



Hoch über der Stadt: Der Churer Medizinalgarten wurde letztes Jahr auf dem Hirschbühl angelegt.

Bilder Laura Natter

EIN GESUNDES STÜCK LAND

Im Churer Medizinalgarten
Heilpflanzen entdecken – ein Besuch

Laura Natter

Eine Hummel landet auf der gelben Blüte der Nachtkerze. Die Blätter biegen sich gen Boden, nur kurz, und schon entschwindet das Insekt wieder in den stahlblauen Himmel. Die Nahrungsausbeute scheint heute klein gewesen zu sein. Nun steht die Nachtkerze unberührt im Beet mitten in diesem Garten auf dem Hirschbühl in Chur.

Ein Medizinalgarten ist es, der da umzäunt oberhalb der Stadt gedeiht. Verantwortlich für den heilkundlichen Garten ist der Verein Churer Medizinalgarten unter dem Präsidium von Christiane Mani. Zusammen mit dem Vorstandsmitglied Lulu Nether tritt sie an jenem Morgen durch das Tor des von Bio Terra zertifizierten Gartens. «Wir sind ein öffentlicher Schaugar-

Anzeige

Mitgliedsbeitrag

www.rhbclub.ch

RhB Club

Werden Sie jetzt Teil der RhB-Familie!

RhB Club

ZÜST AG
Elektrowerkzeuge und
Reparaturwerkstätte
Rossbodenstrasse 49
7000 Chur

FON 081 252 97 15
FAX 081 252 84 96
NET www.zuestag.ch

zust
MASCHINA
FÜR DA PROFI

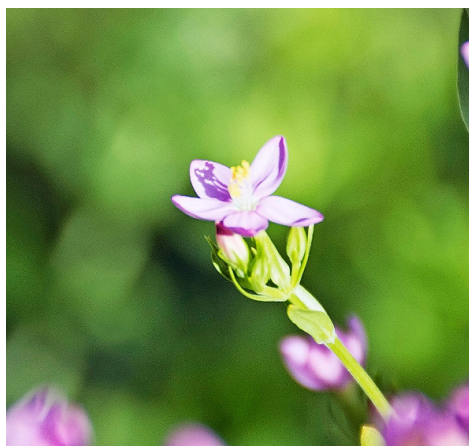
BOSCH

FESTOOL

metabo **Makita**

PROFESSIONAL POWER TOOL SOLUTIONS

Instagram:
buendner.woche



Echtes Tausendgüldenkraut.



Nachtkerze.

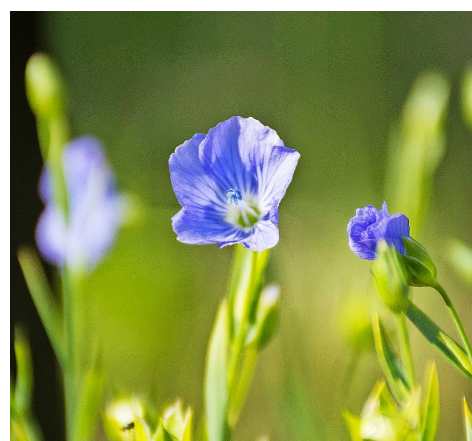
ten», sagt Christiane Mani mit einem Lächeln, kaum steht sie zwischen den Beeten. «Jeder darf ihn betreten.» Nur die Hunde müssen draussen warten. Und Kinder dürfen lediglich in Begleitung Erwachsener zwischen den Beeten umhergehen. Schliesslich finden sich im Garten auch giftige Pflanzen – Maiglöckchen, Herbstzeitlose, Tollkirschen. Um nur einige Vertreter zu nennen.

Ihr Verzehr kann tödlich enden. Und doch gehören diese Pflanzen zum Churer Medizinalgarten. Denn sie besitzen – richtig dosiert – eine potente Heilwirkung. Beispielsweise hilft das Maiglöckchen bei Herzschwäche, die Herbstzeitlose bei Gicht und die Tollkirsche bei Krämpfen im Verdauungstrakt.

Eine Heilwirkung ist allen Pflanzen des Medizinalgartens gemein. Sie helfen, wenn die Haut juckt, das Atmen schwerfällt oder das Gemüt bedrückt ist. Um sich im Garten orientieren zu können, wurden letztes Jahr sogenannte Organbeete angelegt. Vom Nieren/Blasen/Prostata-Beet geht es weiter zum Bewegungsapparat, dem Herzkreislauf-Beet, der Psyche, danach weiter zum Frauen-Beet, der Haut und den Augen, zuletzt zum Magen-Darm-Beet und den Atemwegen. Eine Reihenfolge, wie die Beete bestaunt werden sollen, gibt es



Echtes Johanniskraut.



Flachs.

nicht. Apropos Bestaunen: Das ist es, was man momentan im Garten tun kann. Genutzt werden die Pflanzen noch nicht. «Wir wollen, dass der Garten sich entfalten kann und sehen, was passiert», erklärt Christiane Mani. Zudem seien die Beete sowieso erst gut zur Hälfte bepflanzt. Das Pflanzen und Pflegen geschieht in Fronarbeit. Der Verein zählt rund 30 Mitglieder, die sich mehr oder weniger aktiv in die Gestaltung des Gartens einbringen. Langsames Wachstum sei ihr Motto, sagt Lulu Neher. Ob im Verein oder im Garten. «Wir wachsen mit dem Garten und er mit

uns», meint sie. Und so kommt laufend Neues hinzu, seien es Pflanzen oder Menschen, die den Medizinalgarten prägen und gestalten. Jeden letzten Samstag im Monat treffen sich die Mitglieder auf dem Hirschbühl zum gemeinsamen Jäten, Hege und Pflegen. «Und um zu plaudern», meint Christiane Mani augenzwinkernd. Der soziale Austausch sei ebenso wichtig wie das gemeinsame Arbeiten. Die beiden Frauen wünschen sich für ihren Verein noch mehr Mitglieder, und gerne auch junge Menschen. «Ein Verein wird so einfach lebendiger», findet die Präsidentin. Übr-

Anzeige

Facebook:
Bündner Woche/büwo

Küchlin & Balm
Geführte Zeitreise ins UNESCO Welterbe RhB
www.rhb.ch/zeitreise

Jeden Freitag bis
25. September 2020

The advertisement features a black and white photograph of a construction site with workers in hard hats and safety vests. At the bottom, there are icons for a building and a camera.



