



Schlüsselblume

(bot. *Primula veris*)

Ernte: März bis Mai

Verwendet werden Blüten und die Wurzel der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Depressionen, Nervositätszuständen, Stress, Migräne, Nervenschmerzen, Erkältungskrankheiten, Husten, Rheuma, Wassereinlagerungen, Allergien.



Ysop

(bot. *Hyssopus officinalis*)

Ernte: Juni bis September

Verwendet werden die Blätter und Blüten der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Atemwegserkrankungen, Verdauungsstörungen, Darmleiden, Menstruationsbeschwerden, Nieren- und Gallenleiden, Zahnfleischentzündung, Kreislaufschwäche.

Der heutige Kräutergarten an der Parkseite zum Kurhaus Stern wurde im Jahr 1993 unter Leitung des damaligen Gartenbaumeisters des Staatsbades, Manfred Holste angelegt. Im Stile alter Bauerngärten und ganz im Sinne eines Klostergartens wie Hildegard von Bingen ihn gepflegt haben könnte, entstanden die Beete. Die Köche des damaligen Kurhotels „Zum Stern“ bedienten sich gerne an der Vielfalt der teils mediterranen Gewürzpflanzen und kredenzten den Kurgästen feinste Speisen mit wohltuenden Vorzügen. Im Jahr 2021 wurde der Kräutergarten von Grund auf erneuert. Hierbei wurde viel Wert auf einheimische Pflanzen gelegt, welche sich trotz des unbeständigen Wetters prächtig entwickeln. Bei der Wahl der Kräuter spielte auch das Wissen Hildegard von Bingens eine große Rolle. Mit Kräutern wie Alant, Melisse, Ringelblume und Ysop behandelte und heilte sie kranke, verwundete und schwache Menschen. Diese und viele weitere Heil- und Gewürzkräuter sind heute im Kräutergarten zu finden. Durch den gesundheitlichen Nutzen und seine prachtvolle Optik ist der Kräutergarten eine hervorragende Ergänzung für den Kurort Bad Meinberg und ein echtes Schmuckstück im Historischen Kurpark.



Auf unserer Homepage können Sie noch tiefer in die Kräuterkunde eintauchen. Hier finden Sie eine ausführliche Darstellung der genannten Pflanzen und zahlreiche Verwendungsmöglichkeiten von Tee über Würzmischungen bis hin zu kosmetischen Produkten.



Graphische Darstellung des Kräutergartens von oben.

GesUndTourismus Horn-Bad Meinberg GmbH

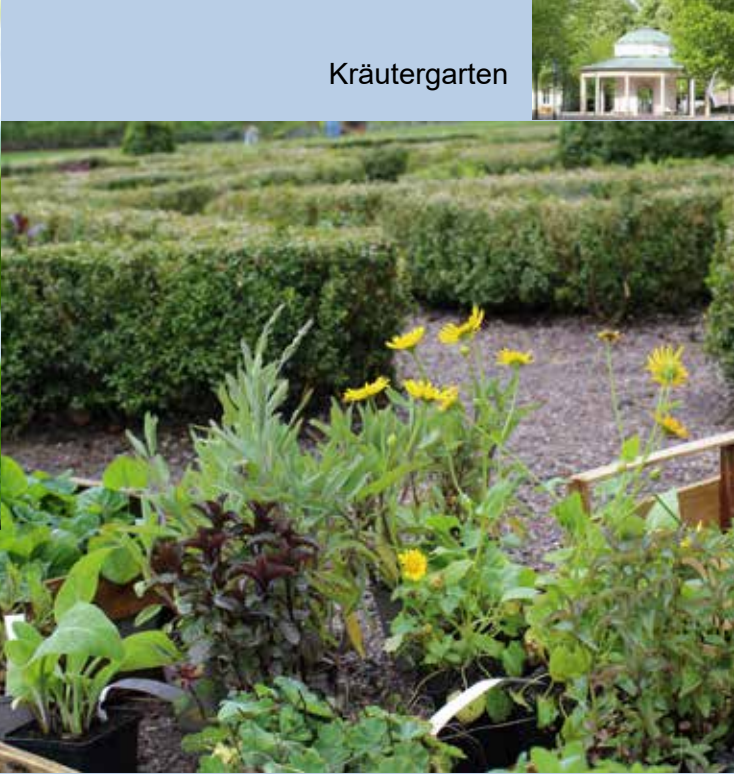
Parkstr. 10 (im Historischen Kurpark)
32805 Horn-Bad Meinberg
Telefon 05234 20597-0 oder -10
info@hornbadmeinberg.de
hornbadmeinberg.de

