



Ca' Foscari  
University  
of Venice

Master's Degree  
Sustainable Development

Final Thesis

---

**Differences in the use of and knowledge about medicinal  
plants in one former eastern and western region in  
northern Germany**

---

**Supervisor** *Prof. Ph.D. Renata Šoukand*

**Assistant Supervisor** *Ph.D. Student Yuliya Prakofyeva*

**Second Reader** *Assoz. Prof. Dipl.-Ing. Dr.rer.nat Thomas Brudermann*  
(University of Graz)

**Graduand**

Leon Menelaos Tsaldaris

Matriculation number

879881

**Academic Year**

2020 / 2021



## **Statuary Declaration**

Hereby I take an affidavit that the Master Thesis at hand is written independently by myself and without outside help. I did not use any other than the stated means and sources and labelled all such obtained passages, whether literally or analogous.

Limburg a.d. Lahn 21<sup>th</sup> February 2022

Leon Menelaos Tsaldaris

# Contents

<b>List of Tables</b>	<b>I</b>
<b>List of Figures</b>	<b>II</b>
<b>Table of Abbreviations</b>	<b>III</b>
<b>Abstract</b>	<b>IV</b>
<b>1 Introduction</b>	<b>1</b>
<b>2 Methods</b>	<b>7</b>
2.1 Sampling and Interviews . . . . .	7
2.1.1 Preparatory Work . . . . .	7
2.1.2 Sample Selection . . . . .	7
2.1.3 Field Work . . . . .	10
2.2 Data Analysis . . . . .	12
<b>3 Results</b>	<b>16</b>
3.1 Overview and presently used medicinal plants . . . . .	16
3.2 Differences in the age groups . . . . .	29
3.3 Differences in the Rostock and Bremen regions . . . . .	33
3.4 Common drivers of knowledge . . . . .	36
3.4.1 Education as a driver for knowledge on medicinal plants . . . . .	41
<b>4 Discussion</b>	<b>43</b>
4.1 Need as a driver for knowledge acquisition . . . . .	44
4.2 Traditional and local ecological knowledge . . . . .	47
4.3 School related knowledge acquisition . . . . .	50
4.4 The shifting role of gardening . . . . .	50
4.5 Why are medicinal taxa not used more widely? . . . . .	53
4.6 Limitations of this thesis . . . . .	53
<b>5 Conclusion</b>	<b>55</b>
<b>6 Bibliography</b>	<b>58</b>
<b>7 Appendix</b>	<b>A1</b>
7.1 Acknowledgements . . . . .	A2
7.2 Interview guideline . . . . .	A3
7.3 Transcripts of Interviews . . . . .	A4
7.3.1 Interviews Bremen younger age group . . . . .	A4
7.3.2 Interviews Bremen older age group . . . . .	A94
7.3.3 Interviews Rostock younger age group . . . . .	A195
7.3.4 Interviews Rostock older age group . . . . .	A268
7.4 Data protection notice interviews . . . . .	A365
7.5 Codes . . . . .	A369
7.6 Pre field work survey . . . . .	A371
7.6.1 Data protection notice survey . . . . .	A392

---

## List of Tables

1	Demographics of the interviewees . . . . .	13
2	Taxa mentioned in a medical context . . . . .	17
3	Taxa mentioned more than two times . . . . .	25
4	Consistency and taxa knowledge throughout the groups . . . . .	26
5	Sources of knowledge by location and age . . . . .	28

**List of Figures**

1	Sample sites . . . . .	9
2	Garden of a non-professional expert . . . . .	35

## Table of Abbreviations

Abbreviation/Units	Description
(Bull.) P. Karst.	(William Bull) Petter Adolf Karsten
(Burch.) DC. ex Meisn.	(William John Burchell) Augustin Pyrame de Candolle ex Carl Meissner
(L.) Fr., (1849)	(Carl con Linné)
(L.) H.Karst.	(Carl con Linné) Hermann Karsten
(L.) Lam.	(Carl con Linné) Jean-Baptiste de Lamarck
(L.) Maxim.	(Carl con Linné)
(L.) Merr. L.M.Perry	(Carl con Linné) Blasius Merrem, Lily May Perry
(L.) Sch.Bip.	(Carl con Linné) Carl Heinrich Schultz
(Michx.) Elliott	(André Michaux) Stephen Elliott
(Thunb.)	Carl Peter Thunberg
Benth.	George Bentham
comp.	complaints
DDM	Mark der DDR
DM	Deutsche Mark
F.H.Wigg.	Friedrich Heinrich Wiggers
FRG	Federal Republic of Germany
G.Gaertn., B.Mey.	G. Gärtner, Dr. B. Meyer
GDR	German Democratic Republic
L.	Carl von Linné
LEK	local ecological knowledge
Mill.	Ludwig Miller
n.a.	not available
spp.	species pluralis
TEK	traditional ecological knowledge
UK	United Kingdom
USA	United States of America
USSR	Union of Soviet Socialist Republics
Wallr.	Karl Friedrich Wilhelm Wallroth
<b>Units:</b>	
%	Millimetre
°C	Degree Celsius
km	Kilometer
mm	Percent

## **Abstract**

After the second world war, Germany was divided into two different countries. Thereby one interrelated population was split up and lived under circumstances mainly dominated by their respective protective powers. Since knowledge acquisition is context-dependent, this setup allows studying a temporarily separated population on the example of medicinal plants. For this purpose, 27 semi-structured interviews in two German regions, one former eastern and one former western, and amongst two age groups were conducted. The aim was to explore the differences in knowledge (acquisition) and usage of medicinal plants. In total 121 taxa were reported and used in a medicinal context. The interest in plants originated mostly in the childhood, but broad medicinal plant knowledge was built during adulthood driven by active learning. The main reason to cultivate or collect medicinal plants for the older age group in both regions originated in supply scarcity due to war or mismanagement in the case of the former eastern German government, whereas self-interest and the urge to reconnect with nature were main drivers to expand the knowledge of the younger age groups. Since threats like wars did not occur for the last decades, reasons for knowledge acquisition and the way of doing so, converged across age groups and regions. Further investigation in this topic in the future with a larger group of participants might help to map knowledge and learning patterns in split societies.

## 1 Introduction

In 1945, Germany was devastated after six years of war (Wengst, 2003). The struggle for supremacy especially in continental Europe was at least for that moment decided. The Allied forces, foremost consisting of the Union of Soviet Socialist Republics (USSR), The United States of America (USA) and the United Kingdom (UK) won this war (Wengst, 2003). Subsequently, Germany was divided into four occupied zones in 1945 which. Each country, the USSR, the USA, the UK and France controlled one zone (Malycha, 2011). For four years, each occupation zone was governed independently by its respective occupying force until two separate countries were formed out of the four occupation zones (Malycha, 2011). With the adoption of the 'Deutsche Mark' (DM) as currency in the occupation zones of the USA, England and France and the 'Mark der DDR' (DDM) in the USSR occupation zone, both in 1948, those parts of a formerly unified country were separated economically (Conze, 2009; Wengst, 2003). The occupation zones of the USA, UK and France (minus the Saar region) were transformed into the Federal Republic of Germany (FRG) in early 1949 and the occupation zone of the USSR became its own state, the German Democratic Republic (GDR) in late 1949 (Dülffer, 2004).

The GDR and FRG developed in opposite political contexts. The FRG underwent a process of continuous integration in what is commonly known as the western powers gaining extensive sovereignty in 1954 (Dülffer, 2004). It developed economically towards a restrictive form of capitalism. The goal was to have a free-market economy combined with a welfare system where supply and demand can regulate themselves and where the less fortunate would be cared for by social security mechanisms (Rat, 1949b). Politically the FRG was structured as a representative, parliamentary democracy (Rat, 1949a). This approach in combination with western loans and integration in the European Union's predecessor institutions led to economic stability and prosperity (Wengst, 2003). In reality, the FRG was dependent on its partners, the former allies, which still had the right to take over the country if the need arises (Malycha, 2011). Society in the FRG was structured materialistic where position and financial power often determined the social status (Conze, 2009).

The GDR was integrated into the so-called eastern bloc as an associate state to the USSR while on paper being granted sovereignty (Malycha, 2011). The economic system in the GDR evolved around centralism and socialism (Wengst, 2003), where at least in theory, all resources were divided equally. At least in theory these resources were steered by a dictatorship of the working class, wherever needed, to serve the people (Wengst, 2003). This is also known as a planned economy which was initiated with five-year plans at a time that centralized the distribution of resources (Malycha, 2011). Politically the GDR was, at least on paper, structured as a representative parliamentary democracy (Malycha, 2011). In reality, however, the GDR was a dictatorship that oppressed its citizens and benefited only the few who held power. As a result, the planned economy resulted in scarcity and parts of the population struggled to meet basic needs. (Malycha, 2011). Its planned economy resulted partially in scarcity, sometimes even in sectors of basic needs, like food (Malycha, 2011). Society was structured around a sense of community and unity with the working class as foundation and centre, as long as the beliefs of the elite were shared (Wengst, 2003).

Both German states were integrated into the defensive alliances of their respective protective powers. The GDR was part of the so-called Warsaw Pact, the USSR led alliance and the FRG was integrated into its more military-focused counterpart, the North Atlantic Treaty Organization (NATO) (Conze, 2009). The western powers led by the USA and the Eastern powers led by the USSR fought a battle of socio-economic and political systems: capitalism against socialism or communism, where each power bloc claimed superiority over the other (Malycha, 2011). This led to the cold war, characterised by distrust, collusive intrigues, and an absence of direct military conflicts between the two power blocs (Wengst, 2003). From 1946 the two blocs separated also physically with the construction of hard borders which culminated in 1961 in the construction of the Berlin wall (Malycha, 2011). Until 1989 this hard border which was part of the 'Iron Curtain', in Germany mainly hindered GDR citizens to leave the country for a live in the more prosperous FRG (Malycha, 2011). With its economy suffering from planning economy and restricted trade, it could not maintain its standards which resulted in accumulating debt and less economic competitiveness (Malycha, 2011). As a result of that, together with the oppressiveness of the system towards any kind of opposition in the wish for free travel by the citizens, the

population of the GDR performed a peaceful revolution simultaneously with the downfall of the USSR (Conze, 2009; Wengst, 2003). Although not necessarily planned as such by the GDR citizens, The FRG government saw the opportunity to create a unified German country and therefore the GDR was integrated into the FRG over the course of 1989 to 1991 (Wengst, 2003) and until now continues to be a part of the FRG.

The economy in the former GDR collapsed due to it being outdated and not conforming to FRG regulations resulting in elevated rates of unemployment and subsequential poverty (Andersen et al., 2013). This was also true for Rostock, a harbour city located at the Baltic Sea coast in the former GDR (Müller, 1997). Rostock lost relevant parts of its industries most prestigiously in the sector of naval construction and technology and harbour activities (Nuhn, 1997). Interestingly a city with a similar fate can be found in the former FRG. Bremen is a city with a history in naval construction and technology as well as harbour activities with proximity and access to the North Sea (Götz, 1996). Bremen too lost parts of this industry branches over the years but most noticeably from the 1990s on resulting in elevated unemployed and poverty rates (Schwarzer, 2021). Another similarity is an above the national average amount of allotment gardens (BBSR, 2019) which are gardens normally organised in areas where many of those small gardens are neighbouring each other (Buhtz & Weeber+Partner, 2008). Those types of gardens are especially interesting for people without their own detached house and garden (Buhtz & Weeber+Partner, 2008). Climate wise Bremen is more humid with an average of 701 mm of precipitation annually (DWD, 2022a) compared to 613 mm in Rostock (DWD, 2022c). At an annual average of 9,5 °C (DWD, 2022b), Bremen is slightly warmer than Rostock at 9,3 °C (DWD, 2022d) but can be considered similar. Regarding the natural soil, Bremen is dominated by wetland soil with the most abundant shares being clay and sediment from marshlands while Rostock's soil is dominated by sandy marl (BGR, 2014).

The division of one population with the same socio-economic background into two separate populations with two different socio-economic realities as described above makes Germany interesting as a study area for a variety of fields. Two of them being ethnobotany and ethnopharmacology. While ethnobotany originally focuses on exploring local or regional plant usage and knowledge acquisition patterns of old societies mostly in a non-literacy

context (Schultes, 1994), it is now also studied in the context of more modern societies (Sõukand, 2016; Pieroni & Gray, 2008; Zarger & Stepp, 2004). Ethnobotanical knowledge is part of sometimes ancient knowledge often deeply engrained in local culture and belief systems (Olsson & Folke, 2001; Berkes, Colding, & Folke, 2000). Thereby, exploring the knowledge can help with a better understanding of the local culture (Mamun, 2010) and preserving the knowledge. In this context, ethnobotany can help to understand current and past socio-economic systems (Zarger & Stepp, 2004).

A more modern application would be to explore differences in the usage and knowledge of plants by the local population to conclude on climate change related potential of adaptation (Naess, 2013). The trend towards urbanization and a contemporary change in live style continuously detached from local ecosystems at least interest wise endangers ecological knowledge (Simmonds, 2009). Additionally, the usage of the local flora can be stigmatized as primitive leading to a devaluation of local knowledge systems resulting in a loss in local botanical knowledge (Cruz García, 2006). Homogenization and standardization of knowledge at the cost of local knowledge can appear (Pieroni & Sõukand, 2017). Such local botanical knowledge can be seen as part of local ecological knowledge (LEK) which often originates in traditional knowledge and is part of ecological interactions (Olsson & Folke, 2001). A similar but different concept is traditional ecological knowledge (TEK) which is knowledge regarding the ecosystem and its interactions within, passed down from generation to generation often transmitted via culture (Berkes, Colding, & Folke, 2000). TEK originates in the continuous use of resources defined by the history and culture of local human populations (Berkes, Colding, & Folke, 2000). In this study, the term TEK shall be used in a context of knowledge which was transmitted vertically throughout generations. LEK transmission is less strictly defined and can be categorized in vertically transmission, between generations within a family, horizontal transmission, within one generation and oblique transmission, between generations but outside family structures (van den Boog, van Andel, & Bulkan, 2017).

Exposure to a market economy was found to influence botanical knowledge transmission (Reyes-García et al., 2005; McMillen, 2012). The same is found to be true for changes in socio-economic factors (Zarger & Stepp, 2004) and political circumstances (Pieroni & Sõukand, 2017). Thereby ethnobotany, especially LEK can be a tool to investigate the effects of social and political influences on a population (Sõukand, 2016; Ozturk et al., 2018; Akgul et al., 2018). Especially interesting in the context of knowledge transmission and the influence of social, political, and economic contexts is cross border research of ethnic groups divided by such a border. Due to the border, especially if two different political, economical and social systems exist on the different sides there is a potential that knowledge and its transmission patterns are affected.

For this study, the population of northern Germany, more precisely the region around Bremen and Rostock were subject to further investigation. A common dialect (Möller, 2011) and history in coastal influences and naval trade as part of the Hanse link both cities (Schubert, 2002). When northern Germany as the rest of Germany was divided after the second world war so was the population of northern Germany. This makes those two regions a good subject to investigate societal, political, and economical contexts of plant related knowledge acquisition. All three aspects, societal structures, the political reality, and the economic system differed vastly from each other as worked out before. Additionally, this split population which existed separated for approximately 45 years was then, as elaborated before, merged again, presenting the opportunity to study a change in knowledge transmission induced by societal, economic and political changes twice. The focus in this study lays on medicinal plant usage and knowledge acquisition as part of LEK in the regions around Bremen and Rostock.

Due to the before-mentioned reasons and the rare possibility to investigate plant-related knowledge acquisition in a split and reunified population the research questions this study aims to answer are the following:

- I. Which plants used in a medicinal context are known by non-professionals in the regions around Rostock and Bremen?
- II. How, when, and why did non-professionals obtain knowledge about plants used in a medicinal context in the regions around Bremen and Rostock?
- III. To which extent are there differences in prevalent knowledge and knowledge acquiring methods regarding plants used in a medicinal context between:
  - a. Non-professionals in the regions around Bremen and Rostock as examples of the split Northern German population of former East and West Germany?
  - b. Different age groups growing up and receiving the majority of their compulsory school education in the region around Bremen and Rostock before and after the reunification of the former East and West Germany?

## 2 Methods

### 2.1 Sampling and Interviews

#### 2.1.1 Preparatory Work

Previous to the actual field work a survey was set up in order to send it out to allotment garden administrations to find suitable and interested participants. The survey was set up with the LamaPoll webpage ([www.lamapoll.de](http://www.lamapoll.de)). The survey included questions regarding the participants place of birth, place of the majority of their mandatory school education, age, whether contact to medicinal plants in a professional setting existed or used to in the past and other questions determining the suitability of the possible candidates. The term medicinal taxa or taxon is in this study used for plants which were used in a medicinal context. Although not plants, fungi were included in this definition. If they had professional contact with medicinal plants in a way in which they earned money with it, they were excluded from the study. The full survey and its data protection notice can be found in the Appendix (see Appendix 7.6 and 7.6.1). This questionnaire was sent to 36 allotment garden area administrations in Bremen and 47 administrations in Rostock, asking them to forward the link to the survey to the allotment garden tenants within their registry. Since there was not a single return on this questionnaire by a potential future interviewee, the final sampling method followed a mix of a convenient sampling strategy and judgemental sampling (Taherdoost, 2016) looking for and approaching potential interview candidates on-site in allotment garden areas in Bremen and Rostock.

#### 2.1.2 Sample Selection

As one of the questions this research tries to answer is connected to the influence school education has on the knowledge acquisition regarding medicinal plants, interview participants were split into two different age groups. Consequently, a young and an old age group from each region were defined, resulting in a total of four groups of research participants, two younger and two older ones. The age groups were defined in such a way, that the older participants received the majority of their compulsory school education in the separated territories of Germany, whereas the younger age group attended compulsory school in a reunified Germany.

In concrete terms this means, in most cases, with possible local differences and variances over time, the mandatory on-site-school education in former Eastern, as well as Western Germany started at an age of seven years old. The determined length of mandatory school education changed however over the years and lay somewhere between eight and ten years. This means that children at that time finished mandatory on-site school education at an age of 15 to 17 years. For this research, an average graduation age of 16 years, as well as the corresponding mandatory length of school education of nine years, was set as a basis to determine the borders of the younger and the older age group.

In 1991 an education reform equalized the educational system of the two separated states (Brunner & Heydemann, 2021) and therefore this year was set as the end of two separated education systems. Since it was clear after the initial search for possible participants that the number of people that absolved all of their compulsory school education in either the FRG, GDR or the reunified Germany was too small to get all interviews within the targeted time, this level was lowered to five out of nine years. In either way, mandatory school education usually started at the age of seven and thus all participants born in 1980 or later were part of the younger age group, who have experienced most of their education in a reunified Germany. All participants born before 1980 were considered part of the older age group, who received most of their mandatory school education in one of the former separated states. Thereby, the younger age group consists of people born from 1980 - 2021 and the older age one consists of people born before 1980.

