



Dr. Christine Volm auf dem schneebedeckten Herrenwäldchen in Sindelfingen. Hier zeigt sie, wie man die Brombeerblätter vom Strauch so entfernt, dass man sie essen kann, ohne sich an dem scharfkantigen Blattgerippe zu verletzen. Obwohl sie sich nur von Rohkost ernährt, sieht die 46-Jährige kein bisschen nach Askese aus – weder blass noch spindeldürr, sondern irgendwie einfach gesund. Fotos: Dannecker/red

Hintergrund

Bücher und Exkursionen

„Rohköstliches“ – Gesund durchs Leben mit Rohkost und Wildpflanzen heißt das erste Buch, das Christine Volm im Eugen-Ulmer-Verlag in Stuttgart-Hohenheim veröffentlicht hat. Es bietet gut verständliches Basiswissen. 144 Seiten, 15,90 Euro, ISBN 978-3-8001-5938-3.  
 2011 erschien „Sinneserlebnis Duft – Räuchern mit Harzen und Hölzern“ im Thorbecke-Verlag. 88 Seiten, 14,90 Euro, ISBN 978-3-7995-0713-4.  
 „Meine liebsten Wildpflanzen“ – sicher erkennen, vegan genießen ist Christine Volms neuestes Werk im Ulmer-Verlag. Darin porträtiert die Gartenbauwissenschaftlerin 40 Pflanzen und schildert in raffinierten Rezepten, was sich daraus machen lässt. 144 Seiten, 85 Farbfotos 19,90 Euro, ISBN 978-3-8001-7853-7.  
 www.tine-taufirsch.blogspot.com ist die Internetadresse für den Blog, den die 46-Jährige täglich betreut. Mehr Infos über die Autorin und Diplom-Ingenieurin auch auf deren Homepage www.christine-volm.de und unter Telefon (0 70 31) 81 19 54, Fax (0 70 31) 81 21 74.  
 Regelmäßig bietet Christine Volm Zubereitungskurse mit Wildpflanzen-Exkursion an und am Freitag, 1. Februar von 16 bis 20 Uhr einen Kurs „Wild-grüne Säfte und Smoothies zum Entgiften und Entschlacken“ (79 Euro).  
 Zweieinhalb Stunden dauert die nächste Exkursion „Wilde Winterexkursion für winterfeste Wildpflanzenfreunde“ am Samstag, 2. Februar, von 13 bis 15.30 Uhr (29 Euro pro Teilnehmer, Kinder die Hälfte). (sd)

# Auch in klirrender Kälte gibt es Seelenwärme

Im Winter-Sindelfingen unterwegs mit Christine Volm, Gartenbau-Wissenschaftlerin, Planerin für Innenraum-Begrünungen, Buch-Autorin

Verheiratet ist Christine Volm nur mit ihrem Ehemann. Beruflich tanzt sie auf vielen Hochzeiten. „Manchmal beinahe zu vielen“, lacht die 46-Jährige, mit der wir uns verabredet haben, um uns eine ihrer Fertigkeiten zeigen zu lassen: das Aufspüren von Wildpflanzen selbst unter winterlicher Schneedecke.

VON SIEGFRIED DANNECKER

SINDELFINGEN. Wer regelmäßig das „Dritte“ schaut, kennt Christine Volm. Bei „Kaffee oder Tee“, der unterhaltsamen nachmittäglichen Ratgeberausstrahlung, hat die Sindelfingerin seit sieben Jahren ihren TV-Auftritt. Vollkommen ungezwungen und ohne jedwede Kamerascheu plaudert die promovierte Gartenbauwissenschaftlerin über Themen, die sie aus dem Effeff beherrscht: alles rund um Grün und Garten, (Wild-)Pflanzen und Kräuter.

Tatsächlich ist die gebürtige Haigerlocherin ein wandelndes Lexikon in diesen Dingen. Groß geworden in der Gärtnerei Werner in Haigerloch, hat Christine Volm den grünen Daumen in den Genen. Die gärtnernden Eltern „und zwei alte Damen im Betrieb“ haben der Schwäbin alle Geheimnisse der Pflanzenwelt gezeigt. Und so betreut die sympathische Frau bis heute ein Unikat, weswegen sich viele ins Auto setzen zum Ausflug – den Rosengarten in Haigerloch, wo auf 5000 Quadratmetern fast 500 Sorten und 10 000 der schönsten Blumen zu sehen sind (www.haigerlocher-rosengarten.de).

Zurück zu unserer Zweier-Expedition. Wir laufen im Schneegestöber um den größeren der beiden Klosterseen, da zeigt Christine Volm auf etwas, das grün durch die weiße Decke lugt: „Da! Selbst im Winter sind Brennesseln da“, ruft die 46-jährige



Lugt durch Schneedecke: wilder Schnittlauch



Schön und genießbar: Lindenblätter



Grün: das Foyer von Würth in Künzelsau

Mutter zweier erwachsener Töchter, die sogar schon zweifache Oma ist.

