



# Hier lernen Kinder, wie unser Essen wächst

Im neuen LandGarten im LandPark Laumbrück pflanzen Kinder Stauden und Kräuter. Beim Kochen im Foyer folgt die Befahrung auf dem Teller

**LAUMBRÜCK** In der ersten 7. und 8. Klasse lernen die Schüler der Oberschule Festsitz in einem LandGarten im LandPark Laumbrück zu Hause. Zwei Klassen sind mit dem großen Obst- und Gemüsegarten verbunden. Der neue, gemeinsame Garten befindet sich im Foyer des neuen Schulgebäudes. Unter der Leitung von Ingrid von der Luepke und Ingrid von der Luepke werden in diesem Garten Stauden und Kräuter gepflanzt. Die Kinder lernen dabei, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Der LandGarten gibt den Kindern die Möglichkeit, sich mit dem Essen zu beschäftigen. Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

**Hier lernen die Generation für Grüne Energie begeistern**  
Katharina von Schiller, Geschäftsführerin des LandParks

„Hier lernen die Generation für Grüne Energie begeistern“ ist das Motto der Kinder im LandGarten. Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.



Lena und Lina (v.l.) lassen sich ihre Quark mit Schmelzkäse schmecken.

© 2013 LandPark Laumbrück



Der Küchengarten besteht nach historischen Vorbildern.



Die Kinder der Oberschule Festsitz lernen gerne hier.



Kräuter und Gemüse - von der Hand in den Mund.

„Hier lernen die Generation für Grüne Energie begeistern“ ist das Motto der Kinder im LandGarten. Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

Die Kinder lernen, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt. Die Kinder lernen auch, wie man Stauden und Kräuter pflanzt und wie man sie pflegt.

# So geht eine gesunde Outdoor-Küche

Im Landpark Lauenbrück entsteht ein Lernort für Kinder und Erwachsene – Lebensmittel wertschätzen

LAUENBRÜCK. Im Landpark Lauenbrück entsteht ein riesiger Landgarten – ein neuer Lernort, der Kindern und Erwachsene zeigt, wie und was man jetzt anbauen sollte, um 2022 gesund zu essen.

Die Tarpanpferde sind bereits umgezogen. Sie bekommen eine andere Weide auf dem 250.000 Quadratmeter großen Gelände des Landpark Lauenbrück – kein Problem. Die Fläche kurz hinter dem Eingang des Parks zwischen Hamburg und Bremen wird gebraucht: Hier wächst ein riesiger Landgarten mit mobiler Outdoor-Küche, in der die Ernte gleich verarbeitet wird.

„Jedes Jahr aufs Neue nehmen wir uns vor, gesund zu leben und zu essen“, meint die Geschäftsführerin des Landpark Lauenbrück Katharine von Schiller, „aber vom Sofa aus kann man das nicht schaffen. Ich muss raus, wenn ich daran etwas ändern will. Wir können das hier in Lauenbrück, und das wollen wir auch anderen ermöglichen.“

Vor allem Kinder hat von Schiller im Blick, außerschulischer Lernort soll der Landpark werden. „Viele Kinder kennen ihre Lebensmittel nur fertig verarbeitet und in mundgerechte Portionen im Supermarkt verpackt. Sie wissen oft nicht, wie, wo und wann was wächst, was sie da essen, wer es verarbeitet und woraus die Nahrung besteht“, so von Schiller. „Wenn wir unseren Kindern den Wert unserer Lebensmittel nicht beibringen, können wir auch keine Wertschätzung erwar-



Im Landpark Lauenbrück entsteht ein großer Landgarten, der besonders für Kinder als außerschulischer Lernort dienen soll.

FOTO: PRIVAT

ten, die zum nachhaltigen Umgang damit führt.“

Und schon gar nicht zu einer gesunden Lebensweise. Verarbeitete Lebensmittel enthalten große Mengen an Zucker, Salz und Geschmacksverstärkern, die physisch und psychisch nachteilig wirken. Laut „Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland“ (KiGGS) des Robert-Koch-Instituts (RKI) erreichten zwischen 2014 und 2017 nur 16 Prozent der Kinder die DGE-Empfehlung von fünf Portionen frischem Obst und Gemüse am Tag. Um dem entgegenzu-

wirken, waren Anfang Januar die Bagger in Lauenbrück und haben gegraben. Auf 2500 Quadratmetern Fläche entstehen zehn Beete, jedes mit einem anderen Fokus: Gemüse, Kräuter, Stauden, teilweise permakulturell gestaltet. Vier mobile Outdoor-Küchenmodule stehen bereit, damit im Sommer gemeinsam geerntet und gekocht werden kann. „Die Pandemie hat uns viel Kraft, Bewegung und Gesundheit gekostet – es reicht“, sagt Katharine von Schiller. „Egal welche Krankheiten noch auf uns zukommen, wir tun etwas dagegen. An der fri-

schen Luft stecken wir uns weniger an und stärken gleichzeitig unser Immunsystem. Außerdem sind wir in der Lage, uns selbst zu versorgen, womit sich angesichts der Ukraine-Krise auch viele Menschen beschäftigen.“