Due to the assumption that people with access to a garden or more broadly an easier accessible source of plants and nature might have higher knowledge about them and medicinal plants in particular, garden owners were chosen as a target group for participant selection. It was assumed that people having access to a garden are more likely to grow medicinal plants, simply due to the availability of space in comparison to people. People without a garden are often limited by indoor growing space for plants, light and soil availability for plant growth. This group was further specified to allotment garden owners, as allotment garden areas naturally result in a high density of potential participants interested in medicinal plants or plants in general.

Another criterion for participant selection concerned the place of birth and the place of residency, respectively. Interview partners for this study must have been born and grown up in a 100 km radius around one of the two cities with no more than 100 km to the coast, as this research defines Northern Germany as 100 km from the coast. As mentioned above they must have also fulfil the first criteria and must have attended at least five years of compulsory school education in this respective city. Additionally, the same city must have be the place of residency of the interviewee at the time of the interview and they must have lived there for at least half of their life. It was anticipated to find interview partners living in the second or third generation in the same city.

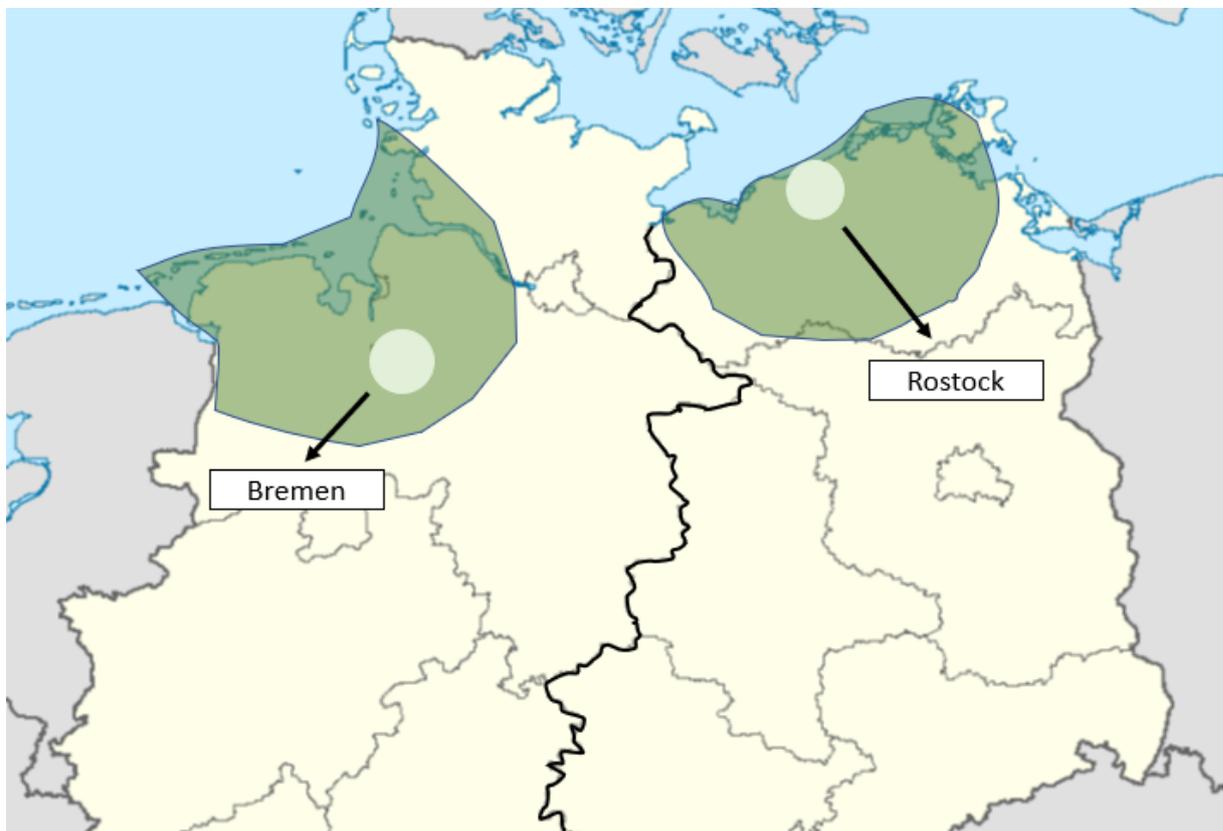


Figure 1: **Sample sites**

In this figure the sample sites are shown. They are marked as green transparent shapes. The brighter dots within those shapes represent the cities of Bremen on the left and Rostock on the right. The beige area are the upper two thirds of Germany. The gray borders within the beige space represent modern borders of the federal states, the black boarder in the middle represents the past border dividing Germany into two separate countries from 1945 until 1991. The underlying map is sourced from Wikimedia (2022) and was later modified with the sample regions, cities and the border.

To sum up, the following criteria must be fulfilled for sample selection:

1. Born in Rostock or Bremen (within a radius of 100 km)
2. Born and grown up not further away as 100 km from the coastline
3. Attended at least 5 years of compulsory school education in one of these cities
4. Living at the time of the interview in the same city
5. Have spent at least half of their life in the same city

### **2.1.3 Field Work**

A maximum of 10 days was dedicated to each sample site, to find suitable participants and to conduct the interviews. It was anticipated to obtain seven interviews for each age group and region, totalling 28 interviews. 18 interviews were conducted in Bremen from the 27<sup>th</sup> of July 2021 until the 6<sup>th</sup> of August 2021. In Rostock 19 interviews were conducted between the 7<sup>th</sup> August 2021 and the 13<sup>th</sup> of August 2021.

Following the convenient sampling strategy, different promising allotment garden areas in each city were searched previously and during to the on-site search for participants via satellite images and online presences ([www.google.com](http://www.google.com) and [www.google.com/maps](http://www.google.com/maps)). A selection of allotment garden areas was chosen, based on their size, satellite footage, indicating land usage of the single gardens and accessibility as well as the distance to the respective cities. Once the areas were determined, the areas were walked and on-site tenants were approached. The first questions were mostly asked over the fence in order to determine the suitability of the tenant for the study. Next to the hard criteria they had to fit the research scope so they were briefly asked about their knowledge about medicinal plants and whether they were growing or using some themselves.

When a tenant was not suitable for the research he or she was asked whether they knew other tenants or people in general fitting the criteria and possibly interested in this study, which was then contacted or visited directly. In case one tenant fit the criteria he or she was asked for an interview either on spot or in the upcoming days. In total 246 people were asked for an interview in Bremen and 141 in Rostock.

The interviews were designed as semi-structured interviews, giving each interviewee the space to reveal their knowledge and how they obtained it, without limiting them to a predefined set of questions and answers. Thus, the flow of the conversation could be adapted to the personalities of the interview partners and their history and only in the case of strong divergence of the research topic, the conversation was steered back to medicinal plants. Nevertheless, an interview guideline was established previous to the interviews, guiding through the main questions to fulfil the aim of this research (see Appendix 7.2). One part of the questions were dedicated to the knowledge and usage of medicinal plants and another part to the knowledge acquisition process regarding medicinal plants. The single questions in the first part were designed in such a way, to extract as much information on medicinal plant knowledge and their respective usage as possible. This included the corresponding use cases, the specific plant parts used for application and the preparation method by the interviewee. Medicinal plant taxa were only listed if a use case was indicated, or the participant stated to use the plant medicinally even without specifying how. The second part included questions on how and from whom and in which context they have learned about medicinal plants, their usage and application.

Interviews were targeted to last approximately 30 minutes depending on how much the interviewees had to tell. The final interviews lasted from the shortest of 10 minutes to the longest of two and a half hours. The interviews were recorded with a Tascam DR-05X and saved to a micro-SD card. To warm up with the interviewees and establish a common ground for the interview questions, they were initially asked to tell which plants they cultivated in their garden, with particular focus on plants used in a medicinal context. In most cases, this led to a tour through the garden and a presentation of the cultivated plants by the participants and sometimes even a freshly brewed tea. Medicinal plants in the scope of this research are defined as a plants used by the interviewee in a medicinal related context such as sickness or discomfort. The chemical foundation of the plants and therefore the scientific potential to heal or treat medical issues were not considered and are not part of the definition of medicinal plants of this research. Preventative usage of plants regarding sickness and discomfort are also not part of this research.

After the interview, the interviewee was asked to sign a data protection notice (see Appendix 7.4) to possibly identify them in case of consent for the usage of the interview wanted to be withdrawn. This was possible until the 1<sup>st</sup> of October 2021. The interviews and signed data protection notices will be kept for five years and then destroyed.

## 2.2 Data Analysis

After the interviews were conducted, they were sorted by location and age groups. Each group was screened once more for non-fitting interviews. Non-fitting in this context means that during the interview the participant revealed further information that violated one of the set criteria for sample selection and therefore was discarded. Mostly this was the case when the interviewee was not from where they claimed to be, confusing the chosen local identity with their actual place of birth and where they grew up in. In rare cases the interviewee refused to give out critical information or did not sign the privacy consent without which, the interviewee was excluded from further processing. After excluding the unfitting interviews, six interviews were left for the older age group in Bremen and seven for the younger age group. In Rostock, seven interviews were fitting in the younger group and eight in the older group, leaving Bremen in total one interview short of the seven times two target and Rostock with one too many. The one too many in Rostock is excluded from the results. Nevertheless, it will be mentioned as an example for participants positively answering the initial criteria questions and knowing some medicinal plants, but not feeling confident or comfortable enough participating in the interview as such. So the 8<sup>th</sup> interview in the older Rostock group is excluded from the data analysis of the plant knowledge but offers insight on the mentality which was often encountered during the field trip. The fitting interviews were transcribed and encoded under the software MAXQDA 2020 and MAXQDA 2022 ([www.maxqda.de](http://www.maxqda.de)). The categories, here called codes, were created and fitting passages of the transcripts were included for further qualitative analysis. The codes for further analysis can be found in Appendix (see Appendix 7.5). Different codes and code combinations were exported to Microsoft Excel ([www.microsoft.com/de-de/microsoft-365/excel](http://www.microsoft.com/de-de/microsoft-365/excel)) for further analysis. The final sample selection and the demographics of the interviewees can be seen in Table 1.

Table 1: Demographics of the interviewees

This table shows demographic details of the interviewees. Here n.a. stands for a yet missing finished education. The ID of the interviewees may later be used to reference to an interviewee or interview.

	ID	Date of Interview	Gender	Education	Birth year	Birthplace	
Bremen	Young	BY 1	29.07.2021	female	Apprenticeship	1981	Bremen
		BY 2	31.07.2021	male	Apprenticeship	1980	Bremen
		BY 3	02.08.2021	male	Apprenticeship	1980	Bremen
		BY 4	04.08.2021	female	Bachelor	1982	Bremen
		BY 5	04.08.2021	female	Apprenticeship	1997	Bremen
		BY 6	04.08.2021	female	Diploma	1981	Fischerhude
		BY 7	05.08.2021	female	Bachelor	1991	Bremen
	Old	BO 1	30.07.2021	male	Diploma	1967	Bremen
		BO 2	31.07.2021	female	Secondary school certificate	1964	Bremen
		BO 3	01.08.2021	male	Apprenticeship	1961	Bremen
		BO 4	01.08.2021	male	Apprenticeship	1966	Cuxhaven
		BO 5	03.08.2021	female	master craftsman	1950	Stapel
		BO 6	04.08.2021	female	Second state examination	1948	Bremen
	Rostock	Young	RY 1	07.08.2021	female	Second state examination	1980
RY 2			07.08.2021	female	Apprenticeship	1987	Ribnitz-Damgarten
RY 3			07.08.2021	male	n.a.	2004	Wustow
RY 4			10.08.2021	male	Bachelor	1999	Prerow
RY 5			11.08.2021	female	Secondary school certificate	1985	Güstrow
RY 6			13.08.2021	male	Apprenticeship	1989	Rostock
RY 7			13.08.2021	female	Apprenticeship	1981	Rostock
Old		RO 1	12.08.2021	male	Diploma	1960	Rostock
		RO 2	07.08.2021	male	Apprenticeship	1965	Wismar
		RO 3	08.08.2021	male	Diploma	1953	Rostock
		RO 4	08.08.2021	female	Polytechnic degree	1959	Stralsund
		RO 5	08.08.2021	male	Apprenticeship	1951	Ribnitz-Damgarten
		RO 6	09.08.2021	female	Master tradesmen	1940	Warnemünde
		RO 7	09.08.2021	female	Apprenticeship	1961	Rostock

For the structuring of the obtained insights from the interviews, super-codes were created with knowledge acquisition, medicinal taxa (usage) and demographics (amongst others) as their contents. Other information was collected too (see Appendix 7.5) but the focus was placed on those three. The main strategy for extracting medicinal related knowledge from the interviews was to divide the use cases via codes and place sub-codes inside them resembling the taxa found. Within these sub-codes, sub-sub-codes were placed for how the taxa were prepared for usage and which parts of the taxa were used. As an example, 'Salbei' was reported to be used against a cough (amongst other use cases) as

tea (amongst other preparation methods) made from the leaves (amongst other plant parts). So 'Salbei' was made a code placed within the super-code medicinal taxa (usage). The code 'Salbei' was then given sub-codes for the use cases and each plant part used. Each plant part used was then given sub-sub-codes, if a preparation method was described for the plant part. The super-code Knowledge acquisition was given codes describing the participant's relation to knowledge acquisition. One of those codes is for example from whom the knowledge is acquired with sub-codes for (amongst others) self-interest and family with sub-sub-codes for from which family member knowledge was acquired like (amongst others) from their parents. Demographics included the age or birth year of the participants and where they were born (amongst others). What follows is a minimal example of the code system:

- Knowledge acquisition
  - From whom knowledge learned
    - \* Family
      - Parents
    - \* Self interest
- Medicinal taxa (usage)
  - Salbei
    - \* Use case
    - \* Leaves
      - How Prepared
- Demography
  - Birth year
  - Birthplace

No herbarium was created, so to get from the plant names mentioned by the interviewees, which most of the time were in German, to the scientific taxa names and families, different approaches were taken. The first attempt was finding the German name in a plant identification book which is supposed to represent a comprehensive list of vascular plants which can be found in Germany (Jäger, 2017). When the taxon name of a plant could be

identified, it was aligned with the name indicated by the Royal Botanic Gardens webpage (RBGK, 2022b). If the German name could not be found in the identification book it was entered in a webpage named 'the virtual herbarium of Germany' (GBIF, 2022) and the names were translated to English, partly by an online translation service named DeepL ([www.deepl.com/en/translator](http://www.deepl.com/en/translator)), and entered into the Royal Botanic Gardens webpage (RBGK, 2022b). For the fungi, the webpage of the German Mycological Society (DGfM, 2022) was used to identify scientific taxa names which were then checked with a specialized webpage for fungi hosted by the Royal Botanical Gardens (RBGK, 2022a) and the authorship of the taxa were adopted. If all the above was not successful, it was looked for hints on a Genus in the German names of the plant which were then looked up on the already named web pages in this paragraph. Often only the Genus could be found out based on the German name. This is due to the nature of German plant names. Often there is a widely known or used indicator species for a Genus. For example, chamomile in German 'Kamillen' refers to the Genus *Matricaria*. Frequently interviewees mentioned they used 'Kamille', in English chamomile, but in German that only is enough to surely say they used *Matricaria* spp. The plant which they most likely referred to is the 'Echte Kamille', 'Echt' meaning real or true, the most used, widespread or characteristic one. They did not say exactly that though. In those cases, the certain result was listed, in this case, *Matricaria* spp. and an educated guess with the consultation of the second supervisor was noted in square brackets. Sometimes only an educated guess could be written down due to the lack of evidence in the German plant name and on-site determination.

This Thesis is written in L<sup>A</sup>T<sub>E</sub>X with MiKTeX ([miktex.org](http://miktex.org)) as Distribution. TEXMAKER ([www.xmlmath.net/texmaker](http://www.xmlmath.net/texmaker)) is used as editor and references are managed via zotero ([www.zotero.org](http://www.zotero.org)). Translational work like for the translation of the passages from interviews in the Results were prepared with DeepL ([www.deepl.com/en/translator](http://www.deepl.com/en/translator)).

## 3 Results

### 3.1 Overview and presently used medicinal plants

In Bremen, 246 people were asked for an Interview. 61 of those reacted positively at the initial approach when they were asked if they knew something about and used self-grown or collected medicinal plants. Of those 61 potential interviewees, only 19 answered positively to the question if they are from Bremen and 18 of those gave an interview. Five Interviews had to be removed afterwards because it turned out the interviewees just saw themselves as from the region around Bremen due to an extensive time they lived there, but without being born and growing up there which was a prerequisite. In Rostock, 141 people were asked for an interview on the same basis as in Bremen except they must have been born and grown up in Rostock. 35 reacted positively of which 21 claimed to be from Rostock. 19 of them gave an Interview and 14 of those could be used. The percentage of people answering positively from all asked per location was almost identical at 24,8 % in Bremen and 24,82 % in Rostock, but the percentage of usable Interviews conducted was at 9,93 % in Rostock almost twice as high as it was in Bremen with 5,28 %.

As the number of participants in this study was limited to 14 in Rostock and 13 in Bremen statistical analysis of the interviews is not meaningful. However, the short statistical overview presented here shall not be understood as hard evidence but rather as a guideline for qualitative analysis in the discussion section later. In total 121 taxa were found to be used in a medicinal context by all interviewees combined. Those 121 taxa include five taxa from the kingdom of fungi which do not classify as plants from the kingdom Plantae, so technically they are not medicinal plants but medicinal fungi. For the sake of this study, they were included under the umbrella term 'medicinal plant' as natural living things used by the interviewees in case of sickness. In table 2 they were marked light red. Among those 121 taxa 19 taxa could not be found in the vascular plant identification book for Germany by Jäger (2017) and are considered to be non-native. They were marked light blue in the table 2. Table 2 shows all taxa identified, the context in which they were used in and how they were used.

Table 2: **Taxa mentioned in a medical context**

In this table all medicinal taxa named during all interviews combined are listed. It shows the scientific name or an educated guess, the local name, the emic use category as well as used parts of the taxa and how they were prepared. The abbreviation comp. stands for complaints. Red rows indicate a fungi and blue rows indicate that the plant could not be identified using an identification book on vascular plants in Germany by Jäger (2017). n.a. stands for an absence of information given by the interviewees or that a taxon could not be figured out.