Für Brennesseln hat sie was übrig, seit sie vor zehn Jahren an Anämie erkrankt ist „und nicht so gut und g'sund aussah wie heute“, wie sie scherzt. Die Vorstellung, ihr Lebtage lang Medikamente schlucken zu müssen, war ihr ein Graus. Also suchte und fand sie die Alternative: Sie legte von Stunde an den Schalter der Ernährung um und lebte fortan konsequent von Rohkost. Ein halbes Jahr später habe sie sicherheitshalber ihren Arzt ihre Blutwerte untersuchen lassen. Und als der gesagt habe „Alles okay“ – „da bin ich einfach dabei geblieben“, grinst die Mittvierzigerin beim späteren Gespräch im Warmen über ihre Tasse Tee hinweg.

Wir sind mittlerweile weitergegangen. Nelkenwurz macht Christine Volm in der Schneedecke aus – und Knoblauchsrauke. „Hier. Probieren Sie mal“, reicht die Expertin ein grünes Blättle rüber und doziert ein wenig über die Nelkenwurz: „Deren Gerbstoffe ziehen Gewebe im Körper zusammen. Oberflächen schließen sich. Das ist gut gegen entzündliche Prozesse und hilft zum Beispiel auch bei Zahnfleischbluten. Die in der Knoblauchsrauke enthaltenen Senföle wirken gegen alles, was bakterielle Krankheiten sind: Schnupfen, Husten, Halsweh. Die bringen Bakterien um die Ecke“, lacht

Yoga-Fan Christine Volm schallend.

Ob man sie eine „Kräuterhexe“ nennen darf? Zum ersten Mal runzelt die bodenständige Dame, die es „mit der Esoterik nicht so sehr hat“, unter ihrer Kapuze die Stirn. Nö, das trifft es zwar auch irgendwie, würde aber ihrer Tätigkeit nicht ganz gerecht. Dazu ist ihr „wissenschaftlicher Zugang“ zu ausgeprägt.

## Die wohltuende Wirkung von Innenraum-Grün auf den Menschen

Apropos. Nach dem Abitur am Gymnasium in Hechingen hat Christine Volm in Weihenstephan neun Semester Gartenbauwissenschaften studiert – eine Außenstelle der Technischen Universität München. Später hat sie dort den Doktorgrad erworben mit einer Arbeit über Wasserpflanzen und die Übertragbarkeit von Forschungen an Modell- auf reale Gewässer. Bis heute gibt die Diplom-Ingenieurin Vorlesungen. Im schwedischen Alnarp bei Malmö und in Wädenswil am Zürichsee unterrichtet sie in Blockeinheiten angehende Landschaftsarchitekten über das, was Grün im Innenraum für die Menschen bedeutet und wie es angelegt werden muss, damit es funktioniert.

In Sindelfingen ist die 46-Jährige begeistert davon, was der legendäre Gartenbau-

amtsleiter Josef Wohlschlager und sein Nachfolger Thomas Speer geschaffen haben: „Keine fünf Minuten und du bist in einer herrlichen Natur“, lobt sie die grünen „Finger“ bis in die Stadt hinein und aus ihr hinaus. Fürs Wohlbefinden seien Pflanzen ganz wichtig, sagt sie, die auch Pflanzen-Innenarchitektin und für viele Kommunen und Firmen aktiv ist. Schulen und Altersheime hat sie begründet und „repräsentative“ Foyers wie das des Fraunhofer-Instituts in Kaiserslautern. Und auch die 16 500 Quadratmeter große Tropenhalle des Leipziger Zoos, die auf 7000 Quadratmeter begrünt und mit bis zu 13 Meter hohen Bäumen bepflanzt wurde, trägt Christine Volms Handschrift.

Wie sie das alles unter einen Hut bringt? „Immer besser“, lacht die quirlige Frau, räumt aber ein, dass es der Baustellen und Tätigkeitsfelder mittlerweile genug sind, will sie noch den Überblick behalten und sich nicht verzetteln.

Wir sind mittlerweile übers herrliche Herrenwäldchen gestapft und Christine Volm berichtet über die heilsame Wirkung von Licht gegen den winterlichen Verstimmungs-Blues und den Nutzen feuchter Luft auf heizungslädierte Nasenschleimhäute. So sei die Suche nach Wildpflanzen, einst für die Spezies Mensch überlebensnotwendig, gleich in mehrfacher Hinsicht gut. Schon



Rohköstliche Rezepte: Der neue Buchtitel

Hildegard von Bingen habe erkannt, dass Bitterstoffe heilsam für die Seele seien: „Sie machen ein warmes Herz“, zeigt die Expertin auf Lindenblattnospen und zupft an ein paar Brombeerblättern, die sie so abbricht, dass die stachelige Mittelrippe nicht den Gaumen lädieren kann.

Natürlich ist nicht jeder Botaniker und geht mit dem Bestimmungsbuch und der Lupe los. Christine Volm rät auch sehr davon ab, irgendwas zu essen, was zum Beispiel schmackhafter wilder Ackersalat sein könnte – aber auch ein unbedenkliches Unkraut.