Mit der gesundheitsfördernden Wirkung beschäftigt sich derzeit auch die Studie „Gesunde Parks und Gärten“, für die der LandPark Lauenbrück Modellprojekt ist. Die Initiative des niedersächsischen Landwirtschaftsministeriums untersucht die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks

## Riesiger Landgarten mit mobiler Outdoor-Küche, in der die Ernte gleich verarbeitet wird.

und Gärten im Land. Über 100 davon haben die Agentur pro-t-in sowie die Büros freiraumforum Schoelkopf und Stadtlandschaft durch persönliche Gespräche, Analyse der Webseiten oder Besuche vor Ort katalogisiert und sieben Aktionsfelder ausgemacht, in denen sie aktiv sind oder noch werden wollen.

### Studie „Gesunde Parks...“

Am Ende werden deshalb auch Handlungsempfehlungen für die Gärten und Parks stehen – wie sie beispielsweise zu mehr Entschleunigung beitragen, Therapie und Pflege einbinden oder die gesunde Ernährung und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen fördern können. Schon jetzt hat sich das Landwirtschaftsministerium in Hannover deshalb weitere

Ziele gesteckt.

„Die Studie ‚Gesunde Parks und Gärten‘ ist eine Grundlage für den Ausbau des Netzwerks Gartenhorizonte, das seit vielen Jahren besteht“, erklärt Klaus-Dieter Karweik, Referatsleiter für integrierte ländliche Entwicklung.

Und er erläutert weiter: „Nun wollen wir die Konzeption einer geeigneten Plattform stärken. Die Studie untersucht auch die Wirkung von Parks und Gärten auf die grüne Infrastruktur und gibt Handlungsempfehlungen für Vernetzungsstrukturen von gesundheitsfördernden Parks und Gärten – darauf kann das Projektteam dann nach Veröffentlichung der Ergebnisse im Sommer aufbauen.“

Ich hoffe, dass wir in zwei Jahren so weit sind, dass die Parks und Gärten in Niedersachsen von ihrem spezifischen Wissen gegenseitig profitieren können – wer einen Landgarten bauen will, könnte sich dann ganz leicht an Frau von Schiller wenden.“

## Selbst mit dem Gemüseanbau anfangen

Ein kleines Beet oder Hochbeet anzulegen, ist keine Wissenschaft. Sie brauchen ein Stück Boden oder einen Kübel, in den frische Erde gefüllt wird – im Baumarkt gibt es Gemüse- oder Anzuchterde. Für Einsteiger sind Karotten und Erbsen pflegeleichte Sorten, die nicht lange wachsen und frisch geerntet unvergleichlich gut schmecken – auch Kindern. Diese können auch jetzt schon in Innenräumen oder einem

mit einem Überbau geschützten Frühbeet vorgezogen werden. In die Erde kommen sie erst nach den Eisheiligen – in diesem Jahr sind das die Tage zwischen dem 11. und dem 15. Mai. Bei weiterführenden Fragen können Interessierte den Landpark besuchen und Familie von Schiller oder die Parkgärtner persönlich ansprechen. Preise und Öffnungszeiten sind auf <https://www.landpark.de> zu finden.

# Großer Landgarten entsteht

Neuer Lernort im Landpark Lauenbrück zum Thema gesunde Ernährung

Lauenbrück. Im Landpark Lauenbrück entsteht ein riesiger Landgarten - ein neuer Lernort, der Kindern und Erwachsenen zeigt, wie und was sie jetzt anbauen sollten, um 2022 gesund zu essen.

Die Tarpanpferde sind bereits umgezogen. Sie bekommen eine andere Weide auf dem 250.000 Quadratmeter großen Gelände des Landpark Lauenbrück. Die Fläche kurz hinterm Eingang des Parks zwischen Hamburg und Bremen wird gebraucht: Hier wächst ein riesiger Landgarten mit mobiler Outdoor-Küche, in der die Ernte gleich verarbeitet wird.