Plant taxon, family [Educated guess]	Local Name	Emic use category [times mentioned]	Used part(s)	How Prepared
<i>Abies</i> spp., Pinaceae	Tanne	Sore throat [1]; Cough [1]	Shoots; Needles	Alcohol extract Syrup extract
<i>Achillea</i> spp., Asteraceae [ <i>A. millefolium</i> L.]	Schafgarbe	Winter sicknesses [1]; Universal [1]	Leaves	Salad
<i>Aconitum napellus</i> L., Ranunculaceae	Blaueisen	Heart related [1]	n.a.	n.a.
<i>Actaea</i> spp., Ranunculaceae	Silberkerze	Warts [1]	n.a.	n.a.
<i>Aegopodium</i> spp., Apiaceae [ <i>A. podagraria</i> L.]	Giersch	Arthrosis [1]; Gout [1]	Leaves	Eaten fresh; Ointment, topical application
<i>Agrimonia procera</i> <small>wallr.</small> , Rosaceae	Großer Odermennig	Inflammation [1]	Leaves	Ointment, topical application
<i>Alchemilla</i> spp., Rosaceae [ <i>A. vulgaris</i> L.]	Frauenmantel	Stomach comp. [2]; Flatulence [1]; Menstrual comp. [4]; Back pain [1]	Flowers; Leaves	Alcohol extract; Tea
<i>Allium cepa</i> L., Amaryllidaceae	Zwiebel	Cold [3]; Cough [1]; Insect stings/ bites [2]; Fever [1]	Bulbs	Juice drunk; Cut parts pressed against stung area
<i>Allium sativum</i> L., Amaryllidaceae	Knoblauch	Parasitic worms [1]; Antifungicide [1]	n.a.	n.a.
<i>Amanita muscaria</i> (L.) Lam. 1783, Amanitaceae	Fliegenpilz	Diaphoretic [1]	Fungus	Tea
<i>Angelica archangelica</i> L., Apiaceae	Echte Engelwurz	Stomach comp. [1]	Seeds	Alcohol extract
<i>Angelica</i> spp., Apiaceae	Chinesischer Engelwurz	Against Covid-19 [1]	n.a.	n.a.
<i>Apium graveolens</i> L., Apiaceae	Stangensellerie	Mitochondria related problem [1]	Aerial parts	Eaten fresh
<i>Armoracia rusticana</i> <small>G.Gaertn., B.Mey. &amp; Scherb.</small> , Brassicaceae	Meerrettich	Stomach comp. [1]; Cold [1]; Antifungicide [1]	Roots	Honey extract
<i>Aronia melanocarpa</i> (Michx.) Elliott, Rosaceae	Russische Apfelbeere	"If things get really bad" [1]	Fruits	Juice drunk hot
<i>Artemisia abrotanum</i> L., Asteraceae	Colakraut	Insect stings/ bites [1]	n.a.	n.a.

Plant taxon, family [Educated guess]	Local Name	Emic use category [times mentioned]	Used part(s)	How Prepared
<i>Artemisia absinthium</i> L., Asteraceae	Wermut (-kraut)	Digestive comp. [1]; Stomach comp. [1];	Aerial parts; Leaves	Eaten fresh; As spirits
<i>Artemisia annua</i> L., Asteraceae	Einjähriger Beifuß	Covid-19 [1]	n.a.	n.a.
<i>Artemisia</i> spp., Asteraceae [ <i>A. vulgaris</i> L.]	Beifuß	Insect repellent [1]; Digestive comp. [1]	n.a.	Tea
<i>Bellis</i> spp., Asteraceae [ <i>B. perennis</i> L.]	Gänseblümchen	Acne [1]	Aerial parts with roots	Tea; Alcohol extract
<i>Betula</i> spp., Betulaceae	Birke	Lipoma [1]; Blood cleansing [1]	Leaves	Tea
<i>Brassica</i> spp., Brassicaceae [ <i>Brassica oleracea</i> L.]	Kohl	Sprain and bruises on legs [1]	Leaves	Bandage with leaves
<i>Brassica oleracea</i> L., Brassicaceae	Kraut; Weißkohl	Digestive comp. [1]; Milk stagnation [1]	Cabbages; Leaves	Juice / Brine; Resting leaves on breasts
<i>Bulbine</i> spp., Asphodelaceae	Bulbine	Insect stings [1]	Sap	Topical application
<i>Calendula</i> spp., Asteraceae [ <i>C. officinalis</i> L.]	Ringelblume	Cough [1]; Skin injuries [4]; Dry skin [1]	Flowers; Leaves	Dried; Ointment, topical application
[ <i>Echinops</i> spp., Asteraceae]	Blau-distel	Knee comp. [1]	Leaves	Ointment, topical application
<i>Carum</i> spp., Apiaceae [ <i>C. carvi</i> L.]	Kümmel	Digestive comp. [1]; Intestinal comp. [2]	Seeds	Tea
<i>Castanea</i> spp., Fagaceae	Kastanie	Scalp [1]	Leaves	n.a.
<i>Chamaemelum nobile</i> (L.) All., Asteraceae	Römische Kamille		n.a.	Tea
<i>Chelidonium majus</i> L., Papaveraceae	Schöllkraut	Warts [1]	Aerial parts	Rub plant parts on warts
n.a., Cistaceae [ <i>Cistus salvifolius</i> L.]	Zistrose; Cistus	Antibiotic [1]; Migraine [1]; Inflammation [1]	Stems; Leaves	Tea; Oil
<i>Cocos</i> spp., Arecaceae [ <i>C. nucifera</i> L.]	Kokos	Dementia [1]	n.a.	Oil in hot water
<i>Coffea</i> spp., Rubiaceae [ <i>C. arabica</i> L.]	Kaffee	Digestive comp. [1]	n.a.	n.a.
<i>Coleus scutellaroides</i> (L.) Benth., Lamiace	Buntnessel	Vascular system [1]; Heart related [1]	n.a.	n.a.
<i>Coriandrum</i> spp., Apiaceae [ <i>C. sativum</i> L.]	Koriander	Stomach comp. [1]	n.a.	n.a.
<i>Crataegus</i> spp., Rosaceae	Weißdorn	Heart related [1]	Leaves	n.a.
<i>Curcuma</i> spp., Zingiberaceae [ <i>C. longa</i> L.]	Kurkuma	Stomach comp. [1]; Antibiotic [1]; Arthrosis [1]	n.a.	Powder
n.a., Cucurbitaceae [ <i>Cucurbita</i> spp.]	Kürbis	Prostate related [1]	Seeds	n.a.

Plant taxon, family [Educated guess]	Local Name	Emic use category [times mentioned]	Used part(s)	How Prepared
<i>Cynara cardunculus</i> L., Asteraceae	Artischocke	Diuretic [1]	Flowers	n.a.
<i>Daucus carota</i> L., Apiaceae	Karotte	Worms [1]	Bulbs	Eaten fresh
<i>Digitalis</i> spp., Plantaginaceae [ <i>D. purpurea</i> L.]	Fingerhut	Heart [1]	n.a.	n.a.
<i>Dipsacus</i> spp., Caprifoliaceae [ <i>D. fullonum</i> L.]	Karde	Lyme disease [2]	Roots	n.a.
<i>Dipsacus fullonum</i> L., Caprifoliaceae	Wilde Karde	Lyme disease [1]	Roots	Extract
[ <i>Epimedium</i> spp., Berberidaceae]	Geiles Ziegenkraut	Erectile dysfunction [1]	Leaves	Eaten fresh
<i>Equisetum</i> spp., Equisetaceae	Schachtelhalm	Aging related [1]; Urinary tract [1]	n.a.	Tea
<i>Equisetum arvense</i> L., Equisetaceae	Ackerschachtel- halm	Acne [1]	Aerial Parts	Tea; Alcohol extract
<i>Eupatorium</i> spp., Asteraceae [ <i>Eupatorium cannabinum</i> L.]	Wasserdost	Covid-19 [1]; Antiviral	n.a.	n.a.
<i>Ranunculus ficaria</i> L., Ranunculaceae	Scharbocks- kraut	Heavy intestinal comp. [1]	Flowers	Eaten fresh
<i>Filipendula</i> spp., Rosaceae [ <i>F. ulmaria</i> (L.) Maxim.]	Mädesüß	Headache	Flowers	Tea
<i>Foeniculum</i> spp., Apiaceae [ <i>F. vulgare</i> Mill.]	(Tee-) Fenchel	Abdominal pain [1]; Stomach comp. [3]; Intestinal comp. [3]	Leaves; Fruits; Seeds	Tea
<i>Fomes fomentarius</i> (L.) Fr., (1849), Polyporaceae	Zunder- schwamm	Digestive comp. [1]	Fungus	Tea; Alcohol extract
<i>Galium aparine</i> L., Rubiaceae	Klettlabkraut	Diuretic [1]; Glandular diseases [1]; Nycturia [1]	Aerial parts	Tea; Gargling with a decoction
<i>Geranium robertianum</i> L., Geraniaceae	Stinkender Storchschnabel	Lyme disease [1]	n.a.	n.a.
<i>Geum</i> spp., Rosaceae [ <i>G. urbanum</i> L.]	Nelkenwurz	Teeth [1]	n.a.	Crushed
<i>Glechoma</i> spp., Lamiaceae [ <i>G. hederacea</i> L.]	Gundermann	Pus [1]	Leaves	Grated then topical application
<i>Glycyrrhiza</i> spp., Fabaceae [ <i>G. glabra</i> L.]	Süßholz; Lakritze	Stomach comp. [2]; Throat [1]	n.a.	Tea; Liquorice
<i>Harpagophytum</i> spp., Pedaliaceae [ <i>H. procumbens</i> (Burch.) DC. ex Meisn.]	Teufelskralle	Irritant cough [1]	n.a.	Tea
<i>Hedera</i> spp., Araliaceae [ <i>H. helix</i> L.]	Efeu	Irritant cough [1]	n.a.	Tea
<i>Hordeum</i> spp., Poaceae [ <i>H. vulgare</i> L.]	Gerste	Kidney [1]	n.a.	Fermented - then drunk

Plant taxon, family [Educated guess]	Local Name	Emic use category [times mentioned]	Used part(s)	How Prepared
<i>Humulus</i> spp., Cannabaceae [ <i>H. lupulus</i> L.]	Hopfen	Earache [1]; Calming [1]	Cones; Umbels	Tea; Sewn into a pillow
<i>Hydrangea</i> spp. Hydrangeaceae	Tee-hortensie	Liver [1]	n.a.	n.a.
<i>Hypericum</i> spp., Hypericaceae	Johanniskraut	(Winter)depression [3]; Anxiety-relieving [1]; Calming [1]	Flowers; Aerial Parts	Tea; Decoction; Extract;
<i>Hyssopus</i> spp., Lamiaceae [ <i>H. officinalis</i> L.]	Ysop	Lung [1]	n.a.	n.a.
<i>Juglans</i> spp., Juglandaceae [ <i>J. regia</i> L.]	Walnuss	Insect repellent [1]; Teeth [1]; Rheumatism [1]	Leaves	Powder; Tea; Ointment; Topical application
<i>Lavandula</i> spp., Lamiaceae	(Küchen-) Lavendel	Calming [6]; Relaxing [1]; Mental illness [1]; Analgesic [1]	Flowers; Leaves	Tea; Smelling (distilled) oils; Smelling sewn into a pillow
<i>Leonurus</i> spp., Lamiaceae [ <i>L. cardiaca</i> L.]	Herzgespann	Heart related [1]; Calming the heart [1]	Flowers; Leaves	Tea; Eaten fresh
<i>Lepidium sativum</i> L., Brassicaceae	Gartenkresse	Antibiotic [1]	Leaves	Eaten fresh, (small doses)
<i>Levisticum</i> spp., Apiaceae [ <i>L. officinale</i> W.D.J.Koch]	Liebstockel	Digestive comp. [1]	Seeds	In soup
<i>Lycopus</i> spp., Lamiaceae	Wolfstrapp	Hyperthyroidism [1]	Leaves	Tea
<i>Lythrum</i> spp., Lythraceae [ <i>L. salicaria</i> L.]	Blutweiderich	Haemostatic [1]	Aerial parts with roots	Crushed then applied on cut
<i>Malus</i> spp., Rosaceae	Apfel	Hair [1]; Antifungal [1]	Fruits	Applied as vinegar
<i>Malva</i> spp., Malvaceae	Malve	Mukosa [1]; Rough voice [1]	Flowers	Tea
<i>Marrubium</i> spp., Lamiaceae [ <i>M. vulgare</i> L.]	Andorn	Universally [1]; Lungs [1]; Digestive comp. [1]; Liver [1]	n.a.	Tea
<i>Matricaria</i> spp., Asteraceae [ <i>M. chamomilla</i> L.]	Kamille	Abdominal pain [1]; Stomach comp. [1]; Digestive comp. [1]; Cold [4]; Cough [1]; Sore throat [1]	Flowers; Stems; Leaves	Tea; Inhaling

Plant taxon, family [Educated guess]	Local Name	Emic use category [times mentioned]	Used part(s)	How Prepared
<i>Melissa officinalis</i> L., Lamiaceae	Zitronen- Melisse	Cold [1]; Calming [3]; Insect repellent [1]; Hurting feet [1]	Leaves; Aerial parts	Crushed then topical application; Oil Extract; Inhaling; Tea
<i>Mentha</i> spp., Lamiaceae	Minze	Stomach comp. [2]; Worms [1]; Cold [3]; Breathing [1]; Sore Throat [1]; Cough [1]; Painkiller [1]; Headache [1]; Fatigue [1]; Calming [1]	Leaves	Tea; Ointment; Placing leaves in nostrils; Essential oil; Inhaling
<i>Mentha x piperita</i> L., Lamiaceae	Pfefferminze	Stomach comp. [2]; Intestinal comp. [1]; Digestive comp. [2]; Abdominal pain [1]	Aerial parts; Leaves	Tea
<i>Musa</i> spp., Musaceae	Banane	Digestive comp. [1]	Fruits	Eaten fresh
<i>Nasturtium</i> spp., Brassicaceae [ <i>N. officinale</i> W.T.Aiton]	Brunnenkresse	Sore throat [1]; Inflammation in the oral cavity [1]; Inflammation of the gums [1]	n.a.	n.a.
<i>Oenothera</i> spp., Onagraceae [ <i>O. biennis</i> L.]	Nachtkerze	Premenstrual syndrome [1]; Skin related [2]	Flowers; Seeds	Tea; Oil; Ointment
<i>Origanum</i> spp., Lamiaceae [ <i>O. vulgare</i> L.]	Oregano	Antibiotic [1]	n.a.	Oil, topical application; Oil drunk (small doses)
<i>Passiflora</i> spp., Passifloraceae	Passionsblume	Depressions [1]	n.a.	n.a.
<i>Pelargonium</i> spp., Geraniaceae	Heil-pelargonie	Cold [1]	n.a.	Tea; Pressed pills
<i>Phaseolus</i> spp., Fabaceae [ <i>P. vulgaris</i> L.]	Brechbohnen	Hyperacidity [1]	Beans	Eaten fresh
n.a.	Phytium Oligandrum	Antifungal [1]	Fungus	Aqueous solution
<i>Picea</i> spp., Pinaceae [ <i>P. abies</i> (L.) H.Karst.]	Fichte	Cold [1]; Sore throat [1]	Shoots	Tea; Sirup extract
<i>Pimpinella anisum</i> L., Apiaceae	Anis	Digestive comp. [1]; Stomach comp. [1]; Intestinal comp. [1]	n.a.	Tea
Only class identifiable: Coniferopsida	Nadelbäume	Immune system [1]	Resin	Smell; Smoke (small doses); Eaten fresh; Topical application

Plant taxon, family [Educated guess]	Local Name	Emic use category [times mentioned]	Used part(s)	How Prepared
<i>Piptoporus betulinus</i> (Bull.) P. Karst. 1881, Fomitopsidaceae	Birkenporling	Digestive comp. [1]	Fungus	Tea; Alcohol extract
<i>Plantago</i> spp., Plantaginaceae	Wegerich	Digestive comp. [1]	Seeds	n.a.
<i>Plantago lanceolata</i> L., Plantaginaceae	Spitzwegerich	Cough [3]; Antiseptic [1]; Arthrosis [1]; Thrombose [1]; Tooth pain [1]; Insect bites [1]	Leaves	Extract; Ointment; Crushed, topical application
<i>Reynoutria</i> spp., Polygonaceae [ <i>R. multiflora</i> (Thunb.) Moldenke]	Polygonum Multiflorum	Aging related [1]	n.a.	Dried then steamed then in solution
<i>Argentina anserina</i> (L.) Rydb. Nserine, Rosaceae	Gänsefinger- kraut	Menstrual comp. [1]	n.a.	Tea
<i>Prunus domestica</i> L., Rosaceae	Pflaume	Digestive comp. [1]; Constipation [1]	Fruits	Eaten fresh; Juice drunk;
<i>Pyrus</i> spp., Rosaceae [ <i>P. communis</i> L.]	Birne	Stomach comp. [1]; Diuretic [1]	Fruits	Brandy; Eaten fresh
<i>Reynoutria japonica</i> Houtt., Polygonaceae	Japanknöterich	Aging related [1]	Roots	Ointment
<i>Ribes nigrum</i> L., Grossulariaceae	Schwarze Johannisbeere	Winter sicknesses [1]	Leaves	Tea
<i>Rubus idaeus</i> L., Rosaceae	Himbeere	Menstrual comp. [1]; Stimulate contractions [1]	n.a.	n.a.
<i>Rumex acetosa</i> L., Polygonaceae	Wiesenampfer	Insect bites [1]; Snake bites [1]; Skin injuries [1]	Sap	Crushed, topical application
<i>Salix</i> spp., Salicaceae	Weide	Respiratory comp. [1]	Bark	Tee
<i>Salvadora persica</i> L., Salvadoraceae	Miswak	Antibacterial [1]	Timber	Chewing on it

