

# AdP e.V. - Bauchspeicheldrüsenerkrankte

Thomas-Mann-Str. 40 \* 53111 Bonn      Gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt

Gefördert durch die Deutsche Krebshilfe e.V., Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband - Gesamtverband e.V. (DPWV), im Haus der Krebs-Selbsthilfe - Bundesverband e.V. (HKSH-BV), in der Deutschen Diabetes Föderation e.V. (DDF), in der Gesellschaft für Rehabilitation bei Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen (GRVS), Deutscher Pankreasclub (DPC) und der Deutschen Gesellschaft zur Bekämpfung der Krankheit von Magen, Darm und Leber sowie von Störungen des Stoffwechsels und der Ernährung e. V. (GASTRO-LIGA)



*Autor:*  
Ansgar Geilich

*Datum:*  
03.07.2017

*Regionalgruppe:*  
Rg-Nr. 65  
Wiesbaden/Rheingau

## 9. Selbsthilfegruppenabend am 03. Juli 2017

*Regionalgruppe 65 Wiesbaden / Rheingau, Veranstaltungsdatum 03.07.2017*



Zwölf Personen der AdP - Selbsthilfegruppe 65 suchten, fanden und waren ganz gespannt auf die Ausführungen von Rudi Liess (dritter von links) dem Kräuterexperten aus Assmannshausen, was man mit heimischen Kräutern in der Küche wohl alles zubereiten kann. Dass wir uns oberhalb von Rüdesheim am Rhein befanden ist unschwer am Kloster St. Hildegard in Eibingen im Hintergrund des Bildes zu erkennen.



## AdP e.V. - Bauchspeicheldrüsenerkrankte

Thomas-Mann-Str. 40 \* 53111 Bonn      Gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt

Gefördert durch die Deutsche Krebshilfe e.V., Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband - Gesamtverband e.V. (DPWV), im Haus der Krebs-Selbsthilfe - Bundesverband e.V. (HKSH-BV), in der Deutschen Diabetes Föderation e.V. (DDF), in der Gesellschaft für Rehabilitation bei Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen (GRVS), Deutscher Pankreasclub (DPC) und der Deutschen Gesellschaft zur Bekämpfung der Krankheit von Magen, Darm und Leber sowie von Störungen des Stoffwechsels und der Ernährung e. V. (GASTRO-LIGA)



**Wer von Ihnen, liebe Leser, kennt das Laabkraut, kennt den Storchenschnabel, den Beifuß, das Leinkraut, den Kreuzkümmel (oberes Bild) oder das Zinnkraut, um hier nur einige zu nennen. Zu allen gefundenen Kräutern konnten die Teilnehmer der Kräuterwanderung am Ende der Wanderung etwas berichten.**

**Bei herrlichem Wanderwetter spazierte die Gruppe durch Weinberge, durch Wälder, Felder und an Weiden vorbei.**



**Wer hat für`s Mittagessen schon einmal junge Sprossen für Brennesselsuppe gesammelt oder zu Brennesselspinat verarbeitet oder den Samen dieses Krautes über Salat gestreut, wer kennt diese Bestandteile der Kultspeise an Gründonnerstag. Bei Hildegard von Bingen (\*1098 - +1179) wurde dies als Gemüse zur Magenreinigung und zur Entschleimung zubereitet. Bei ihr wurde die Brennessel als Volksmedizin zur Blutreinigung bei Leber- und Gallenleiden, bei Lungenkrankheiten und bei Verdauungsbeschwerden eingesetzt. Bei Gicht und Rheuma wurde dieses Kraut verwendet, gar gegen Haarausfall leistete das Kraut seine Dienste.**

**In der Mythologie erzeugte die Brennessel brennende Liebe und schützte vor Blitzschlag.**

**Sie galt bei Vielen als ein von einem unheimlichen Geist bewohntes Wegegewächs. Selbst im Märchen von Christian Andersen musste die Königin sieben Hemden aus Brennessel fertigen um ihre Brüder zu befreien.**

# AdP e.V. - Bauchspeicheldrüsenerkrankte

Thomas-Mann-Str. 40 \* 53111 Bonn      Gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt

Gefördert durch die Deutsche Krebshilfe e.V., Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband - Gesamtverband e.V. (DPWV), im Haus der Krebs-Selbsthilfe - Bundesverband e.V. (HKSH-BV), in der Deutschen Diabetes Föderation e.V. (DDF), in der Gesellschaft für Rehabilitation bei Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen (GRVS), Deutscher Pankreasclub (DPC) und der Deutschen Gesellschaft zur Bekämpfung der Krankheit von Magen, Darm und Leber sowie von Störungen des Stoffwechsels und der Ernährung e. V. (GASTRO-LIGA)



**Dies waren hoch interessante zwei Stunden, in denen man nicht nur etwas über die Kräuter lernte sondern auch etwas zur Körperertüchtigung beitrug. Wie die Bilder zeigen bescherte uns das Wetter eine herrliche Weitsicht bis nach Mainz und zum Donnersberg kurz vor Kaiserslautern.**

**Eine solche Veranstaltung findet mit Sicherheit im kommenden Jahr seine Wiederholung. Ein herrlicher Abend bei lauem Sommerwind, eine rundum gelungene Sache. Dieser Meinung waren all diejenigen die dabei waren.**