Öffnungszeiten der Tourist-Information

Montag Ruhetag
Dienstag-Freitag: 10:00-17:30 Uhr
Samstag: 10:00-13:00 Uhr
sonn- und feiertags geschlossen

Bildnachweis

pixabay.com
GesUndTourismus Horn-Bad Meinberg GmbH



Kräutergarten



Kräutergarten

In allen Epochen der Menschheit spielen Heil- und Gewürzpflanzen eine herausragende Rolle für die Gesundheit. Seit Jahrhunderten werden Pflanzen und Kräuter als Nahrungs- und Heilmittel geschätzt. Sowohl in Speisen als Würze für besonderen Geschmack, als auch in Arzneimitteln gegen unterschiedliche Erkrankungen greifen wir heute noch auf Kräuterheilkunde zurück.

Wer sich näher mit der pflanzlichen Heilkunde beschäftigt, wird früher oder später auf den Namen Hildegard von Bingen stoßen. Hildegard von Bingen war die bedeutendste Wegbereiterin der Klosterheilkunde, Äbtissin und Heilerin im 12. Jahrhundert. Sie verfasste als erste schreibende Ärztin umfassende Werke über Medizin und Heilkunde, wobei sie Pflanzen und Kräutern ganz besondere Aufmerksamkeit schenkte.

Auch die Leibärzte der Grafen zur Lippe wussten um die heilenden Eigenschaften von Kräutern. So riet Andreas von Keil, genannt Cunaeus dazu, getrocknete „Erde auß dem Brunnen zum Meinberge“ mit geriebener Muskatnuss, Holunder und Wacholder als Suppe zur Behandlung der Roten Ruhr zu sich zu nehmen. Im 18. Jahrhundert trieb Dr. Johann Erhard Trampel die Erweiterung und den Ausbau des Heilbades Meinberg und seiner Gesundheitsangebote voran. Seine Bemühungen ebneten Bad Meinberg den Weg zum prädikatisierten Kurort.

Die ehrgeizigen Pläne von Dr. Trampel und das umfangreiche Wissen Hildegard von Bingens bilden den Grundstein für den heutigen Kräutergarten im Historischen Kurpark. Dieser reiht sich neben den natürlichen ortsgebundenen Heilmitteln ein und ist ein echter Geheimtipp für den Gesundheitsstandort Bad Meinberg.

Heilpflanzen im Historischen Kurpark Bad Meinberg





Alant

(bot. *Inula helenium*)

Ernte: März/April, September bis November

Verwendet wird die Wurzel der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Asthma, Kopfschmerzen, Lungenschmerzen, Augentrübung, Verdauungsbeschwerden, Hauterkrankungen, Grippe, Menstruationsbeschwerden.



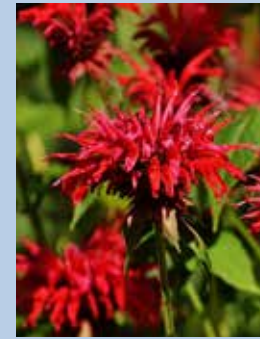
Echter Salbei

(bot. *Salvia officinalis*)

Ernte: Mai bis August

Verwendet werden die Blätter der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Hals- und Rachenbeschwerden, Husten, Verdauungsbeschwerden, Reizmagen, Sodbrennen, Blähungen, Mundgeruch, Hauterkrankungen, Abstillen, Wechseljahrsbeschwerden.



Goldmelisse

(bot. *Monarda didyma*)

Ernte: Juni bis September

Verwendet werden das Kraut und die Blüten der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Erkältung, Husten, Fieber, Kopfschmerzen, Magen- und Darmbeschwerden, Übelkeit, Blähungen, Menstruationsbeschwerden, Wechseljahrsbeschwerden, Wunden.



Quendel

(bot. *Thymus pulegioides*)

Ernte: Mai bis September

Verwendet werden Blätter, Blüten und Triebe der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Erkältungskrankheiten, Bronchitis, Reizhusten, Magen- und Darmbeschwerden, Blähungen, Menstruationsbeschwerden, Wechseljahrsbeschwerden, Hautverletzungen, Ekzeme.



Bohnenkraut

(bot. *Satureja hortensis*)

Ernte: Juni bis Oktober

Verwendet werden die Blätter der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Magen-Darm-Erkrankungen, Durchfall, Erkältung, Husten und Bronchialerkrankungen, Hautunreinheiten.