Plant taxon, family [Educated guess]	Local Name	Emic use category [times mentioned]	Used part(s)	How Prepared
<i>Salvia</i> spp., Lamiaceae [ <i>S. officinalis</i> L.]	Salbei	Stomach comp. [1]; Worms [1]; Antibacterial [1]; Antiviral [1]; Respiratory system [3]; Cough [9]; Cold [3]; Throat related comp. [5]; Bronchitis [2]; Sore throat [7]; Antiseptic [1]; Sweating [1]; Tonsillitis [2]; Antifungal [1]; Anti-inflammatory [1]; Calming [1]; Insect bites [1]	Leaves; Flowers; Aerial parts with roots	Tea; Infusion; Smoked; Cooked; Chewed; Eaten; Crushed then infused then inhaled; Gargled; Crushed then topical application
<i>Salvia purpurea</i> Cav., Lamiaceae	Salvia purpurea	Sore throat [1]; Insect bites [1]	Leaves	Eaten fresh; Tea; Crushed then topical application
<i>Salvia rosmarinus</i> Spenn., Lamiaceae	Rosmarin	Winter sickness [1]; Cough [1]; Stress-relieving [1]	Leaves	Tea; Crushed then infused then inhaled
<i>Sambucus</i> spp., Viburnaceae [ <i>S. nigra</i> L.]	Holunder	Covid-19 [1]; Antiviral [1]; Cold [1]; Severe illness [1]; Fever [2]	Flowers, Fruits; Bark	Juice drunk (hot); Tea; Alcohol extract
<i>Satureja</i> spp., Lamiaceae [ <i>S. hortensis</i> L.]	Bohnenkraut	Digestive comp. [1]	n.a.	n.a.
<i>Scrophularia</i> spp., Scrophulariaceae [ <i>S. nodosa</i> L.]	Braunwurz	Eye related comp. [1]	n.a.	Tea
<i>Solanum tuberosum</i> L., Solanaceae	Kartoffel	Sore throat [1]; Mucous [1];	Tubers	Boiled then crushed then placed hot on chest
<i>Solidago</i> spp., Asteraceae [ <i>S. virgaurea</i> L.]	Goldrute	Kidney related comp. [1]; Diuretic [1]; Bladder related comp. [1]; Cystitis [1]	Leaves; Roots; Flowers	Tea; Extract
<i>Symphytum</i> spp., Boraginaceae	Beinwell	Bruise [1]; Pain [1]; Injuries [1]; Sprain [2]	Leaves; Sap; Roots	Boiled (short) then Compress on injury; Crushed to pulp; Sap applied on injury; Ointment

Plant taxon, family [Educated guess]	Local Name	Emic use category [times mentioned]	Used part(s)	How Prepared
<i>Syzygium aromaticum</i> (L.) Merr. & L.M.Perry, Myrtaceae	Nelke (spice context in interview)	Tooth pain [1]	Flowers	Dried applied in cavity and at gum
<i>Tanacetum parthenium</i> (L.) Sch.Bip., Asteraceae	Mutterkraut	Headache [1]	Leaves	Eaten fresh
<i>Taraxacum</i> spp., Asteraceae [ <i>T. sect. Taraxacum</i> F.H.Wigg.]	Löwenzahn	Invigorating [1]	Stems; Leaves	Tea
<i>Thymus</i> spp., Lamiaceae [ <i>T. vulgaris</i> L.]	Thymian	Lung [1]; Cough [5]; Winter sickness [1]; Cold [2]; Sore throat [1]; Antiviral [1]	Aerial parts; Leaves	Honey/ sugar extract; Tea; Crushed then boiled then inhaled; Eaten fresh; Cough sirup
<i>Tilia</i> spp., Malvaceae	Linde	Calming [1]; Stomach comp. [1]	Flowers	Tea
<i>Trametes versicolor</i> (L.) Lloyd 1921, Polyporaceae	Schmetterlings- tramete	Acute flu-like infection [1]; Negative effects induced by chemotherapy [1]	Fungus	Tea (boiled min. 20 Min.); Alcohol extract
<i>Tropaeolum</i> spp., Tropaeolaceae [ <i>T. majus</i> L.]	Kapuziner- kresse	Digestive comp. [1]; Sinusitis [1]	n.a.	Ointment; Alcohol extract
<i>Urtica</i> spp., Urticaceae [ <i>U. dioica</i> L.]	Brennnessel	Stomach comp. [1]; Allergic reactions [1]; Diuretic [1]; Blood cleansing [1]; Diaphoretic [1]; Antipyretic [1]; Bladder comp. [1]; Kidney comp. [1]; Fatigue [1]; Circulatory [1]; Vasodilatory [1]	Leaves; Shoots;	Tea; Eaten fresh
<i>Valeriana</i> spp., Caprifoliaceae [ <i>V. officinalis</i> L.]	Baldrian	Calming [1]; Sleep comp. [1]	Roots	Tea; Dried then grained
<i>Verbascum</i> spp., Scrophulariaceae	Königskerze	Cough [1]; Bronchitis [1]; Irritant cough [1]; Skin related comp. [1]	Leaves; Flowers	Tea; Extract; Ointment; Crushed, topical application; Oil
<i>Veronica serpyllifolia</i> L., Plantaginaceae	Quendel- Ehrenpreis	Inner organs [1]; Lung [1]; Digestive comp. [1]	n.a.	n.a.

Of those 121 identified taxa only 24 taxa were mentioned by more than two interviewees. Those 24 taxa were listed in Table 3 below including their used frequency amongst the interviewee groups. The plant in the row marked blue, *Curcuma* spp. or in German 'Kurkuma', could not be found in the identification book by Jäger (2017) that was used for identifying the plants.

Table 3: **Taxa mentioned more than two times**

In this table the medicinal taxa mentioned at least two times throughout all groups are listed. Y stands for the younger age group while O stands for the older one. If a taxon is coloured as blue this means that the Genus could not be found in (Jäger, 2017).

<i>Plant taxon, family</i>	Bremen		Rostock		All	Mentions by Interviews [%]
	Y	O	Y	O		
<i>Achillea</i> spp., Asteraceae	n.a.	2	n.a.	1	3	11,11
<i>Alchemilla</i> spp., Rosaceae	1	1	1	1	4	14,81
<i>Allium cepa</i> L., Amaryllidaceae	1	n.a.	2	2	5	18,52
<i>Armoracia rusticana</i> G.Gaertn., B.Mey. & Scherb., Brassicaceae	1	1	n.a.	1	3	11,11
<i>Calendula</i> spp., Asteraceae	2	2	n.a.	4	8	29,63
<i>Curcuma</i> spp., Zingiberaceae	n.a.	1	1	2	4	14,81
<i>Equisetum</i> spp., Equisetaceae	1	1	1	1	4	14,81
<i>Foeniculum</i> spp., Apiaceae	1	2	2	1	6	22,22
<i>Hypericum</i> spp., Hypericaceae	2	1	2	2	7	25,93
<i>Lavandula</i> spp., Lamiaceae	3	3	2	2	10	37,04
<i>Matricaria</i> spp., Asteraceae	2	2	1	4	9	33,33
<i>Melissa officinalis</i> L., Lamiaceae	3	n.a.	4	n.a.	7	25,93
<i>Mentha</i> spp., Lamiaceae	1	3	5	2	11	40,74
<i>Mentha x piperita</i> L., Lamiaceae	2	1	2	4	9	33,33
<i>Oenothera</i> spp., Onagraceae	1	1	n.a.	1	3	11,11
<i>Plantago</i> spp., Plantaginaceae	3	3	2	1	9	33,33
<i>Salvia</i> spp., Lamiaceae	7	5	5	6	23	85,19
<i>Sambucus</i> spp., Viburnaceae	1	1	1	3	6	22,22
<i>Solidago</i> spp., Asteraceae	2	n.a.	1	1	4	14,81
<i>Symphytum</i> spp., Boraginaceae	2	3	n.a.	n.a.	5	18,52
<i>Thymus</i> spp., Lamiaceae	3	1	2	4	10	37,04
<i>Urtica</i> spp., Urticaceae	3	1	4	1	9	33,33
<i>Valeriana</i> spp., Caprifoliaceae	1	1	n.a.	1	3	11,11
<i>Verbascum</i> spp., Scrophulariaceae	1	n.a.	1	1	3	11,11

The plant most used was by far *Salvia* spp. followed by *Mentha* spp., *Thymus* spp. and *Lavandula* spp.. *Salvia* spp. and *Thymus* spp. were mostly used for respiratory complaints whereas *Mentha* spp. was mostly used in the context of the digestive system and *Lavandula* spp. for psychological complaints like unrest. In general, those were common use cases with respiratory and digestive use cases being most prevalent.

The family of Lamiaceae was represented by six of those 24 plants and Asteraceae four times and were thereby most frequent. Especially Lamiaceae, most prominently represented by *Salvia* spp. but also *Mentha* spp. and *Thymus* spp., were most widely known in this study. The largest differences in those 24 most commonly known taxa were *Symphytum* spp. which was only mentioned in the Bremen region, *Melissa* spp., which was only mentioned by the younger age group and *Mentha* spp. which was almost twice as often known in the Rostock region as it was in the Bremen one. *Allium cepa* L. was also mostly used in the Rostock region. With being mentioned in 23 out of 27 interviews, *Salvia* spp. was known by more than 85 % of all interviewees and known more than twice as often as the next commonly known taxon *Mentha* spp.

The consistency of knowledge is shown in Table 4, which showcases how many taxa are known per group and how many plants were known per group as average and as median per interviewee.

Table 4: **Consistency and taxa knowledge throughout the groups**

This Table shows the sum of taxa known per group and how many taxa were known by each interviewee per group as average and median value. Furthermore it shows how many taxa were commonly known throughout groups and how many taxa were known together across different groups as a comparison. First row describes the location whereas the second row describes the age group.

	Bremen			Rostock			Y	O	Both	All
	Y	O	Common/ together	Y	O	Common/ together				
Number of taxa	57	53	21 / 88	38	48	21 / 65	75	79	32	121
Average per Interview	11,43	11,67	11,54	8,29	10,14	9,21	9,86	10,85		10,33
Median per Interview	6	9,5	6	7	12	8,5	6,5	12		7

Overall consistency was low amongst all four groups, Rostock young and old and Bremen young and old. In the Bremen and Rostock region between the age groups and within the age groups the taxa that were commonly known were between around a fourth and a third of all taxa known. In Bremen old and young combined knew 88 taxa but only shared knowledge about 21. In Rostock, this ratio was at 21 out of 65 and between the age groups at 32 out of 121. Thereby when it came to consistency within a region, Rostock ranks higher. When looking at the binary results from table 3, if a taxon was mentioned within one of the four groups, it seems that absolutely speaking in Bremen were more taxa known than in Rostock. If looking at the average, in Bremen were also more plants per person and group known as in Rostock. However, when it comes to the median of used plants per individual per group, in Rostock there seemed to be more taxa known per interview and group as in Bremen. Due to the small sample size the non-professional experts, meaning interviewees with extensive knowledge, carried more weight proportional to the whole number of interviewees. The older age group showed slightly more knowledge of taxa than the younger one but almost double the amount per interview when looked at the median.

Table 5 shows the sources by which the interviewees acquired knowledge. Those sources are not balanced for how much knowledge is transported. The numbers represent how often a source was mentioned within a group out of all sources accumulative mentioned within a group. The table only indicates the binary frequency within a group meaning that it shows what percentage of interviewees within a group mentioned a certain source as one where they acquired knowledge from. The table is not supposed to show how important a source is or how much knowledge was acquired from each source.

Table 5: Sources of knowledge by location and age

In this table the different knowledge acquisition sources are listed. The numbers represent how often a source was mentioned within a group out of all sources accumulative mentioned within a group.

	Bremen	Rostock	Young	Old
	Other family members	n.a.	8,33	1,75
Parents	16,98	13,33	15,79	14,29
Partners	3,77	6,67	1,75	8,93
Grandparents	16,98	13,33	17,54	12,50
Friends/ Neighbours/ Peers	13,21	16,67	15,79	14,29
Internet	22,64	18,33	22,81	17,86
Books/ Print media	24,53	21,67	22,81	23,21
School	1,89	1,67	1,75	1,79

When all family sources were combined, they in their variety made up around 40 % in all groups combined. Combined with the almost 17 % other chosen social context almost half of all sources used were human and direct contact based. In Rostock and the older age group, those contexts of knowledge acquiring sources seemed even more important than in their counterparts. A special case is the older Rostock group. With almost half of their acquiring sources located within their family and over 60 % if all direct social chosen sources are combined, social contacts seemed to be more important than in any other group. In all groups, books were mentioned as a source of knowledge at least as often as the Internet although in the older Rostock group Internet usage was under-represented in comparison. School seemed to be a negligible factor when it comes to the knowledge acquisition of medicinal plant usage.

### 3.2 Differences in the age groups

From here on, quotations from interviews are represented. The translated English version comes first and is followed by the German original behind that smaller and in brackets. The quotations are written in italics and indented. Each quotation has a reference assigned stating the region the interviewee is from, R for the Rostock region and B for the Bremen region, as well as the age and gender, f for female and m for male, of the interviewee and the location of the quote in the transcripts in the Appendix.

The most noticeable difference in knowledge about medicinal plants is the acquisition contexts between the older and younger generation. In the older generation war was a reason mentioned.

*[...] and that came out of the poverty of the war [...]. ([...] und das kam so aus aus aus der Armut heraus des Krieges [...])* (R/52/m, see Appendix 7.3.4.2 Pos. 35)

Many claimed to be born and grown up at a study site but their families originally lived in pre-second world war German territories and came to Bremen but even more often to Rostock as displaced persons and founded a new family, started a new life away from their original home. Some of the older age group described growing up directly post-war with little resources. A garden in which mainly food supplies and some medicinal plants were cultivated were described as a necessity to feed the family.

*They had 5 children to raise and vegetables were grown everywhere. (Die hatten 5 Kinder großzumachen und da wird überall Gemüse angebaut.)* (R/68/m, see Appendix 7.3.4.3, Pos. 124)

Others from the older generation described poorness back in their childhood as threatening in such a way that growing their own supplies was necessary, which included medical plants.

*But that was also the generation that couldn't afford doctors and therefore always tried it the natural way. (Aber das war auch die Generation, die sich die Ärzte nich leisten konnten und dadurch immer versucht ham das äh über natürliche Weise zu machen, ne.)* (R/62/f, see Appendix 7.3.4.4, Pos. 25)

Especially growing up in the countryside often meant being in contact with self-grown food and medicinal plants. Interviewees from the older age group mentioned that their parents and grandparents needed to do so too and that they got their knowledge from them, so they grew up learning about food and medicinal taxa.

*Also from my parents. From my parents I actually learned this garden management too, you see, yes. (Auch von meinen Eltern. Von meinen Eltern hab ich eigentlich so diese des diese Gartenbewirtschaftung auch, ne, dass ja.) (R/62/f, see Appendix 7.3.4.4 Pos. 61)*

*And above all, my mother is also someone who tends to go into the garden, or my grandmother also used to go into the garden and pick some herbs and have some teas ready for all kinds of things. (Und vor allen Dingen, also meine Mutter is auch eine, die auch eher in Garten geht, oder meine Oma war's auch, die eher in Garten ging und irgendwelche Kräuter sich da gepflückt ham und irgendwelche Tees für alle möglichen Sachen parat hatten.) (B/71/f, see Appendix 7.3.2.5 Pos. 220)*

Many did not grow up with their grandfathers due to them being fallen during the war. Scarcity dominated the knowledge acquisition until young adulthood for some of the older generation. Other reasons and contexts for knowledge acquisition of the older age groups in their later life phase are discussed later in this section. For the older generation, at least during their early adulthood and sometimes beyond that, they did not have access to the internet which did not become widely used before the 2000s (van Eimeren & Ridder, 2011). With that said books and personal exchange were at that time more important sources for knowledge acquisition than they are today.

Nowadays there is no war threatening supply and even extreme poverty where one needs to have a garden to feed oneself does not exist to this degree how it did back then. Some participants from the younger age group described themselves growing up, helping in a garden that was supposed to feed them though, but no one mentioned a hard dependency on that.

*Well, it was just farmland [...] in Fischerhude and she grew all kinds of vegetables there, of course, and we really financed or fed ourselves a lot from it. Well, we didn't have any for sale, but she had, well, um, I always helped too. (Naja es war halt Ackerland [...] in Fischerhude ähm und da hat sie alles Mögliche angebaut an Gemüse natürlich auch, wir ham wirklich auch viel davon uns finanziert oder ernährt. Also wir hatten jetzt nich zum Verkauf, aber sie hatte, also ähm ich hab dann auch immer ma geholfen [...]) (R/32/m, see Appendix 7.3.3.6 Pos. 24)*

In the younger sample groups, the gardens which were a necessity to parts of the older generation and were frequently described as designed for maximum productivity were getting used more often now for recreational purposes, to improve a work-life balance. Medicinal taxa were still found and used in them as part of a larger movement that has the unofficial goals of reconnecting to nature and to a certain degree escaping global supply chains. Self-grown goods, food and medicinal taxa, are seen as a way to control or rather prevent or limit the personal intake of harmful substances such as fertilizers. The goal is to improve the quality of consumed goods as well as the conditions under which they are produced.

*[...] I just think it's more sustainable than going to a pharmacy and buying any products that are packed in plastic [...] and wherever they are coming, to make them myself [...]. ([...] ich find's einfach 's is ja nachhaltiger gehts gar nich anstatt irgendwie inne Apotheke zu gehen äh und sich irgendwelche Produkte zu kaufen die in Plastik gepackt sind [...] und was weiß ich woher kommen das selbst zu machen [...]) (B/41/m, see Appendix 7.3.1.2 Pos. 39)*

A special group concerned about harmful substances they might take in were pregnant women and parents. Although some might have been familiar with this topic before, a special awareness grew with parenthood. What was considered to be good enough for the parents when it comes to food and medical treatment was not good enough anymore for the child or children. Especially when it comes to synthetic medicine concerns were expressed and herbal alternatives were preferred in mild cases when treatment was necessary.

*Yes, everything changed then. We bought the house, we got the garden and, of course, with the children, with yourself, you go to the pharmacy, get some white pressed pills [...] and let it go, and with the children you rather say, does this really have to go into the body? Of course we take medicine and standing vaccination*

*committee recommendations and such in the first place, but of course we also look at where it is necessary and where it is not necessary for ourselves; where do we draw the line and in the case of fever, for example, a sip of elderberry juice [...] (Ja da hat sich alles verändert. Da ham wir das Haus gekauft, da ham wir den Garten dazubekommen und äh natürlich is es so, dass man bei den Kindern, bei sich selbst geht man dann ja Apotheke, holt sich irgendwelche weißen gepressten Pillen [...] und lässt es gut sein und durch die Kinder sagt man schon, muss das wirklich jetzt alles in den Körper so? Natürlich nehm wir schon Medizin und StIKo Empfehlung und sowas an im ersten erster Linie, aber ähm man schaut natürlich eben auch, wo is es notwendig und wo is es nich notwendig für einen selber; Wo zieht man die Grenze und bei Fieber zum Beispiel mal'n Schluck Holunderbeersaft [...]) (B/39/f, see Appendix 7.3.1.4 Pos. 58)*

Gardening as a hobby for physical or psychological compensation for everyday life responsibilities can nowadays be a driver for getting in touch with medicinal plants instead of the other way around.

*It's first of all a really nice retreat in the city, just to switch off and it's also something else to sit in the garden than to sit in the park, I say [...] and yes, and also just to grow a bit of food yourself, so that you're a bit independent. (Is erstma 'n richtig schöner Rückzugsort in der Stadt, einfach um ma abzuschalten und is ja auch noch was anderes jatz im Par äh im Garten zu sitzen, als im Park zu sitzen sag ich ma [...] und ja und auch einfach um 'n bisschen selber essen anzubauen, dass man da 'n bisschen unabhängig.) (R/22/m, see Appendix 7.3.3.4 Pos. 41)*

Sometimes self-sufficiency was is named as inspiration to get to know gardening and medicinal plants.

