufstrichen und selbstgebackenem Brot lassen wir den Nachmittag ausklingen.

**Teilnahmebeitrag:** 13,00 €, zzgl. 12,00 € für Material und Verzehr

Diese bitte an der Kursleiterin vor Ort bezahlen.

Im Preis sind enthalten: Skript, Materialkosten und Verköstigung zum Thema. Bitte eine Salbendose mitbringen.

**Anmeldeschluss:** 09.10.

Sonntag, 15.10., 11.00 - 15.00 Uhr

### **Halbtagestour zum Canyon-Blick**

*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.*

**Teilnahmebeitrag:** 16 €

**Anmeldeschluss:** 10.10.

**Sonntag, 22.10., 11.00 - 17.00 Uhr**

### **Apfeltag**

Ein Apfelfest am Naturschutzzentrum für die ganze Familie  
Näheres bitte der Presse oder Veröffentlichung auf der Homepage  
oder Facebook-Seite der ANTL

Montag, 23.10., 18.00 - 20.00 Uhr

### **Teuto Talks - Wissenschaft trifft Naturschutzpraxis**

Näheres bitte der Presse oder Veröffentlichung auf der Homepage  
oder Facebook-Seite der ANTL

## **November**

*Grüner Samstag, 04.11., 16.00 - 18.00 Uhr*

### **Mit der Moorwächterin durchs Recker Moor**

Dieser „Grüne Samstag“ führt Naturinteressierte in ein Moor - un-  
wegsames Sumpfgebiet, dunkle, tiefe Wasserlöcher, feucht und neblig.  
Der Boden, weich und schwankend, äußerst trügerisch. Einst  
erstreckte sich das Recker Moor über mehrere tausend Hektar. Durch  
die menschliche Nutzung ist heutzutage nur noch ein Bruchteil der  
einstigen Moorfläche vorhanden. Als Naturschutzgebiet stellt das  
Recker Moor inzwischen einen ganz besonderen Lebensraum für zahl-  
reiche, darunter hoch spezialisierte Tier- und Pflanzenarten dar.  
Entlang des Wanderweges das Recker Moor erleben und sich zusammen  
mit der Moorwächterin, Nina Dierkes, vom Zauber des Moors fangen  
lassen.

**Teilnahmebeitrag:** 8,00 € pro Person

**Anmeldeschluss:** 31.10.

Montag, 27.11., 18.00 - 20.00 Uhr

### **Teuto Talks - Wissenschaft trifft Naturschutzpraxis**

Näheres bitte der Presse oder Veröffentlichung auf der Homepage  
oder Facebook-Seite der ANTL.

## **Dezember**

Grüner Samstag, 02.12., 14.00 - 16.00 Uhr



## **Festival der Blicke, unterwegs auf dem Teutoschleifchen**

Geführte Wanderung entlang des Teutoschleifchens Canyon-Tour mit Birgit Teepe. Der zertifizierte Qualitäts- Rundwanderweg verspricht atemberaubende Ausblicke in die artenreiche Landschaft. Spannende Einblicke erwarten uns in dem unter Naturschutz stehenden Canyon am Kleeberg mit seinem funkelnden See und den geologischen Besonderheiten.

**Teilnahmebeitrag:** 8 €

**Anmeldeschluss:** 27.11.

Sonntag, 10.12., ab 12.00 Uhr

### **Weihnachtliche Wanderungen mit Kaffee und Kuchen**

Leichte und besinnliche geführte Wanderungen durch den herbstlichen oder doch schon winterlichen Wald um Haus Marck und das Naturschutzzentrum. Dauer: ca. 2 Stunden. Anschließend Einkehr im „Adventscafé“ auf der Tenne. Dort gibt es auch heißen Apfelpunsch und leckere Lambratwurst vom Grill.

**Teilnahmebeitrag:** 8 Euro (zzgl. Getränke und Kuchen)

**Anmeldeschluss:** 4.12.

Samstag, 16.12., 9.00 - 13.00 Uhr

### **Arbeitseinsatz im Recker Moor**

Die ANTL lädt wieder zur Mithilfe beim natürlichen Klimaschutz im Recker Moor ein.

**Anmeldeschluss:** 14.12.

.....

## **Veranstaltungsort / Anmeldung / Wissenswertes**

Treffpunkt (sofern nicht anders angegeben):

Naturschutzzentrum Sägemühle (ANTL), Bahnhofstraße 73, 49545 Tecklenburg

Bitte ca. 5-10 Minuten vorher dort sein, damit es pünktlich losgehen kann.

Anmeldung (sofern nicht anders angegeben) möglichst bis 7 Werktage vor der Veranstaltung. Bitte unter Angabe von Name(n), Anschrift, Mobilnummer, E-Mail-Adresse.

Für Ihre Anmeldung schicken Sie bitte eine **E-Mail** an:

[umweltbildung@antl-ev.de](mailto:umweltbildung@antl-ev.de).

Telefonisch ist das Umweltbildungsteam der ANTL unter 05482-929295 zu erreichen, allerdings ist nicht immer jemand im Büro,

dann bitte auf dem Anrufbeantworter sprechen oder eine E-Mail schreiben.

Die Kontonummer für den Teilnahmebeitrag sowie die Höhe der Kostenumlage (am Veranstaltungsort bar bezahlen) wird mit der Bestätigungsmail bekanntgegeben.

Ermäßigungen:

Mitglieder der ANTL (bitte angeben) bekommen eine Ermäßigung von 25%, Die U18-Ermäßigung beträgt bei Veranstaltungen für Erwachsene 50% (für ältere Jugendliche), Erwerbslose/Grundsicherungsbezieher bekommen eine Ermäßigung von 25% (bitte bei der Anmeldung angeben).

Mitbringen:

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

**[www.antl-ev.de](http://www.antl-ev.de)**