## Gute Vorsätze umsetzen

„Jedes Jahr aufs Neue nehmen wir uns vor, gesund zu leben und zu essen“, meint die Geschäftsführerin des Landpark Lauenbrück, Katharine von Schiller, „aber vom Sofa aus kann man das nicht schaffen. Ich muss raus, wenn ich daran etwas ändern will. Wir können das hier in Lauenbrück, und das wollen wir auch anderen ermöglichen.“

Vor allem Kinder hat von Schiller im Blick, außerschulischer Lernort soll der Landpark werden. „Viele Kinder kennen ihre Lebensmittel nur fertig verarbeitet und in mundgerechte Portionen im Supermarkt verpackt. Sie wissen oft nicht, wie, wo und wann was wächst, was sie da essen, wer es verarbeitet und woraus die Nahrung besteht“, so von Schiller. „Wenn wir unseren Kindern den Wert unserer Lebensmittel nicht beibringen, können wir auch keine Wertschätzung erwarten, die zum nachhaltigen Umgang damit führt.“ Und schon gar nicht zu einer gesunden Lebensweise.

## Problem verarbeitete Lebensmittel

Verarbeitete Lebensmittel enthalten große Mengen an Zucker, Salz und Geschmacksverstärkern, die physisch und psychisch



Katharine und Friedrich Michael von Schiller.

nachteilig wirken. Laut „Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland“ (KiGGS) des Robert-Koch-Instituts (RKI) erreichten zwischen 2014 und 2017 nur 16 Prozent der Kinder die DGE-Empfehlung von fünf Portionen frischem Obst und Gemüse am Tag.

Um dem entgegenzuwirken, waren Anfang Januar die Bagger in Lauenbrück und haben gegraben. Auf 2500 Quadratmetern Fläche entstehen zehn Beete, jedes mit einem anderen Fokus: Gemüse, Kräuter, Stauden, teilweise permakulturell gestaltet. Vier mobile Outdoor-Küchenmodule stehen bereit, damit im Sommer gemeinsam geerntet und gekocht werden kann. „Die Pandemie hat uns viel Kraft, Bewegung und Gesundheit gekostet - es reicht“, sagt Katharine von Schiller. „Egal welche Krankheiten noch auf uns zukommen, wir tun etwas dagegen. An der frischen Luft stecken wir uns weniger an und stärken gleichzeitig unser Immunsystem. Außerdem sind wir in der Lage, uns selbst zu versorgen, womit sich angesichts der Ukraine-Krise auch viele Menschen beschäftigen.“

## Landpark ist Modellprojekt

Mit der gesundheitsfördernden Wirkung beschäftigt sich derzeit auch die Studie „Gesunde Parks und Gärten“, für die der Landpark Lauenbrück Modellprojekt ist. Die Initiative des niedersächsischen Landwirtschaftsministeriums untersucht die gesundheitsfördernde Wirkung von Parks und Gärten im Land. Über 100 davon haben die

Agentur pro-t-in sowie die Büros freiraumforum Schoelkopf und Stadtlandschaft durch persönliche Gespräche, Analyse der Webseiten oder Besuche vor Ort katalogisiert und sieben Aktionsfelder ausgemacht, in denen sie aktiv sind oder noch werden wollen. Am Ende werden deshalb auch Handlungsempfehlungen für die Gärten und Parks stehen - wie sie beispielsweise zu mehr Entschleunigung beitragen, Therapie und Pflege einbinden oder die gesunde Ernährung und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen fördern können.

Schon jetzt hat sich das Landwirtschaftsministerium in Hannover deshalb weitere Ziele gesteckt. „Die Studie ‚Gesunde Parks und Gärten‘ ist eine Grundlage für den Ausbau des Netzwerks Gartenhorizonte, das seit vielen Jahren besteht“, erklärt Klaus-Dieter Karweik, Referatsleiter für integrierte ländliche Entwicklung. „Nun wollen wir die Konzeption einer geeigneten Plattform stärken. Die Studie untersucht auch die Wirkung von Parks und Gärten auf die grüne Infrastruktur und gibt Handlungsempfehlungen für Vernetzungsstrukturen von gesundheitsfördernden Parks und Gärten - darauf kann das Projektteam dann nach Veröffentlichung der Ergebnisse im Sommer aufbauen. Ich hoffe, dass wir in zwei Jahren so weit sind, dass die Parks und Gärten in Niedersachsen von ihrem spezifischen Wissen gegenseitig profitieren können - wer einen Landgarten bauen will, könnte sich dann ganz leicht an Frau von Schiller wenden.“ bz