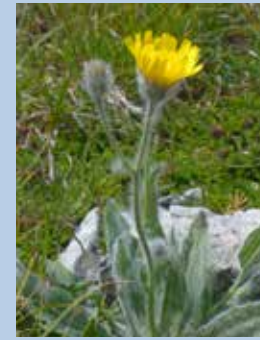
Echter Thymian

(bot. *Thymus vulgaris*)

Ernte: Mai bis Oktober

Verwendet werden die Blätter und Blüten der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Erkältungskrankheiten, Husten, Bronchialkatarrh, Magengeschwüren, Blähungen.



Habichtskraut

(bot. *Hieracium pilosella*)

Ernte: Mai bis Oktober

Verwendet wird das blühende Kraut der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Magen-Darm-Beschwerden, Magenschleimhautentzündung, Blasenentzündung, Harnwegsinfekten, Erkältung, Husten, Wunden.



Ringelblume

(bot. *Calendula officinalis*)

Ernte: Juni bis Oktober

Verwendet werden die Blüten der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Insektenstichen, Wunden, Verbrennungen, Hauterkrankungen, Sonnenbrand, Magen-Darmbeschwerden, Vergiftungen.



Borretsch

(bot. *Borago officinalis*)

Ernte: Mais bis September

Verwendet werden Blätter und Blüten der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Schwermut, Depressionen, Unruhezuständen, Schlafstörungen, Rheuma, Venenentzündungen, Wechseljahrsbeschwerden, Erkältungskrankheiten, Husten, Hautentzündungen, Ausschlag.



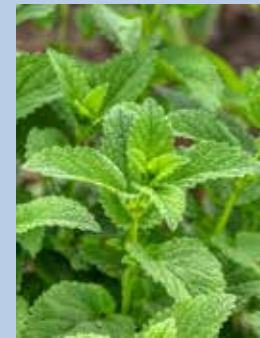
Fenchel

(bot. *Foeniculum vulgare*)

Ernte: Juni bis Oktober

Verwendet werden die Blätter, Blüten und Samen der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Magen-Darm-Beschwerden, Blähungen, Koliken, Verdauungsbeschwerden, Husten, Milchbildung, Bindehautentzündung, Mundgeruch.



Melisse

(bot. *Melissa officinalis*)

Ernte: Juni/Juli

Verwendet werden die Blätter der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Magen-Darmbeschwerden, Bauchschmerzen, Erkältungen, Herpes, Migräne, Einschlafstörungen, Stress, Unruhezuständen, Nervosität, Blutergüssen.



Rosmarin

(bot. *Rosmarinus officinalis*)

Ernte: April bis Mai

Verwendet werden die Blätter und Blüten der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Magen-Darmbeschwerden, Appetitlosigkeit, Kreislaufschwäche, Erschöpfung, Konzentrations-schwierigkeiten, Migräne, Rekonvaleszenz, Durchblutungsstörungen, Kopfhautproblemen.



Duftveilchen

(bot. *Viola odorata*)

Ernte: März bis Juni

Verwendet werden Blätter und Blüten der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Kopfschmerzen, Schlafbeschwerden, Unruhe, Husten, Hauterkrankungen, Ekzemen, Blasenentzündung, Augenerkrankungen.



Frauenmantel

(bot. *Alchemilla vulgaris*)

Ernte: Mai bis September

Verwendet wird das blühende Kraut der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Menstruationsbeschwerden, Hormonstörungen, Wechseljahrsbeschwerden, Appetitlosigkeit, Magen- und Darmbeschwerden, Entzündungen, Kopfschmerzen, Atemwegsbeschwerden, Schlafproblemen.



Oregano

(bot. *Origanum vulgare*)

Ernte: Juni bis September

Verwendet werden die Blätter und das blühende Kraut der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Appetitlosigkeit, Verdauungsbeschwerden, Durchfall, Magen-Darmerkrankungen, Menstruationsbeschwerden, Hautunreinheiten, Ekzemen, Entzündungen im Mund- und Zahnbereich, Husten.



Schafgarbe

(bot. *Achillea millefolium*)

Ernte: Juli bis September

Verwendet werden die Blüten und Blätter der Pflanze.

Hilfreich zum Beispiel bei Verdauungsbeschwerden, Menstruationsbeschwerden, Migräne, Blutergüssen, Operationsnarben, Verletzungen nach Unfällen, Schleimhauterkrankungen.