*Yes, yes, in fact, simply, I have somehow had the image for a long time that I would like to have the skills to be able to live self-sufficiently in theory [...], so that, if something happens, I would be able to plant a garden, to know how to cultivate it, what I can do and how and when in season. I would like to know how to cultivate my garden, what I can do and how and when in the season, because I find the idea incredibly charming, that I don't have to go to the supermarket to buy potatoes, or that I don't have to go to the pharmacy to heal myself in that sense, maybe. (Ja ja äh tatsächlich einfach, ich hab irgendwie das Bild schon ganz lange gehabt, dass ich gern mal, einfach das ich die Skills hab in der Theorie autark leben zu können [...], also das ich, falls irgendwas*

*passiert mir 's möglich wär 'n Garten anzulegen, zu wissen wie ich den bewirtschafte, was ich machen kann und wie und wann halt in der Jahreszeit, ähm, weil ich das d die den Gedanken einfach unfassbar äh charming find, dass ich halt nich unbedingt in 'n Supermarkt gehen muss um mir Kartoffeln zu kaufen, oder das ich nich in die Apotheke gehen muss um mich zu heilen in dem Sinne, so vielleicht.) (R/17/m, see Appendix 7.3.3.3 Pos. 134)*

Knowledge acquisition also works differently compared to the older age group. The younger generation grew up with access to the internet and they are using it more extensively and more natural. Nevertheless, books stay an important source but the easy and fast access to knowledge via internet is described as more practical compared to searching in a book for a concrete answer.

*[...] but I find that quite practical on the internet, that I can specifically search for something [...]. ([...] aber das find ich halt im Internet halt ganz praktisch, dass ich da gezielt danach suchen kann [...]) (B/24/f, see Appendix 7.3.1.5 Pos. 81)*

### 3.3 Differences in the Rostock and Bremen regions

The main difference between the Bremen and Rostock region can be pinpointed to a longer need to supply oneself. While the claims of needing a garden to feed the family or treat oneself with self-grown medicinal plants were barely present in Bremen, in the region around Rostock this trend continued and especially the older generation mentioned more frequently and clearly that the garden helped significantly to supply the family.

*Well, in the GDR it was really cultivated as a yield garden, you see. (Naja in der DDR wurde dass dann wirklich als Ertragsgarten bewirt bewirtschaftet, ne.) (R/61/m, see Appendix 7.3.4.1 Pos. 166)*

On the other hand, there was more often the claim in the Rostock region that medicinal plants were not needed as often because in general one was healthy and simply did not need them as much.

*People have so many allergies these days and things like intolerances. (Leute ham so viel Allergien heutzutage und schieß mich tot, Unverträglichkeiten.) (R/61/m, see Appendix 7.3.4.1 Pos. 88)*

Additionally, the culture around allotment gardens seemed to be different. They were mostly used for food production with a limited number of medicinal plants but also used

as a social area where family gatherings were held and where lots of time was spent. In this context information, also regarding medicinal plants was obtained by friends and neighbours.

*I normally ask my neighbour, she knows everything. (Da frag ich meine Nachbarin, die weiß alles.)* (R/68/m, see Appendix 7.3.4.3 Pos. 52)

While wandering through the allotment garden areas in the search of potential interviewees it looked still like the Rostock region gardens were more focussed on arable crop yields compared to the Bremen region. More arable land was prevalent, and gardens were organized more linear with straight beds and paths in the Rostock region in allotment gardens than in the Bremen region. The gardens in the Bremen region showed at least superficially more grass-covered space used rather for recreational purposes than for crop yields, ornamental plants, or swimming pools.

Arable crops, nevertheless, no matter how few were planted seemed to be the pride. While all participants seemed to be proud of what they grew, in Rostock they were especially proud of that and almost to a point where it was hard to lay the focus on medicinal taxa. In many cases, plenty of information was gathered on other plants in the garden, even though it was not specifically asked for. While participants were asked multiple times for used plants and use cases, often the conversation went off by itself when the topic came to other plants in the garden. In Bremen, however, non-professional experts were found more often compared to Rostock. Those people know many medicinal taxa and how to use them which mostly developed as a hobby or chosen way of life. Below there can be seen a picture of how such a garden looks like.



Figure 2: **Garden of a non-professional expert**

This figure shows a garden cultivated by a non-professional expert. It can be described as tamed wildness which is diverse, cared for, but not overly organized. This picture is taken by the author during an Interview in the Bremen region.

### 3.4 Common drivers of knowledge

The most common observed characteristic was that medicinal plants are seldomly the focus in a garden or the focus of the attention of the participating interviewees. No matter if it is a kitchen garden or a pure space for recreation, medicinal plants mostly play at best a side roll. Often they were grown but only for seasoning.

If plants with a potential medicinal use case were the focus it was mostly so because they were used as kitchen herbs to season or because the interviewee was seeing them as edible (wild) herbs. In the latter case, the interviewees have extensive knowledge about medicinal use cases but the approach is to always eat a bit of everything in season to keep healthy

*There are many special ways of preparing food, but if you eat a little bit of each, that's my motto, then you also absorb the healthy ingredients. ('s gibt ja spe viele spezielle Zubereitungsmöglichkeiten, aber wenn ma von jedem ein bisschen isst, is so mein Motto, dann nimmt man das äh nimmt man die gesunden Inhaltsstoffe eben auch auf ne.)* (B/39/f, see Appendix 7.3.1.4, Pos. 12)

The gardens of those non-professional experts looked also differently from other gardens. They seemed to be more chaotic but followed the rule of tamed or semi-wildness. Many plants were allowed to grow and only in some areas there was interference by the owners. Preventive use of plants is not explicitly covered by this study, but it is worth mentioning that often plants were consumed preventively mostly for Vitamin C intake.

*Um, currants just contain a lot of vitamin C and so on. (Ähm Johannisbeeren enthalten ja einfach viel Vitamin C und so weiter.)* (B/39/f, see Appendix 7.3.1.4 Pos. 38)

It was mentioned frequently by all groups that the garden itself and working in it acted as preventive or wholesome.

*Digging with the hands in the soil and so on works here perfectly too [...] (Mit den mit den Händen in der Erde zu wühlen auch so und das klappt hier hervorragend [...])* (B/40/f, see Appendix 7.3.1.1 Pos. 64)

Although knowledge about medicinal plants and their respective use cases seemed often to be completely absent amongst the group of people not suited for the interviews, they occasionally knew some sort of expert in this area. Often this person was then recommended to interview instead of them. Those people were in Bremen as well as

in Rostock frequently called 'witches' and sometimes even 'freaks'. Those people were mostly not present in their garden and unavailable for interviews. In allotment gardens there seem to be non-professional experts for many things including herbal medicine. In the absence of war, or in general large and or long-lasting catastrophes, or reasons for scarcity, respectively changed and therefore also the reasons for getting to know medicinal plants. A reason mentioned was the absence of cure of sicknesses by the prevalent form of medicine practised in Germany what was called western or school medicine.

*[...] you know, there's also the pressure of suffering. I've had it for a long time, this migraine issue is also in my family. ([...] weißt du da is halt auch der Leidensdruck. Ich hab das schon lange, dieses Migränethema is bei mir in der Familie auch.)* (B/55/m, see Appendix 7.3.2.4 Pos. 72)

Alternatives mentioned were traditional Chinese medicine (TCM), Ayurveda, homoeopathy or phytotherapy.

*[...] is the traditional Chinese medicine and Ayurveda medicine [...]* (*[...] is die traditionell chinesische Medizin und Ayurveda Heilkunde [...]*) (B/55/m, see Appendix 7.3.2.4 Pos. 72)

Two mentalities were recognised as opposites. The 'I do not have it, so I do not use and or know it!' and the 'I am affected so I need it!' views. Most interviewees are located somewhere in between those opinions.

*[...] I personally do not need it yet [...], so I do not know and how to apply it accordingly. ([...] braucht ich persönlich noch nich [...], daher weiß ich es nich und wie man das dann dementsprechend anwendet.)* (R/41/f, see Appendix 7.3.3.1 Pos. 66)

*Well, I don't have a lot of experience with it, but I always try things out when I have something and think, aha, look, what herb you can take for this, that's the way it always goes, when I have something. (Also ich hab nich so wahnsinnig viel Erfahrung damit, ne, aber ich probier immer so Sachen aus, wenn ich irgendwas habe und denk, aha guck ma nach, was kann man da für'n was kann man da für'n Kraut nehmen, so is der Weg immer, ne, wenn ich irgendwie was hab.)* (B/73/f, see Appendix 7.3.2.6 Pos. 20)

When it comes to when interviewees learned about medicinal plants, they frequently mentioned their childhood often as where they initial got interested in this topic or in plant related topics in general but mostly they have learned over the years.

*[...] I also developed an eye, maybe already as a child [...], but the real specialisation, as I said, only as an adult. ([...] ich hab halt auch 'n Auge entwickelt dann vielleicht schon als Kind 'n bisschen [...], aber das richtig spezialisiert wie gesagt erst als Erwachsener.) (B/41/m, see Appendix 7.3.1.3 Pos. 68)*

So only some plant-related knowledge originated in their childhood with most being acquired autodidactic induced by self-interest. This interest got deepened and refined in their adulthood, mostly when they have the capacities, time-wise and space-wise, to experiment with plants. Often interviewees did not want to make room for agricultural use without checking if what was already growing there has some sort of use to them or the surroundings. Often medicinal plants were tolerated or cultivated due to them being a source of nutrition for insects, especially bees. This is also where the old and the young generations converge. Even though, as mentioned above, many of the older age group reported that having a garden was a necessity, it increased to become a recreational area in the last years for them too. The main driver of medicinal plant knowledge was found to not be necessity any more but curiosity.

*[...]and then I read about it when I still had the garden here [...]. ([...] und dann hab ich mich jetzt äh als ich noch hier den Garten hatte auch nochma belesen [...]) (R/62/f, see Appendix 7.3.4.4 Pos. 25)*

Self-treatment that can easily be done outside of the prevalent medical system is seen positively. Books and the internet play a major role in knowledge acquisition with the internet being the single most important source of information due to its easy access and low effort profile. Subsequently, the bulk of most interviewees' knowledge comes from self-researched information. Over years amateur experiments were conducted to find out what grows where best for which reason and how can it be used. Especially if a certain condition is prevalent and presses on the interviewee's health, they were curious about which plant can help, how and why.

*Yes, I'm probably so interested in everything good for the lungs because I used to smoke so much. (Ja wahrscheinlich interessiert mich das alles gut für die Lunge so sehr, weil ich so viel geraucht hab früher.) (B/41/m, see Appendix 7.3.1.3 Pos./,204)*

An additional point of interest for this study was how medicinal plants were used. It was observed, that overall, the most widespread usage was one of the plants that were easily

prepared for rather simple illnesses. So mostly leaves or at least aerial parts of the plants are used to cook a tee to drink against cold like symptoms or stomach discomfort.

*[...] when I have a stomach ache. Uh wa peppermint tea [...]. And the leaves later. ([...] wenn ich Bauchweh hab. Äh wa Pfefferminztee [...]. Und die Blätter nachher denn.) (R/81/f, see Appendix 7.3.4.6 Pos. 46 and 48)*

*Sage [...], sage leaves [...], also sage plant, yes also the leaves fresh or dry. For winter, dried and then also infused. [...] Mhm infusion also for coughs. (Salbei [...], Salbeiblätter [...], auch Salbeipflanze, ja auch die Blätter frisch oder trocken. Für'n Winter dann getrocknet und dann auch aufgießen. [...] Mhm aufgießen auch bei Husten dann auch.) (R/40/f, see Appendix 7.3.3.7 Pos. 16)*

Similarities between the old and young, Rostock and Bremen seemed to be increasing at least in the way of how new knowledge is acquired. Younger interviewees still used books for in-depth information and older ones used the internet more frequently.

*In the past books, now as, uh, now I have to say for that mostly the internet. (Früher Bücher, jetzt als äh, jetzt muss ich sagen überwiegend sowas Internet.) (R/62/f, see Appendix 7.3.4.4 Pos. 83)*

The philosophy behind gardening and the connected medicinal plants and certain self-sufficiency seemed to converge if they ever have been apart. Just being in nature and outside seems to be important for all interviewees. The garden and with it medicinal plant usage and knowledge developed towards a hobby, something for a work-life balance or to keep one busy pleasantly. Often garden is seen as something to make one more independent no matter if in terms of food or medical supplies. Additionally, needs have changed from bare physical necessities to psychological necessities of having a place to relax, calm down and reconnect with nature. However, deep knowledge is still influenced by need, for example, the need to get help outside of standard medication especially in pain-related topics or the need to escape daily life.

*That has basically been my life's theme. When I was in my twenties, I had a severe migraine. [...] And I was given medication, quite strong too, and when it didn't help any more, I went to the doctor and he said, then just take twice as much. Aha. So I mean, that's [...], that's when it clicked for me and I realised that it should not be like that [...]. (Das is mein Lebensthema im Grunde gewesen. Ich bin äh ich hatte in den, als ich in den zwanziger Jahren war, hatt' ich 'ne schwere Migräne. [...] Und äh hab Medikamente*

*bekommen, ziemlich starke auch und als sie nich mehr geholfen ham, dann bin ich zum Arzt und der hat gesagt, dann nehmen se doch einfach das Doppelte. Aha. Also ich meine, das is ja [...], da hat's bei mir klick gemacht und ich merkte, also so geht das nu nich [...]* (B/71/f, see Appendix 7.3.2.5 Pos. 175)

Some participants mentioned future necessities and that they wanted to prepare for them. One could be a collapse of the political and societal system, but more mentioned ageing and age as a factor. Those participants wanted to gain knowledge to self treat later when they will reach an age and will maybe be affected by related sicknesses.

*I don't do it because I'm lazy and because I'm not that old yet and don't need to [...]. Yes, I'm already working on making ointments. (Machen ich aus Faulheit nich und weil ich noch nich so alt bin und es noch nich so nötig hab [...]. Ja, also ich äh beschäftige mich jetzt schon mit der Salbenherstellung.)* (B/41/m, see Appendix 7.3.1.3 Pos. 260 and 264)

One newer use case was indicated, even if only barely. The non-professional experts from the younger Bremen group and the older Rostock group both mentioned taxa which they claimed could be used against the corona virus. disease. The use case was not specific for Covid-19, but mostly broader in an antiviral sense in an respiratory environment, but the connection to Covid-19 was made. In this context it can also be seen, that taxa considered as poisonous are also used but with caution as poisonousness is claimed to be dependent on dosage.

*Hemp agrimony, that's also native. But it's poisonous. I don't do anything with it either. It's for the bees. But the dose makes the poison. You can also do something with it. The other day my buddy, who also knows a lot about it, (name), came and said here's some hemp agrimony I want from you and then he stabbed himself a bit, that was in the spring because of Covid 19. That's where it's supposed to help. [...]. Yes, I think it has something to do with viruses. (Wasserdost, dass auch heimisch. Is ne aber giftig. Mach ich auch nix mit. Das is für die Bienen. Öh allerdings macht die Dosis das Gift. Da kann man auch was mit machen. Neulich kam mein Kumpel da, der sich auch gut auskennt, der (name) und sagte hier Wasserdost will ich jetzt haben von dir und dann hat er sich bisschen was abgestochen, das war im Frühjahr nämlich wegen Covid 19. Da soll das auch helfen. [...]. Ja ich denk da er hat mit Viren hat das irgendwas zu tun.)* (B/41/m, see Appendix Pos. 132 and 128)

Multiple factors were named for limiting more extensive knowledge and usage. One reason was the asynchrony of plant growth which was located mostly in late spring and summer and sickness occurring mostly in autumn and winter. Thereby one had to put additional effort into preservation techniques like drying. Another reason was constant learning in combination with little usage which made some forget about plants. Several times during the search for interviews and once within an interview, knowledgeable people were called witches or freaks.

*[...] so chamomile tea itself, or peppermint tea, of course we use that, uh, yes, but otherwise I can't say that we are absolute herb freaks. ([...]also Kamillentee selber, oder Pfefferminztee natürlich kann man machen und äh ja, aber sonst so, dass wir jetzt die absoluten Kräuterfreaks sind, kann ich auch nich sagen.)* (B/60/m, see Appendix 7.3.2.3, Pos. 81)

### 3.4.1 Education as a driver for knowledge on medicinal plants

Only one thing can be said for sure though; For the large majority, school did not play a role in learning about medicinal plants. Only two people had a clear memory of learning about medicinal plants in school and for one of those, it was not even mandatory.

*[...] that was actually just this one project, the P5 project, which you have to do in the Abitur, if you know what that is [...]. You have to do it in order to be admitted to the Abitur [...] and we were allowed to choose something ourselves, something on the topic of diseases, and then I took that [...]* (*[...] das war tatsächlich nur dieses eine Projekt, also das P5 Projekt, was man im Abi machen muss, wenn dir das irgendwas sagt [...]. Muss man halt machen, damit man zum Abi zugelassen wird [...] und wir durften uns halt selbst was aussuchen, also irgendwas zum Thema Krankheiten und dann hab ich halt das genommen [...]*) (B/24/f, see Appendix 7.3.1.5, Pos. 71)

More, 11, had a clear memory about plant-related topics approached in courses at school in general. Those were mentioned in the courses like Biology and as part of a school garden project.

*Yes, we had biology and we also had local studies, I know, in the lower grades. Then we were taught about sorrel, for example [...].* (*Ja wir hatten ja, ja wir hatten Biologie und wir hatten auch äh Heimatkunde, weiß ich in der Unterstufe war das ja noch. Da wurden dann ebent so grade so wie Sauerampfer zum Beispiel [...]*) (R/60/f, see Appendix 7.3.4.7 Pos. 88)

Interestingly six out of seven interviewees from the younger group of Rostock claimed that to be the case with the others almost equally distributed amongst the other groups. Eight participants claimed to remember learning about such topics but not in a clear way so they do not know about it any more but are certain that they must have learned something about plants in general.

## 4 Discussion

In Bremen, from the 246 people that were asked in allotment garden areas for an interview, 13 usable Interviews were conducted. So even with the assumption in mind that gardeners, just by the availability of space and suitable conditions, were better suited for the scope of this research, those 13 interviews represented a usable ratio of roughly 5 %. In Rostock, this number lied at around 10 % with 14 usable Interviews conducted out of 141 people spoken to. Many participants were excluded as their birthplace and age did not fit the requirements set beforehand. For both cities, without considering the right birthplace and age groups, merely 25 % of the participants answered positively to the question if they knew and used medicinal plants. This might be because allotment garden tenants did not know more about medicinal plants than people without garden as it was assumed prior to the research or that the the frequency of knowledge was even lower in the general population. Nevertheless, many participants claimed that access to a garden while growing up sparked interest in plant-related topics so a correlation between access to a garden during childhood and plant-related knowledge is supported by the results of this research. Throughout all groups, 121 taxa were identified. Among them were several plants not native to Northern Germany and five fungi.