Doch guter Rat muss ja nicht unbedingt teuer sein. Dr. Christine Volm bietet regelmäßig Exkursionen an – im Frühjahr, im Herbst und sogar im dicksten Winter.

Termine

### Seniorenverband lädt heute ein

SINDELFINGEN. Der Seniorenverband öffentlicher Dienst Böblingen-Sindelfingen lädt am Dienstag, 29. Januar, um 14 Uhr in das Studio der Kreissparkasse Sindelfingen, Marktplatz 15 zu einem Vortrag ein. Horst Zecha, Kulturamtsleiter der Stadt, hält seinen Vortrag „750 Jahre Stadt Sindelfingen – Schlaglichter aus der Stadtgeschichte“. Mitglieder und Gäste sind herzlich willkommen.

### Heute Vortrag „Lebenssalz“

SINDELFINGEN. Im Vortrag „Lebenssalz nach Dr. Schüssler“ erklärt die Heilpraktikerin Sylvia Eipper die innere und äußere Anwendung der sogenannten Schüsslersalze. Sie sollen die Zellen des Körpers mit allen Mineralstoffen versorgen und damit Fehlfunktionen des Körpers normalisieren. Eingegangen wird auf die zwölf Hauptmittel. Der Vortrag findet heute im Haus der Familie statt. Beginn ist um 19.30 Uhr, Gebühr 13 Euro.

### Einbruch in Arztpraxis

SINDELFINGEN (red). Ungebetenen Besuch erhielt am Sonntag eine Arztpraxis am Marktplatz. Unbekannte Täter verschafften sich auf noch ungeklärte Weise zunächst Zutritt zum Gebäude. Anschließend wuchteten sie mit brachialer Gewalt eine Praxistür auf. Gestohlen wurde nach ersten Erkenntnissen Bargeld von etwa 300 Euro. Die Höhe des Sachschadens ist noch unklar.

# Kita, Quartierstreff und Wohnungen unter einem Dach

Wohnstätten betreten am Györer Platz im Neubaugebiet Allmendäcker Neuland – Gestern Spatenstich für das ambitionierte Projekt

VON SIEGFRIED DANNECKER

MAICHINGEN. Die Sonne lachte und der Himmel war blau, als die Wohnstätten gestern zum Spatenstich an den Györer Platz luden. Ein Auftakt nach Maß für ein Neubauprojekt, mit dem man Neuland betritt: Bis September 2014 sollen entlang der Hilde-Coppi-Straße mehrere Dinge unter einem Dach entstehen: Kindertagesstätte und Quartierstreff und elf exklusive Wohnungen über einer 23 Stellplätze großen Tiefgarage.

Noch vor wenigen Jahren, merkte Ortsvorsteher Wolfgang Leber an, hätte man den dringenden Kindergarten im Neubaugebiet als freistehendes Gebäude geplant und einen Begegnungsraum mit vorgesehen. Doch was, wenn dann die teuer geschaffene Infrastruktur einmal nicht mehr gebraucht würde? Deshalb ist man in Maichingen einen neuen Weg gegangen. Öffentliche Einrichtung und privates Wohnen haben nun ein gemeinsames Dach, sodass die Kita bei Bedarf eines Tages auch in Wohnungen umgewandelt werden könnte. Vorausschauende Planung nennt man so was.

Zurzeit freilich braucht man in Allmendäcker 1 die Kindertagesstätte dringend. Der Zuzug ist groß, freute sich der OB darüber, dass es mit Spatenstichen und Richtfesten derzeit Schlag auf Schlag geht östlich der S-Bahn-Gleise. Mehr als 50 Prozent der Zuziehenden sind junge Familien. Von den 1200 Seelen, die mal im ersten Bauabschnitt leben sollen, haben sich schon 144 häuslich eingerichtet, davon 19 Kleinkinder und 23



Kindergartenkinder und 21 Schüler/Jugendliche. Tendenz rasch steigend. Deshalb ist man in Maichingen froh, im Ladenzentrum erstmal einen zweigruppigen Internims-Kindergarten anbieten zu können, bis

im Herbst 2014 die neue Kita mit vier Gruppen und 70 Plätzen aufmachen kann. Leiten wird sie Susann Gerstweiler, die zwölf Jahre lang in Sindelfingen wohnte und seit 13 Jahren in Maichingen lebt. Gebaut wird das

Vorzeigeobjekt nach den Plänen des Wettbewerbsgewinners und Stuttgarter Architekturbüros Prof. Stefanie Eberding & Stephan Eberding. Der Rohbau stemmt das Stuttgarter Bauunternehmen Gottlob Rommel.

Spatenstich gestern an der Hilde-Coppi-Straße im Maichinger Neubaugebiet Allmendäcker. Hier entstehen bis zum September 2014 eine Kindertagesstätte samt Quartierstreff, elf exklusive Wohnungen und eine Tiefgarage. Strahlende Sonne, blauer Himmel: Das Wetter zum Auftakt der Tiefbauarbeiten war für einen späten Januar tag schon mal hervorragend. Foto: Thomas Bischof