

# Hirse, Stevia und viele gesunde Kräuter

## Gusower Verein „Unser Land“ baut Diabetikergarten aus – der dritte seiner Art in ganz Europa

**Gusow** (igo) Der neue Diabetisgarten des Vereins „Über Land“ besitzt das Potenzial, sich zu einem interessanten Besucher-

magnet zu entwickeln. Bei der Begrüßung zu einer zweiten Führung nach Eröffnung des Areals im September berichteten jetzt

Diemar Ruff sowie die Vorsitzende des Vereins, Marika Ruff, erneut über Ziele des Projektes. In Deutschland leben über

zehn Millionen Menschen mit einem Typ-2-Diabetes. Ein großer Teil der Erkrankten könnte nach Meinung von Ärzten und Naturmedizinern ihre Leiden durch gesunde Lebensweise mit natürlichen Lebensmitteln und mehr Bewegung lindern oder sogar vollständig überwinden.

Im Gusower Diabetisgarten erhalten Betroffene Anregungen für den Anbau und die Nutzung von gesunden Nahrungsmitteln und Heilpflanzen. Diemar Ruff:

„Wir konzentrieren uns auf Pflanzen, die schlank machen, Entzündungen dämpfen, Wunden schneller heilen lassen und Insulin besser wirken lassen“, sagte Marika Ruff. „Natürlich ziehen wir auch Pflanzen, die der Seele gut tun, heran.“

„Es existieren zurzeit in Europa erst zwei Diabetisgärten, wir haben jetzt hier in Gusow den dritten. Die Umsetzung unseres Projek-

### Betroffene sollen gesunde Nahrungs- und Heilpflanzen kennenlernen

tes fördern die Concordia Stiftung, die Luther-Stiftung Frankfurt und das Ministerium für ländliche Entwicklung, Umwelt und Landwirtschaft.“ Die Vereinsmitglieder wollen den Anbau von Pflanzen schrittweise auf über 50 Sorten erweitern.

Aktuell wachsen neben Hirse, Leinsamen, Hopfen, Wein, Stevia, Brennnessel, Topinambur und vielen Kräutern wie Petersilie, Kamille und Wermut schon über zehn Salatsorten in dem Garten.

Salat statt Wurst: Vereinsvorsitzende Marika Ruff (r.) führte die Besucher durch den entstehenden Diabetisgarten. Zehn Salat-Sorten wachsen dort bereits heran, weitere sollen hinzu kommen. Credo des Vereins ist es, mittels gesunder Ernährung das eigene Wohlbefinden zu verbessern.

Foto: Cornelia Mikat



MoZ 05.10.17