Knowledge amongst Rostockers was more widespread than amongst Bremeners. This is supported by the median number of named taxa per interviewee per group. The median number of taxa named by Rostockers for the younger age group is 7 while it is 12 for the older age group and 8,5 for combined. In Bremen, those numbers are at 6 for the younger, 9,5 for the older age group and 6 combined. However, the average amount of named taxa per interviewee and group was higher in Bremen. This is caused by outlier interviewees, the so-called non-professional experts, which knew many taxa, distorting the average within their groups. Those outliers also increase the total number of taxa known in Bremen so absolutely speaking there were more taxa known in Bremen. The median was therefore chosen as a primary indicator of widespread knowledge because it is less sensitive to outliers which is favourable for small sample sizes such as the one used for this study. This finding is supported by the experience during the sample collection, which only took half the time in Rostock compared to Bremen.

## 4.1 Need as a driver for knowledge acquisition

First, it should be recognized that this study identified a difference in the regions around Bremen and Rostock. It occurs that socio-political realities and changes after the second world war and induced due to the separation and subsequent so-called reunification had an impact on medicinal plant related knowledge. As introduced in the Introduction 1 dividing borders between a population with a shared historical and geographical background can affect local ecological knowledge (Pieroni & Sõukand, 2017). The results of this study indicate this is also true for Germany. In the case of Germany, the dominating factor was found to be sheer need. The scarcity after the war was reported to force the generation which was born in proximity to the war to be self-sufficient to a certain degree which included medicinal care. With cities bombed to destruction and a poor population in the countryside, which often could not afford medicinal treatment, growing medicinal plants for self-treatment was at least saving money, but in some cases even saving lives. This need force people to learn about medicinal plants and their use cases. This could explain, why the median number of taxa known per interviewee in the older age group is around a fourth higher than in its younger counterpart. Another possible explanation is the simple fact that the older age group had more time to acquire knowledge as they already lived longer. Besides the age, when looking at the Rostock region knowledge might have been more widespread because of an extended period of necessity originating in the different socio-political and socio-economic realities in the GDR. Although focused on social welfare, the GDR in which Rostock was located, suffered from scarcity due to a planned economy (Malycha, 2011). Gardening and related activities to cultivate taxa used in a medicinal context continued to be important in Rostock. Poverty and scarcity were named as reasons for self-sufficiency practices in Rostock. In the FRG this was not reported to an extent as it was in the Rostock region. The economical upward trend (Wengst, 2003) decreased the sheer need for self-sufficiency also in a medicinal context. This does not mean that such practices were not mentioned in the Bremen region. Many participants remembered growing up with a garden focused on contributing to feeding the family and supplying plant-based medical supplies. Sometimes those supplies were collected wild when needed.

What differs though is the pressure to do so which was reported less frequently and urgently in the Bremen region. The effect of different socio-economic context across borders (Pieroni & Sõukand, 2017) seem to be applicable in the sample area of this study too and here even narrowed down to a need factor originating in scarcity. From 1990 onwards, a well-funded social welfare system from the former FRG and less scarcity due to the abolition of a planned economy also meant the end of the need within the territory of the former GDR (Wengst, 2003). This can be one possible explanation why the younger generations have a lower median number of plants known per interviewee. Furthermore, there is an absence in narratives of scarcity during the interviews with the younger group. Thus, they were not forced to acquire extensive knowledge about medicinal taxa.

An absence of scarcity does mean that the main reason identified so far for medicinal taxa usage cease to exist. In the older Bremen age group and both younger age groups, there were still necessities described, but in a different form. One of those new kinds of necessities was still related to illness. If participants were affected by illnesses, such as chronic migraine, which could not be cured by the healthcare system, they turned to alternatives. One of which is most of the time garden-based phytotherapy. This leads to sometimes extensive knowledge related to plants and use cases for specific illnesses. In general, knowledge levels were affected by one's affectedness. If a participant suffered frequently from for example digestive complaints, this participant was more likely to know about medicinal taxa which they used against their type of sickness. If the same participant did not suffer from other sicknesses, there was often an attitude of 'I do not have it, so I do not need (to know) it'. Use cases mostly followed convenience. It is thereby fitting that mostly digestive and respiratory use cases dominated as those were the ones most frequently mentioned by the participants. Another necessity worth mentioning is the one related to ageing. This constitutes the counterpart to the 'I do not have it, so I do not need (to know) it!' mentality, which is 'I have it, so I know about it!'. This mentality is accompanied by worries for future necessities related to ageing. Sometimes participants mentioned they need to learn for if or when they get old and physical decay starts and accelerates. Herewith, a need and potential necessity in the future were identified.

Another kind of necessity originated in the distrust in industrial agriculture . Industrial agriculture was often referred to as something toxic and harmful and thereby created a necessity to grow one's own food. The same is true for the pharmaceutical industry and growing or collecting own medicinal taxa. A tendency can be seen that can best be described as 'back to nature', where plant-based medicine, often self-grown, was valued over synthetic drugs for mild sicknesses. Especially mothers frequently mentioned a change of mind after giving birth. They wanted to follow a more natural approach in medicinal use cases for their (newborn) children and also for themselves even past the breastfeeding period. Not wanting their offspring suffering from toxic fertilizers that were claimed to be widely used nowadays and from synthetic, possibly side effect heavy, drugs. This can be seen as a new kind of necessity. In general though, the younger generation does not feel the need anymore to survive which differentiates them from parts of the older generation when they were younger. Related to the topic is also the use cases and parts used of different plants. The logic of the participants seemed to follow the convenience. The most used parts of plants were aerial parts, especially leaves and they were mostly prepared as a tea to drink. These parts and method were probably the easiest way of consuming medicinal taxa, right after eating them fresh and before extracting active components with alcohol or fat. The older generation more often talked about more difficult preparation methods like using the Roots of *Valeriana* L. for preparing tea against sleeping complaints. Nowadays and especially the younger generation might know about such use cases, but it is considered too time-intensive and damaging for the plant which also has the job of looking good and digging it out to cut the roots seems to be a safe way to ensure the plant will not look good anymore. It was found that teas were a widespread means of preparing and consuming medicinal taxa and often in a non-medicinal way (Pieroni & Sõukand, 2017). This is also true for both test regions of Bremen and Rostock where tea is drunk regularly and in a variety of contexts.

## 4.2 Traditional and local ecological knowledge

The initial learning process divided up the older and younger generation. With the rise of the internet and digitalisation, the younger age group had different learning structures and opportunities than the older age groups had when they were young. In general, most of the knowledge originated in self-interest and can in all age groups better be described with a local ecological knowledge approach. The border impacts the two split populations in such a way, that the socio-economic reality in the GDR forces its population to uphold knowledge longer as in the FRG. Nevertheless, the differences nowadays run along the age groups with a diminishing tendency between all groups at least when it comes to knowledge acquisition strategies.

Interestingly, books were more often mentioned compared to the internet in every group indicating that they still were a source for knowledge especially if a deeper insight is sought, whereas the internet was used more frequently for fast answers or to broadly educate oneself on connected topics which were not found within a book. The internet was especially appreciated for visual tutorials. The greatest number of sources in which knowledge was transferred were personal connections like family followed by peers. This indicates that traditional ecological knowledge could be passed as it is mostly passed vertically throughout generations in an oral or exemplified form (Ruiz-Mallén et al., 2013). However, the local ecological knowledge acquisition was not dominated by traditional knowledge acquisition. Nevertheless, it is possible that traditional knowledge still dominates. From the 121 identified taxa used in a medicinal context, 19 were not part of the regular vascular plants of Germany described by Jäger (2017). When looking at the taxa known by more than two people, out of 24 there is only one that is not part of the encounterable flora in Germany, *Curcuma* spp. The number for the sampled region remains unsure, but if the numbers are taken like that, four-fifth of plants could be encountered wildly and thereby could be part of traditional knowledge. But to understand this statement the knowledge acquired in the groups selected for this study must be understood.

While social contacts were mentioned to provide most knowledge acquisition strategies, for example asking the grandparents for something against a cough, the bulk of the knowledge did not originate from those strategies. What originated mostly from early memories in a family context was the interest in plant-related topics, the outdoors and gardening, including growing plants for medical use cases. This childhood interest then, often after a short period of disinterest towards this topic, turned into self-interest. Throughout all groups, books and later the internet were dominating and although the older generation grew up without it, usage increased also in the older age group. The knowledge grew over time and was mostly orientated towards the use cases of one's own or one's social surrounding needs. Those information strategies were built on horizontal knowledge transfer and do not necessarily fall under traditional knowledge acquisition. If information is easily accessible also outside of native species the local ecological knowledge expands and grows whereas the traditional part may shrink. Due to convenience and a broader range of knowledge, those traditional knowledge transmission patterns were reported to be less frequently used which could result in a loss of traditional knowledge. This loss is potentially though because knowledge acquired vertically throughout generations is often done in a non-written form. Although many books exist mapping local flora and fauna, for example (Jäger, 2017), the traditional use cases and preparation might be lost. Because most taxa, especially the most common ones, can be found locally though, this loss is neither absolute nor proven to happen in the sample region.

When Mattalia et al. (2020) studied the Hutsuls, which population is divided by the border between Romania and Ukraine there was a difference in knowledge acquisition strategies too. While the Romanian part of the population only gained knowledge from few sources, the Ukrainian part used a broader pool (Mattalia et al., 2020). This effect cannot be seen across the former border nowadays in Germany but across generations across the former border. Probably the most interesting aspect in this matter is the acceptance of the older generation in Germany of the internet as an additional and broad source of information. Change in local ecological knowledge might not necessarily be a bad thing but inevitable. With climate change, the climate in Northern Germany will change too, which might drive native species away and let new species become at least domestic (Nature editorial, 2020).

This study cannot answer the question of how many of the known taxa can be considered as part of traditional knowledge, but others certainly cannot be considered as such, including *Salvadora persica* L. and *Harpagophytum procumbens* (Burch.) DC. ex Meisn. Both are originally from Africa and are definitely not native. Traditional knowledge, however, was found as well. Preparing a tea from *Salvia* spp. against cough is one example of such knowledge or drinking a tea from *Mentha* L. or *Mentha x piperita* L. against stomach complaints.

All groups were affected by the shift of knowledge transmission strategies due to the older generations increasing use of the internet. The age group that seems least affected by a shift in knowledge acquisition is the older Rostock region age group due to their, compared to the other groups, lower frequency of internet and book usage. A large part of knowledge still originated from family and especially neighbours in the allotment garden areas. Despite this, the knowledge has no belief component or special cultural place as traditional plant-related knowledge often has (Olsson & Folke, 2001). During the initial search of potential interviewees sometimes people answered that they do not know enough to give an interview and that they were not such 'freaks' or that down the street they know some 'witches' which could maybe help with this study. Those phrases did not seem to be meant offensive but left a bitter taste due to the connotations of those words. What stays is that such knowledge is seen as something extraordinary and words with a negative connotation were used to describe knowledgeable people. But those 'freaks' or how this study likes to call them better, non-professional experts, adapted their knowledge to the current Covid-19 situation and claimed knowing taxa helping in the case of infection. If those taxa help in a Covid-19 context, which needs to be verified, this could be an example of traditional knowledge and its importance. This finding fits the efforts of Pieroni et al. (2020) which found that local communities around the world repurposed plant-based self-medication techniques for treating flu-like and other respiratory sicknesses to treat Covid-19.

### 4.3 School related knowledge acquisition

School plays a neglectable role when it comes to medicinal plant knowledge transfer. In the rare cases in which participants noted that they received plant-related education in school the focus mostly was set on arable crops. As schools are institutions where knowledge is transmitted, it was interesting to see that plant-related knowledge was apparently vastly ignored. Another explanation is, that the participants just could not remember learning about related topics but given the stated interest many had from their youth, this seems unlikely. This must be accepted as a reality at least within this study, that school did not play a role in medicinal plant-related knowledge transfer and only occasionally in other forms of local ecological knowledge transfer for example when it comes to education about local trees.

### 4.4 The shifting role of gardening

Gardening played an important role in the lives of the interviewees. This might be the reason why they decided to engage in gardening activities, but it illustrates dynamics as well. While the older generation at least in their early years remembered gardening associated with counteracting scarcity, it nowadays is more of a hobby and chosen lifestyle. Again, differences can be observed in the way that in Bremen gardens were, at least perceived by the author of this study, more focused on leisure activities whereas the land used to grow plants for food purposes was larger in Rostock. One possible explanation for this is that the period of scarcity is closer to today in Rostock than it is in Bremen. However, the trend, also with the older age group, converges, meaning that the older age group dedicated less and less of their gardens to growing crops and the younger generation increasingly did the opposite in an attempt to counteract industrial food and medical supplies to consume fewer toxic residues from for examples fertilizers. Another reason seemed to be an increasing environmental motivation where large agricultural firms were additionally made responsible for environmental damage in the production phase. So, while the older age group partly had to grow their own supplies including medicinal plants the younger one chooses so as the older one does nowadays too. There were cases established before, which were still based on needs, but mostly it is done out of the choice to self-medicate. It is known that the pharmacies offer solutions that can be more potent but in mild cases, self-medication is preferred and with a garden and access to the internet

and thereby vast amounts of knowledge new growing methods or plants were tried out frequently. The combination of free disposable time, access to fertile soil and access to knowledge might increase local ecological knowledge because often non-native taxa do grow in the respected regions and have medicinal related use cases. Moreover, the garden itself is often referred to as curing itself. Being outside and surrounded by plants and growing them was often described as calming, relaxing, and healing.

It was mentioned that the older Rostock group might have been most exposed to traditional knowledge. This can also be supported with the gardening structure in Rostock during the GDR-time. Allotment gardens were seen as a way to escape state surveillance and consequently, much time was spent there (Malycha, 2011). It was reported that information was shared often over the fence with neighbours which normally would only count as local ecological knowledge transfer. van den Boog, van Anandel, and Bulkan (2017) described a refined version of traditional knowledge passing established by Ruiz-Mallén et al. (2013) where traditional knowledge is passed throughout generations but in three ways (van den Boog, van Anandel, & Bulkan, 2017); Vertically within a family throughout generations, horizontally between peers and vertically outside of the family (Ruiz-Mallén et al., 2013). The latter two versions might be especially prevalent in the Rostock region in the older age group compared to the others because their participants claimed to often exchange knowledge over the fence and often with from their younger self's perspective older other gardeners. This is, however, highly speculative.

Everywhere participants were proud of their gardens at least to a certain degree. This pride can indicate on what the interviewees set their focus on. The interviews conducted were designed around extracting medicinal plant-related knowledge and usage, but as soon as the conversation drifted towards food-related taxa, participants normally used the chance to talk about their grown food taxa. While extracting medicinal taxa related information was often a lengthy process food-related knowledge was a more natural conversation to have for many participants, whereas medicinal plants often were thought of as a nice to have. This makes sense because food is consumed daily and besides in the form of teas, those medicinal plants were only consumed in cases of health-related complaints. This is especially obvious when kitchen herbs were often only mentioned in

food-related topics whereas by few they were described as part of daily used plants but also in cases of sickness.

If participants knew many medicinal use case related taxa, this mostly meant they were interested in this topic from a hobby perspective. Only few of the participants did collect medicinal or any taxa outside of their gardens. There is, however, a small group that identifies with a community that explores edible wild plants. Interestingly ethnobotany often tries to map such knowledge and usage and establish an understanding of what can be seen as edible wild plants and the importance of such knowledge (Sõukand & Kalle, 2015). In this study, however, this type of knowledge did not seem to be widely prevalent. Its absence reached a degree in which it is for some now a hobby to learn and educate themselves about wild growing native taxa and how they can be used and prepared. Two of those people were encountered. One in the younger Bremen and one in the older Rostock age group. Their hobby and the associated accumulated knowledge outperformed that of most others including those who claimed to rely on self-sufficiency when they were younger. Their understanding of those plants also differed from most others. They did mostly not separate between the medicinal characteristics of a taxa and the all-day edibility and claimed that by frequently taking small portions of a variety of plants in, they could escape getting sick in the first place for most of the time. In cases where they got sick, however, they knew more plants and more diverse use cases than most other participants. So, this well-established hobby of them newly learning about plant taxa and their possible applications granted them a deeper knowledge in a topic which seems to be, at least in Northern Germany, almost forgotten. Maybe this is why traditional ecological and in the case of this study traditional medicinal plant-related knowledge is important to map and preserve before it is lost because it can increase public health and in cases of sickness help treat those sicknesses in a way with fewer side effects with which modern medicine, although more potent, comes with. To achieve this, stigma plays a role too as established by Cruz García (2006) and those must be overcome, also in Northern Germany.

#### **4.5 Why are medicinal taxa not used more widely?**

So that is limiting a more widespread use and knowledge about medicinal plants? Necessity is the single biggest contributor to the answer to this question. If there is no necessity in engaging medicinal plant-related knowledge, then it becomes, at least in the case of Northern Germany, a hobby and not everyone seems to be willing to spend time on a topic with limited or more difficult use cases. To make a long story short, why bother spending time on growing a plant or collecting it wild which might help with a headache when going to a pharmacy and buying cheap and more effective pain killers is a viable option? And even if phytotherapy is practised pharmacies or other shops were selling the needed plant parts which leave no reason in the pure treatment context of going through the process of growing or collecting the plant first. Additionally, those plants grow mostly out of the season of one of the most widespread applications, colds, and related symptoms. Thereby the plants do not only need to be grown but also made durable until one gets sick which is additional effort especially compared to going to a shop and buying the same product with way smaller effort. If medicinal taxa were grown or collected and used the easily accessible parts were preferred like aerial parts such as leaves. This limits the full range of potential use cases of plants.