Echter Honigklee.



Grossblütige Königskerze. Bilder Laura Natter

gens sei der Aufwand überschaubar und niemand müsse im Garten mithelfen. Jeder gibt, was er kann und will. Entstanden ist der Verein aus einer zufälligen Begegnung zwischen Christiane Mani und dem jetzigen Vorstandsmitglied Richard Walder. Er habe ihr seine Vision für Chur geschildert, erinnert sich die Präsidentin. Ein Teil dieser Vision war der Medizinalgarten. «Ich war begeistert», erzählt die Pflegefachfrau mit Zusatzausbildung zur integrativen Phytotherapie (Pflanzenheilkunde).

Das war vor knapp vier Jahren. Seither ist viel passiert. Ein Verein wurde gegründet, Mitglieder gesucht, die Stadt Chur stellte ein Stück Boden auf dem Hirschbühl zur Verfügung, letztes Jahr wurde mit den Pflanzungen begonnen. Gepflanzt wurden und werden ausschliesslich einheimische Pflanzen und solche, die den neusten wissenschaftlichen Erkenntnis-

sen entsprechen. «Wir wollen gesichertes Wissen vermitteln», betont Christiane Mani. Bald sollen deshalb auf den schwarzen Täfelchen, die bereits jetzt vor jeder Pflanze im Beet stecken, QR-Codes angebracht werden, die zu den Monografien der einzelnen Heilkräuter führen.

Während die beiden Frauen von ihrem Garten erzählen, von all diesen Pflanzen, ihrer Schönheit und ihrer Wirkung, bahnt sich die Sonne ihren Weg zum Garten, wärmt die feuchte Wiese, die Blätter und Blüten. Das Leben beginnt. Hier, im Churer Medizinalgarten. Hier, auf diesem heilenden Fleckchen Erde.

Am Samstag, 25. Juli, treffen sich die Mitglieder um 15 Uhr zur Gartenpflege und zum Austausch im Medizinalgarten auf dem Hirschbühl. Nicht-Mitglieder sind ebenfalls herzlich willkommen.

Weitere Informationen unter www.churer-medizinalgarten.ch

Anzeige

DER MAZDA CX-5
MEHR FAHRSPASS FÜR DIE GANZE FAMILIE
 JETZT FÜR EINE PROBEFAHRT ANMELDEN!



Und von einer Zusatzprämie profitieren!
 Weitere Infos unter comminot.com

GARAGE COMMINOT CHUR KAMPANJENSTELLEN IM TEL. 081 845 90 01 7498 8798 WWW.COMMINOT.COM

Editorial

REISEN UND ENTDECKEN

Diese Woche reisen wir weit. Weit zurück und weit weg. So schauen wir in unserer Sommerserie «Ferien in der Schweiz» über die Bündner Kantonsgrenze hinaus. Unser Chefredaktor Jürgen Pfister hat sich aufgemacht, um das Wasserland Schweiz unter die Lupe zu nehmen. 1500 Seen zählt unser kleines Land. Eine beachtliche Zahl. Und schwer vorstell-

bar. Anschaulicher präsentiert sich dieser Fakt: Rein theoretisch befindet man sich nie weiter als 16 Kilometer von einem Gewässer entfernt. Rein theoretisch. Praktisch bedeutet



das, dass manche Regionen der Schweiz weniger und andere mehr Seen, Flüsse und Bäche vorzuweisen haben. Zu letzteren Regionen gehört zum Beispiel das Drei-Seen-Land. Was dieses Gebiet alles zu bieten hat, lesen Sie in der vorliegenden Ausgabe. Gereist, genauer gewandert, wird in dieser Ausgabe noch mehr. So zum Beispiel vom Wasserfall zum Rothorn in der Region Lenzerheide, oder aber durch die Bündner Herrschaft dem Weinwanderweg entlang. Vielleicht darf der Weg aber auch ein wenig weiter führen als von Weingut zu Weingut. Dann empfiehlt es sich, den Walsenweg unter die Füsse zu nehmen. In 23 Tagesetappen kann dieser gemeistert werden. Zum zehnjährigen Bestehen des Weges finden in diesem Jahr vom 1. bis 22. August zudem verschiedene Veranstaltungen statt, in denen Einblicke ins Leben der Walsen gewährt werden.

Zu guter Letzt bleiben wir in dieser Ausgabe aber auch einfach zu Hause in unserer schönen Kantonshauptstadt. Wir erfahren mehr darüber, wie Bischof Viktor I. im Jahr 614 eine Reise nach Paris antrat und damit das Leben einiger Churer massgeblich veränderte. Und wir erfahren, wie sich Chur gegenwärtig verändert. So zum Beispiel auf dem Hirschbühl, wo gerade ein Medizinalgarten heranwächst. Ein heilendes Fleckchen Erde, das es zu entdecken gilt – genau wie all die Orte auf den kommenden Seiten.

Laura Natter