#### **4.6 Limitations of this thesis**

This thesis is limited by multiple factors. The most basic limitations are slightly different climatic circumstances and a different soil composition which can have an effect on which taxa naturally grow in which site and thereby influencing local ecological knowledge making a comparison difficult. The next limitation is the sample selection. With choosing a mixture between a convenient and a judgemental sampling strategy aimed at garden owners or tenants the sample taken for this study is not representative of the whole population so generalized statements were difficult to make. No herbarium was created which left the German plant names indicated by the participants as the sole indicator to identify the plants used. This creates two problems. The first is that they might have said they used a certain plant but actually were wrong and unconsciously used another plant. The second is that German plant names often could not be tracked straight to the (complete) scientific name of the mentioned taxon. Both problems might interfere with possible results. The size of the sample is yet another limitation of this research

that must be considered. With seven and one time six participants per group the sample size is very small, further complicating generalizations. Therefore, the results were also driven by the impression of the author during the fieldwork. In general, it was hard to find participants with a long family history in the respective region. Many claimed that at least parts of their family originally come from other regions, especially those ones within the German borders of 1939. It is possible that they brought knowledge from their original region and might have taught it to the participants of this study. Potential interviewees for the older age group were more abundant in the allotment garden areas which might have influenced the outcomes. Since there is no reference group, it cannot be said whether knowledge in general amongst the population is higher or lower than among allotment garden tenants. Furthermore, due to the prevailing Covid-19 pandemic in Europe and the associated restrictions, it was not possible to conduct the interviews during the most promising season to find tenants in their gardens, which would have been the sowing season in spring. Due to time restrictions, it was also not possible to shift the interview time to the harvesting season in autumn. Thus, the interviews were conducted during an unfavourable season in summer, where plants usually need less care and attention from their owners and therefore fewer tenants were present in the gardens. This effect was strengthened by often rainy weather. Personal biases could have occurred such as age proximity to some interviewees or a feeling of connectedness to others. Those biases can be prevalent only in the interviews or could have started already in the design of the questions or even earlier in the process of choosing a study site. The author lived for three years in Rostock and before that in Western Germany. The aim of the questions is the last identified limitation of this study. The question would have yielded different answers if aimed at other areas of interest or simply by shifting the focus of the questions to other areas of the research.

## 5 Conclusion

In total 121 taxa were identified used by non-professionals in a medicinal context. In the Bremen region, 88 taxa were found and in the Rostock region 65. Only 24 taxa were mentioned more than 2 times. The median number of medicinal taxa used per interviewee per group is higher in Rostock than it is in Bremen and higher in the older than in the younger age group. This indicates broader knowledge of medicinal taxa in Rostock compared to Bremen and in the older compared to the younger age group. The identified taxa were mostly used for common sicknesses relating to digestive complaints and cold-related symptoms. Easily accessible parts of the plants were preferred to use, mainly aerial parts like leaves, and were prepared mostly as tea, extract or were directly eaten.

The knowledge acquisition processes of the non-professionals varied. The first interest in medicinal plant-related knowledge often originates in the childhood of the interviewees. Often family members spark their interest and growing up with access to a garden can be seen as a factor positively influencing interest in medicinal taxa. However, the bulk of knowledge is normally acquired during the adult life of the interviewees and is dominated by self-interest with the most prevalent sources for knowledge being books and after it became accessible the internet. Learning often is also driven by a necessity. This is especially prevalent in the older Generation which suffered from scarcity after the second world war. A certain degree of self-sufficiency also from a medicinal perspective was necessary and thereby knowledge was acquired by necessity, not choice. This necessity remained longer for the Rostock region group as a planned economy existed in the German Democratic Republic which resulted in scarcity until 1991. Other necessities, unlike war or mismanagement related scarcity, exist until today. One of the two most important modern necessities found were not being cured by the current healthcare system which resulted in self-medication often with a phytotherapeutic approach. The second one consisted of distrust towards industrial agriculture and the pharmaceutical industry and results in a felt need to operate self-sufficient to a certain degree to know the origin of consumed foods and medicine. All necessities result in self-interest-based knowledge acquisition mostly aimed at sicknesses or personal identified needs. Knowledge acquisition was found to change towards internet usage, but books remain popular as a source for knowledge.

The biggest difference in the Rostock and Bremen region is possibly that the necessity for medicinal self-sufficiency, at least partly, existed longer in the Rostock sample region than it was for Bremen. This was caused by the economic system of the GDR. Dealing with medicinal plants as a hobby seems also more widespread in the Bremen region which increases the number of taxa known in there and thereby the average number of taxa known per interviewee in this group. Due to it being a hobby though the consistency of medicinal taxa usage is lower in Bremen with a median of 6 taxa used per interviewee compared to 8,5 in the Rostock region. Another difference was identified in the gardening culture in which most participants grew their medicinal plants in. In Bremen, gardens were more often used for leisure while in Rostock the influence of productivity-based kitchen gardens, even if mitigated, remained.

Differences were also identified between the two age groups. The older age group often acquired a larger part of their knowledge from their social environment with family members on the forefront. Their knowledge grew over time and is often shaped by necessity. While the younger age group identified their own necessities, those differ from scarcity resulting from war or mismanagement as the older generation experienced. In addition, the younger age group uses the internet more frequently and more naturally as their main knowledge source and thereby acquires knowledge differently from the start than the older age group did.

School education played a negligible role when it comes to knowledge acquisition related to medicinal plants in any age group or location.

Since Germany is one country for more than 30 years by now and the older age group is getting used to using the internet and scarcity is absent, approximation between the age groups and geographical locations can be observed. In Rostock, maximum productivity garden numbers seem to decline and the younger generation with their urge for independence and self-sufficiency follow shared goals with the older age group now. The increasing usage of the internet and before books as a source might cause a decline in traditional ecological knowledge as knowledge is not acquired by family or

other locals to an extensive amount anymore and is increasingly detached from native species. This, however, might increase local ecological knowledge because new taxa were tried to cultivate sometimes in addition to native ones, sometimes as a replacement. In a worst-case scenario, a widespread decline in traditional knowledge results in the loss of such knowledge.

Further research should be conducted in the future. A larger sample size might help to map the medicinal plant-related knowledge in a more representative way. Additionally, further investigation is needed to determine which part of the mapped knowledge can be considered traditional ecological knowledge in an effort to preserve this kind of knowledge. Finally, the validity of the mapped knowledge could be further investigated where the stated use cases could be examined in front of possible quantifiable health improvements.

## 6 Bibliography

- Akgul, Ali et al. (Dec. 2018). “An Ethnobotanical Study in Midyat (Turkey), a City on the Silk Road Where Cultures Meet”. In: *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine* 14.1, pp. 1–18. ISSN: 1746-4269. DOI: 10.1186/s13002-017-0201-8.
- Andersen, Uwe et al. (2013). *Handwörterbuch des politischen Systems der Bundesrepublik Deutschland*. Springer VS.
- BBSR (2019). *Kleingärten im Wandel: Innovationen für verdichtete Räume*. Bonn: Bundesinstitut für Bau-, Stadt,- und Raumforschung im Bundesamt für Bauwesen und Raumordnung. ISBN: 978-3-87994-252-7.
- Berkes, Fikret, Johan Colding, and Carl Folke (Oct. 2000). “Rediscovery of Traditional Ecological Knowledge Knowledge as Adaptive Management”. In: *Ecological Applications* 10.5, pp. 1251–1262. ISSN: 1051-0761. DOI: 10.1890/1051-0761(2000)010[1251:ROTEKA]2.0.CO;2.
- BGR (2014). *Bodenübersichtskarte von Deutschland 1:3.000.000*. Bodenübersicht.
- Brunner, Detlev and Günther Heydemann (2021). *Die Einheit und die Folgen: eine Geschichte Deutschlands seit 1990*. Schriftenreihe / Bundeszentrale für politische Bildung Band 10811. Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung. ISBN: 978-3-7425-0811-9.
- Buhtz, Martina and Weeber+Partner, eds. (2008). *Städtebauliche, ökologische und soziale Bedeutung des Kleingartenwesens*. Bundesamt für Bauwesen und Raumordnung. Bonn: Selbstverlag des Bundesamtes für Bauwesen und Raumordnung. ISBN: 978-3-87994-465-1.
- Conze, Eckart (2009). “Das Atomzeitalter Und Die Bipolarität Der Welt”. In: *Oldenbourg Geschichte Lehrbuch*. Second. München: R. Oldenbourg Verlag, pp. 133–146.
- Cruz García, Gisella Susana (Dec. 2006). “The Mother – Child Nexus. Knowledge and Valuation of Wild Food Plants in Wayanad, Western Ghats, India”. In: *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine* 2.1, pp. 1–6. ISSN: 1746-4269. DOI: 10.1186/1746-4269-2-39.
- DGfM (2022). *Deutsche Gesellschaft für Mykologie Checkliste*. <https://www.dgfm-ev.de/> (09.02.2022).
- Dülffer, Jost (2004). “Europa im Ost-West-Konflikt 1945-1991”. In: *Oldenbourg Grundriss der Geschichte*. Vol. 18. München: R. Oldenbourg Verlag, pp. 39–71.
- DWD (2022a). *Bremen Annual Average Precip.* [https://www.dwd.de/DE/leistungen/kvo/niedersachsen\\\_bremen.html](https://www.dwd.de/DE/leistungen/kvo/niedersachsen\_bremen.html) (10.02.2022).
- (2022b). *Bremen Annual Average Temperature*. [https://www.dwd.de/DE/leistungen/kvo/niedersachsen\\\_bremen.html](https://www.dwd.de/DE/leistungen/kvo/niedersachsen\_bremen.html) (10.02.2022).
- (2022c). *Rostock Annual Average Precipitation*. <https://www.dwd.de/DE/leistungen/kvo/mecklenburg-vorpommern.html> (10.02.2022).

- (2022d). *Rostock Annual Average Temperature*. <https://www.dwd.de/DE/leistungen/kvo/mecklenburg-vorpommern.html> (10.02.2022).
- GBIF (2022). *VH/de Virtuelles Herbarium Deutschland*. <https://www.dgfm-ev.de/> (13.02.2022).
- Götz, Albert (1996). “Vom Blauen Band zur Grundberührung: Die deutsche Schiffbauindustrie von 1850 bis 1990”. In: *Vierteljahrschrift für Sozial- und Wirtschaftsgeschichte* 83.2, pp. 155–179.
- Jäger, Eckehart J., ed. (2017). *Rothmaler - Exkursionsflora von Deutschland. Gefäßpflanzen: Grundband*. Twenty-first. Vol. Gefäßpflanzen: Grundband. Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg. ISBN: 978-3-662-49707-4 978-3-662-49708-1. DOI: 10.1007/978-3-662-49708-1.
- Malycha, Andreas (Mar. 2011). “Geschichte der DDR”. In: *Informationen zur politischen Bildung* 312, pp. 1–83.
- Mamun, Abdullah-Al (May 2010). “Understanding the Value of Local Ecological Knowledge and Practices for Habitat Restoration in Human-Altered Floodplain Systems: A Case from Bangladesh”. In: *Environmental Management* 45.5, pp. 922–938. ISSN: 0364-152X, 1432-1009. DOI: 10.1007/s00267-010-9464-8.
- Mattalia, Giulia et al. (Dec. 2020). “Knowledge Transmission Patterns at the Border: Ethnobotany of Hutsuls Living in the Carpathian Mountains of Bukovina (SW Ukraine and NE Romania)”. In: *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine* 16.1, pp. 1–41. ISSN: 1746-4269. DOI: 10.1186/s13002-020-00391-3.
- McMillen, Heather (June 2012). “Ethnobotanical Knowledge Transmission and Evolution: The Case of Medicinal Markets in Tanga, Tanzania<sup>1</sup>”. In: *Economic Botany* 66.2, pp. 121–131. ISSN: 0013-0001, 1874-9364. DOI: 10.1007/s12231-012-9201-8.
- Möller, Robert (Jan. 2011). *Atlas zur deutschen Alltagssprache*. Übersichtskarte.
- Müller, Philipp (1997). “Seminararbeit, 1997 28 Seiten”. Seminararbeit. München.
- Naess, Lars Otto (Mar. 2013). “The Role of Local Knowledge in Adaptation to Climate Change: Role of Local Knowledge in Adaptation”. In: *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change* 4.2, pp. 99–106. ISSN: 17577780. DOI: 10.1002/wcc.204.
- Nature editorial (May 2020). “Shifting Habitats”. In: *Nature Climate Change* 10.5, pp. 377–377. ISSN: 1758-678X, 1758-6798. DOI: 10.1038/s41558-020-0789-x.
- Nuhn, Helmut (1997). “Vom maritimen Tor zur Welt zum Regionalhafen für die Ostsee”. In: *Europa Regional* 5.2, pp. 8–22.
- Olsson, Per and Carl Folke (Mar. 2001). “Local Ecological Knowledge and Institutional Dynamics for Ecosystem Management: A Study of Lake Racken Watershed, Sweden”. In: *Ecosystems* 4.2, pp. 85–104. ISSN: 1432-9840, 1435-0629. DOI: 10.1007/s100210000061.
- Ozturk, Munir et al. (2018). “Herbals in Iğdır (Turkey), Nakhchivan (Azerbaijan), and Tabriz (Iran)”. In: *Plant and Human Health*. Ed. by Munir Ozturk and Khalid Rehman

- Hakeem. Vol. 1. Cham: Springer International Publishing, pp. 197–266. ISBN: 978-3-319-93996-4 978-3-31 9-93997-1. DOI: 10.1007/978-3-319-93997-1\_6.
- Pieroni, Andrea and Charlotte Gray (July 2008). “Herbal and Food Folk Medicines of the *Russlanddeutschen* Living in Künzelsau/ Taläcker, South-Western Germany: *RUSSLANDDEUTSCHEN HERBAL FOLK MEDICINES*”. In: *Phytotherapy Research* 22.7, pp. 889–901. ISSN: 0951418X. DOI: 10.1002/ptr.2410.
- Pieroni, Andrea and Renata Sõukand (July 2017). “Are Borders More Important than Geographical Distance? The Wild Food Ethnobotany of the Boykos and Its Overlap with That of the Bukovinian Hutsuls in Western Ukraine”. In: *Journal of Ethnobiology* 37.2, pp. 326–345. ISSN: 0278-0771, 2162-4496. DOI: 10.2993/0278-0771-37.2.326.
- Pieroni, Andrea et al. (Dec. 2020). “Taming the Pandemic? The Importance of Homemade Plant-Based Foods and Beverages as Community Responses to COVID-19”. In: *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine* 16.1, pp. 1–9. ISSN: 1746-4269. DOI: 10.1186/s13002-020-00426-9.
- Rat, Parlamentarischer (Mar. 1949a). *Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland Art 13*.
- (Mar. 1949b). *Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland Art 20*.
- RBGK (2022a). *Index Fungorum Database*. <http://www.indexfungorum.org/> (12.10.2022).
- (2022b). *Plants of the World Online*. <https://powo.science.kew.org/>.
- Reyes-García, Victoria et al. (Dec. 2005). “Knowledge and Consumption of Wild Plants: A Comparative Study in Two Tsimane’ Villages in the Bolivian Amazon”. In: *Ethnobotany Research and Applications* 3, pp. 201–209. ISSN: 1547-3465. DOI: 10.17348/era.3.0.201-208.
- Ruiz-Mallén, Isabel et al. (Oct. 2013). “Children’s Use of Time and Traditional Ecological Learning. A Case Study in Two Amazonian Indigenous Societies”. In: *Learning and Individual Differences* 27, pp. 213–222. ISSN: 10416080. DOI: 10.1016/j.lindif.2012.12.012.
- Schubert, Ernst (2002). “Novgorod, Brügge, Bergen und London: Die Kontore der Hanse”. In: *Concilium medii aevi* 5, pp. 1–50.
- Schultes, Richard Evans (Apr. 1994). “The Importance of Ethnobotany in Environmental Conservation”. In: *American Journal of Economics and Sociology* 53.2, pp. 202–206. ISSN: 0002-9246, 1536-7150. DOI: 10.1111/j.1536-7150.1994.tb02586.x.
- Schwarzer, Thomas (Dec. 2021). *Armut in Bremen*. Tech. rep. Bremen: Arbeitnehmerkammer, pp. 1–6.
- Simmonds, Monique S.J. (2009). “Opportunities and Challenges for Ethnobotany at the Start of the Twenty-First Century”. In: *Plant-Derived Natural Products*. Ed. by Anne E. Osbourn and Virginia Lanzotti. New York, NY: Springer US, pp. 127–140. ISBN: 978-0-387-85497-7 978-0-387-85498-4. DOI: 10.1007/978-0-387-85498-4\_5.

- Sõukand, Renata (Dec. 2016). “Perceived Reasons for Changes in the Use of Wild Food Plants in Saaremaa, Estonia”. In: *Appetite* 107, pp. 231–241. ISSN: 01956663. DOI: 10.1016/j.appet.2016.08.011.
- Sõukand, Renata and Raivo Kalle (2015). “Emic conceptualization of a ‘wild edible plant’ in Estonia in the second half of the 20th century”. In: *Trames. Journal of the Humanities and Social Sciences* 19.1, pp. 15–34. ISSN: 1406-0922. DOI: 10.3176/tr.2015.1.02.
- Taherdoost, Hamed (2016). “Sampling Methods in Research Methodology; How to Choose a Sampling Technique for Research”. In: *International Journal of Academic Research in Management* 5.2, pp. 18–27. ISSN: 2296-1747. DOI: 10.2139/ssrn.3205035.
- van den Boog, Tim, Tinde van Andel, and Janette Bulkan (Dec. 2017). “Indigenous Children’s Knowledge About Non-timber Forest Products in Suriname”. In: *Economic Botany* 71.4, pp. 361–373. ISSN: 0013-0001, 1874-9364. DOI: 10.1007/s12231-017-9400-4.
- van Eimeren, Birgit and Christa-Maria Ridder (Jan. 2011). “Trends in der Nutzung und Bewertung der Medien 1970 bis 2010”. In: *Media Perspektiven* 1, pp. 2–15.
- Wengst, Udo (2003). “Kalter Krieg und geteiltes Deutschland (1945-1991)”. In: *Einführung in die Zeitgeschichte*. C.H. Beck, pp. 171–228. ISBN: 3 406 50246 6.
- Wikimedia (2022). *Map of Germany*. [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/0d/Germany\\_location\\_map.svg](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/0d/Germany_location_map.svg).
- Zarger, Rebecca K. and John R. Stepp (June 2004). “Persistence of Botanical Knowledge among Tzeltal Maya Children”. In: *Current Anthropology* 45.3, pp. 413–418. ISSN: 0011-3204, 1537-5382. DOI: 10.1086/420908.

# 7 Appendix

## 7.1 Acknowledgements

While writing this thesis I received lots of help and guidance. First of all I want to thank *Prof. Ph.D. Renata*, my supervisor, for the opportunity to write a thesis in this field. Her guidance through the planing and writing process always improved my work while leaving enough space so I was challenged enough to also grow independently. The same goes for *Ph.D. Student Yuliya Prakofyeva* who always answered my questions in a timely and direct manner.

I also want to thank the University of Venice for the opportunity to study Sustainable Development and providing the infrastructure for my learning. The same is true for the University of Graz. I am very grateful I was able to stay in Austria and receive the second part of my education from this masters there. From the University of Graz my thanks go especially to *Assoz. Prof. Dipl.-Ing. Dr.rer.nat Thomas Brudermann* who agreed to be my second reader. I could not have finished my studies if he would not have agreed to do so.

Special thanks go to all the participants who shared their knowledge, stories and time with me. I wish them the best and was happy to be their guest, sometimes drinking tea and receiving self-grown presents.

Finally I want to thank my hard working proofreaders. While the contents and the writing is done by myself, I am more than grateful that no-one must read my text unproofread. So this thanks goes to Annechien Hoeben and especially Magdalena Karnassnigg for proofreading and the much needed emotional support.

## 7.2 Interview guideline

It was asked for other plants in the garden and otherwise in ownership of the interviewee like arable crops and ornamental plants; For herbs which were used as spices or seasoning or everything the interviewee came up with which he might think of as related or relevant. Additionally, it was asked for which part the interest was there first, medicinal use case plants, arable crops and related plants such as fruits or ornamental plants.

- The interviewee was specifically asked if they used and or grew anything for a respiratory use case.
- The interviewee was specifically asked if they used and or grew anything for a digestive use case.
- Why did an interviewee have or wanted a garden?
- What was the interviewees opinion on self-sufficiency?
- From whom did they learn about the usage of plants, gardening and in particular the usage of medicinal plants?
- When was the knowledge about medicinal plant usage acquired?
- Did parts of the knowledge were learned in school? Were there dedicated courses for plant and/ or medicinal plant usage?
- Was knowledge about plants and their usage, particularly medicinal plants, acquired at home from family members? If so, from which?
- Were Friends or other peers involved in the knowledge acquisition process?
- Was the knowledge acquisition process for medicinal plants based on self-interest or on passive input by others? If it was self-interest, where and when did it come from?
- Was a book owned which was used to self-inform about medicinal plants and other plants?
- Was the Internet used to self-educate about medicinal plants and their usage?
- Did this happen randomly with a search engine or at specific places?
- During growing up, did the interviewee have access to a garden?
- Did the interviewee grow up with contact to their parents and grandparents or at least some of them? When, with which did they grow up?
- Did the interviewee ever have had professional contact to medicinal plants in a way that money was earned with it?
- Where was the interviewee born and did grow up? (This question was asked again for the audio file)
- Where were the interviewees parents and grandparents originally from?
- In which year was the interviewee born?

- What was the interviewees highest level of education?
- Would the interviewee identify as curious?
- Did the interviewees claimed liking the outsides?
- Did the interviewee drink tea often?
- Was a special diet followed by the interviewee? If so, because out of necessity or chosen based on preference?

## **7.3 Transcripts of Interviews**

### **7.3.1 Interviews Bremen younger age group**

#### **7.3.1.1 Interview BY 1**

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** So, dann schauen wir mal wie gut das Gerät bei Wind funktioniert. (interrupted by participant) Also, Hallo. (interrupted by participant) Sie sind hier aus Bremen (interrupted by participant)
- 2 [0:00:06.8] **Participant:** Ja (interrupted by interviewer sign of attention), genau.
- 3 [0:00:07.9] **Interviewer:** Und haben auch äh Pflanzen, Heilpflanzen im Garten (interrupted by participant) und wollen mir dazu jetzt ein bisschen was erzählen.
- 4 [0:00:13.1] **Participant:** Richtig! Viel gibt es da glaube ich nicht zu erzählen, aber das Übliche: Melisse, Zitronenmelisse, ähm
- 5 [0:00:20.1] **Interviewer:** Wofür verwenden sie das dann?
- 6 [0:00:21.5] **Participant:** Meistens für Tee tatsächlich, ähm Pfefferminze, Salbei
- 7 [0:00:26.1] **Interviewer:** Gegen was?
- 8 [0:00:27.0] **Participant:** Pfefferminze gegen Magen- und Darmbeschwerden (interrupted by interviewer sign of attention) tatsächlich. (interrupted by interviewer sign of attention) Man denkt immer: Oh Pfefferminze gut für den Hals, ne tatsächlich Magen und Darm. Ähm Salbei bei Husten zum Beispiel. Himbeerblätter freut sich jede Schwangere drüber.
- 9 [0:00:40.7] **Interviewer:** Ja? Wieso (interrupted by participant) das?
- 10 [0:00:41.9] **Participant:** Ja! Sollen Wehen re äh Wehentätigkeiten anregen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Öhm ja und ansonsten alles was hier so krecht und fleucht. Also man findet hier auch mal einen Spitzwegerich gegen Husten zum Beispiel, oder der is auch äh hat auch 'ne antiseptische Wirkung, wenn man drauf rum kaut, kann man den wunderbar auf frische Wunden legen. Mit solchen Sachen.
- 11 [0:01:00.8] **Interviewer:** Okay. Interessant, Interessant! Und das, das ist das was sie hier im Garten auch haben?
- 12 [0:01:05.6] **Participant:** Richtig!
- 13 [0:01:06.4] **Interviewer:** Sie meinten Spitzwegerich wächst dann eher so (interrupted by participant) und den Rest
- 14 [0:01:09.4] **Participant:** Genau, der ist, der ist immer überall irgendwo zwischen. (interrupted by interviewer sign of attention) So den müsste man theoretisch wenn man ganz penibler 'n peniblen englischen ge Rasen haben möchte, müsste man den ausstechen. (interrupted by interviewer sign of attention) Das mache ich nicht, ich ähm mäh' die immer mit weg, aber ich weiß, wenn ich ihn äh brauche, wie er aussieht und äh würde notfalls drauf rum kauen.
- 15 [0:01:26.4] **Interviewer:** Okay. Aber das ist interessant. Das heißt, dass sie Teile anbauen, aber auch Teile dann einfach benutzen wenn sie sie grade finden (interrupted by participant) oder wenn sie sie grade brauchen.
- 16 [0:01:32.3] **Participant:** Genau, richtig.
- 17 [0:01:34.2] **Interviewer:** Wissen sie, woher sie das haben, also von wem haben sie das gelernt?
- 18 [0:01:38.7] **Participant:** Ähm viel von meinem Großvater und tatsächlich habe ich eine Ausbildung für frei verkäufliche Arzneimittel Anfang 2000 irgendwann mal vor 20 Jahren mal gemacht.

- 19 [0:01:46.9] **Interviewer:** Also hätten sie auch, also würden sie sagen sie haben professionellen Kontakt zu (interrupted by participant) Heilpflanzen?
- 20 [0:01:49.9] **Participant:** Äh man hat, ja, irgendwie schon. Man hat halt, man musste das machen, wenn man im Einzelhandel gearbeitet hat und ich hab' einfach alles positive daraus mitgenommen.
- 21 [0:01:57.3] **Interviewer:** Okay. Also von ihrem Opa und aus ihrer Ausbildung sagen sie. (interrupted by participant) Können sie sich an ihre Schulzeit erinnern? (interrupted by participant) Haben sie da mal was dazu?
- 22 [0:02:06.4] **Participant:** Wenig. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenig. (interrupted by interviewer sign of attention) Eher so, ne, welche Bäume gibt es? Wo wachsen die? Solche Sachen. Aber eher weniger mit welche Verwendung; Was könnte man damit machen?
- 23 [0:02:16.0] **Interviewer:** Also äh äh kommt das Wissen eher aus dem Privaten sagen (interrupted by participant) sie.
- 24 [0:02:18.5] **Participant:** Eher aus dem Privaten.
- 25 [0:02:19.7] **Interviewer:** Benutzen sie ähm Bücher in dem Bezug?
- 26 [0:02:22.1] **Participant:** Teilweise. Eher das Internet. Was man so (interrupted by interviewer sign of attention), eher das Internet, genau.
- 27 [0:02:27.4] **Interviewer:** Sind sie da in speziellen Foren unterwegs? (interrupted by participant) Oder einfach
- 28 [0:02:29.1] **Participant:** Nein! Ich, weil, ich ich fange an zu googlen und wenn's gut ist, dann les' ich halt weiter. So.
- 29 [0:02:33.2] **Interviewer:** Okay. Aber das, öh, das ist interessant. Ihre, Ihr Großvater ist der auch Ursprünglich aus der Region?
- 30 [0:02:39.1] **Participant:** Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Also der kommt aus'm aus'm Teufelsmoor.
- 31 [0:02:42.1] **Interviewer:** Ah Okay, ah okay. Interessant. Gut. Ich müsste kurz einmal in mein Büchlein reinschauen. (interrupted by participant) Was da noch so steht, ich habe mir das extra aufgeschrieben. Die Art von Interviews ist nämlich auch neu für mich. Von ihrem Großvater, dass war dann als sie jünger waren oder auch als sie älter (interrupted by participant) waren?
- 32 [0:03:03.8] **Participant:** Als Kind. (interrupted by interviewer sign of attention) Als Kind.
- 33 [0:03:06.8] **Interviewer:** Äh bauen sie auch andere Sachen an? Oder (interrupted by participant)
- 34 [0:03:09.9] **Participant:** Gemüse. (interrupted by interviewer sign of attention) In erster Linie. Ja.
- 35 [0:03:12.2] **Interviewer:** Äh, für sich selbst?
- 36 [0:03:13.0] **Participant:** Ja!
- 37 [0:03:13.8] **Interviewer:** Ähm, also machen sie das aus, aus, aus Spaß, oder aus Selbstversorgungszwecken, oder?
- 38 [0:03:19.3] **Participant:** Sone Mischung aus beidem. (interrupted by interviewer sign of attention) Doch klar! Also ich geh' auch Lebensmittel retten, wenn es sich anbietet, oder pflücke Brombeeren,

(interrupted by interviewer sign of attention) wo sie sonst keiner pflückt, oder gehe Bärlauch pflücken, wo sonst keiner Bärlauch pflückt und mach' da halt meine Sachen draus und klar, also auch ganz klar für die Selbstversorgung.

39 [0:03:34.7] **Interviewer:** Sind Sie gerne draußen?

40 [0:03:36.4] **Participant:** (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, klar! (interrupted by interviewer sign of attention) Natürlich. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)

41 [0:03:45.5] **Interviewer:** Also Sie haben damit irgendwas gemacht. Tee trinken sie auch gerne haben sie gesagt?

42 [0:03:51.7] **Participant:** Genau. (interrupted by interviewer sign of attention) Wollen wa rein? (interrupted by interviewer sign of attention) Ich had'n Dach über'm Kopf!

43 [0:03:57.0] **Interviewer:** Okay! Wir gehen grade rein, weil es anfängt zu regnen. Ich mache die Aufnahme kurz auf Pause.

44 [audio pause]

45 [0:04:05.1] **Interviewer:** Ah haben Sie eine spezielle Ernährungsweise, oder haben sie Allergien, Unverträglichkeiten (interrupted by participant) , Sachen auf die sie achten?

46 [0:04:09.4] **Participant:** Nein, gar nichts. Gar nichts.

47 [0:04:11.1] **Interviewer:** Nein? Interessieren sie sich für generell einen gesunden Lebensstil?

48 [0:04:16.3] **Participant:** Ich bin stets bemüht, glaube ich tri trifft's ganz gut. Klappt natürlich nicht immer, aber ich hab ne kleine Tochter, die wird 10 (interrupted by interviewer sign of attention) und da guckt man schon irgendwie dass man immer ausreichend Obst und Gemüse mit hat und mit gibt und auch selber dann sich was fertig macht. (interrupted by interviewer sign of attention) Relativ wenig Fleisch. Da guckste halt drauf. Solche Sachen.

49 [0:04:36.2] **Interviewer:** Na aber sonst, sie vertragen alles.

50 [0:04:37.9] **Participant:** Ich vertrag alles, ich öhm, leider (laughter). Manchmal wär das vielleicht auch ganz gut wenn nicht. (laughter)

51 [0:04:42.9] **Interviewer:** Ja, ich verstehe das ganz gut, ja. Ja geht mir genau so. Ja, aber können sie mir sagen, welches Interesse zuerst da war, oder haben sie das alles auf einmal mitbekommen. Also erste die die die Medizinpflanzen und dann das Gemüse, oder ist das alles auf einmal so gekommen?

52 [0:04:58.4] **Participant:** Das war immer, das war immer 'ne Kombination, (interrupted by interviewer sign of attention) weil immer 'n großer Garten vorhanden war (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm da machte man automatisch gleich alles mit. Also wenn du Tomaten angebaut hast, dann hast du geguckt, dass du 'n bisschen Petersilie und Schnittlauch im Haus hast. (interrupted by interviewer sign of attention) Solche Sachen, weil das einfach auch mit den Tomaten kombinierbar ist, so ne, das ist so ähm so das war ist gibt da gibts kein ich ver, also ich hab dann irgendwann auf dem Balkon angefangen, natürlich, klar, als kein Garten dann mehr da war.

53 [0:05:26.3] **Interviewer:** Wie lange haben sie den Garten jetzt hier (interrupted by participant) schon?

54 [0:05:27.8] **Participant:** Das vierte Jahr! (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm.

55 [0:05:29.7] **Interviewer:** Und damit sind sie dann auch glücklich, zufrieden oder (interrupted by

participant) eher nicht?

56 [0:05:32.8] **Participant:** Das ist mein einziges Hobby. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja!

57 [0:05:34.8] **Interviewer:** Fließt hier viel Zeit rein?

58 [0:05:36.7] **Participant:** Ja! Das sind knapp 500 m<sup>2</sup> (interrupted by interviewer sign of attention) und ich mache das alleine.

59 [0:05:41.5] **Interviewer:** Okay, also ihre Familie ist da, oder ihre Tochter, dass die mal mitkommt, oder hilft?

60 [0:05:46.2] **Participant:** Die öh, nö, also insofern ich sie nicht bespaßen kann hat sie kein Interesse.

61 [0:05:49.5] **Interviewer:** Okay, gut. Versuchen sie ihr Sachen aktiv beizubringen, oder mh (interrupted by participant) warten sie auf selbst (interrupted by participant) (inaudible)

62 [0:05:56.7] **Participant:** Ja, eher einfließen lassen. Ne, das ist tatsächlich einfließen lassen, also du fängst an die Sachen auszusäen, die also, ne vor 4 Jahren war sie noch'n Stück lütter, da hat sie dann gesehen wie es anfängt zu wachsen und solche Sachen, ähm, ich habe das auch nicht konkret beigebracht gekriegt. Ich war immer einfach nur mit dabei. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ähm fahr' damit tatsächlich, wenn ich links und rechts meine Nachbarn angucke am besten damit. Also links und rechts sind sie zwei Stunden am Tag am gießen (interrupted by interviewer sign of attention) und ich gieße fast gar nicht und es wächst und gedeiht trotzdem alles. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne. Also das ist so, ähm, bei mir wird gegossen klar, wenn's nötig tut, im Gewächshaus zum Beispiel, da kommst'e nicht drum rum, aber ansonsten, dass ich jetzt anfangen hier zwei Stunden lang irgendwie mit'm Wasserschlauch durch die Gegend zu rennen irgendwie um meine Blumen zu gießen - das mach' ich nicht.

63 [0:06:39.0] **Interviewer:** Okay. Also dann sagen sie praktisch das liegt das daran was die Nachbarn anbauen, oder wie sie Sachen machen?

64 [0:06:48.9] **Participant:** Ne, also es ist schon viel bunter bei denen und solche Dinge, aber die haben auch viel mehr Arbeit (interrupted by interviewer sign of attention) mit den normal gängigen Sachen, wie zum Beispiel, dass das eben weiter alles blüht, verblühte Blüten runter schneiden, so und hier ist es schon so ein Ort, das soll eigentlich eher so'n Ort sein um bisschen runterzukommen, raus zu kommen, sich'n bisschen zu erden. Mit den mit den Händen in der Erde zu wühlen auch so und das klappt hier hervorragend und wenn ich irgendwas anbauen will, dann baue ich das an, also meine Schnecken halten sich in Grenzen, also wenn man in andere Regionen im Moment guckt muss das ganz furchtbares Gartenjahr sein. Alle haben se Tomatenfäule, ähm (interrupted by interviewer sign of attention)

65 [0:07:21.8] **Interviewer:** Da war ich in jetzt schon einigen Gärten drin, da war, ja, äh (interrupted by participant) sehr viel Schnecken.

66 [0:07:24.9] **Participant:** Also öh, des extrem viele Schnecken, extrem viel Garten, ähm Tomatenfäule, also so das wirklich die kompletten Tomaten wegschmeißen kannst. (interrupted by interviewer sign of attention) Irgendwie, ähm keiner konnte irgendwie vernünftig vorziehen, es ist nichts geworden und ich hab' ziemlich spät dieses Jahr angefangen mit unheimlich viel Arbeit, ich glaube Mitte Juni, hatten wir Pflanzen gekauft, weil ich's einfach auch verbaselt habe vorzuziehen, was aber tatsächlich jetzt mein Bonus ist. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich hab' tatsächlich alle blä meine Kohlbl Kohlraiblätter opfern müssen mit den Schnecken, oder teilen müssen, aber die Herzen wachsen weiter und so läuft es bei mir, also wenn die's haben wollen, dann soll'n sie's fressen und dann is' auch gut. (interrupted by interviewer sign of attention) So, und was kommt das kommt und was nicht kommt bleibt weg und das funktioniert tatsächlich immernoch am besten also ich sitz' da nicht und Stress mich, also meine Nachbarn (interrupted by interviewer sign of attention) und sitzen

jeden Tag im Gewächshaus (inaudible) und erzählt seinen Tomaten schmutzige Witze, damit sie endlich rot werden und ich sag ihm nur die ganze Zeit: "Du musst halt Geduld haben, (interrupted by interviewer sign of attention) sie sind noch nicht soweit". (interrupted by interviewer sign of attention) So. Und der macht das schon, ich weiß nicht, 20 Jahre oder sowas (interrupted by interviewer sign of attention), ne, und der sitzt trotzdem jeden Tag in seinem Gewächshaus und guckt ob endlich ne Tomate rot ist.

67 [0:08:22.7] **Interviewer:** Aa, das ist ja auch interessant. Ja. Mh, okay. Aber schön ham sie's auf jeden Fall, also (interrupted by participant) gefällt mir.

68 [0:08:32.9] **Participant:** Ich bin auch tatsächlich heute das erste Mal an 'nem Punkt wo ich denke:" Geil! Fertig!" (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Das erste (interrupted by interviewer sign of attention) Mal in 4 Jahren. (interrupted by interviewer sign of attention) Das kommt eigentlich nie vor, aber's ist jetzt grade wirklich so. Alle Beete sind entkrautet, irgendwie, es ist überall einigermaßen ordentlich, heute kann ich die letzten 4 Säcke Müll runterfahren und dann ist hier echt mal Ruhe. Der Rasen ist gemäht irgendwie so. Es ist tatsächlich jetzt mal geil.

69 [0:08:53.4] **Interviewer:** Okay. Ja aber es ist bisschen konträr zu dem was ich sonst so erfahren hab', äh mit ganz viel Arbeit und alles wächst ganz, ganz viel und alles was nicht wachsen soll wächst halt auch ganz (interrupted by participant) viel grade.

70 [0:09:02.8] **Participant:** Ja! Das tut's hier auch, keine Frage.

71 [0:09:04.9] **Interviewer:** Aber dann haben sie ja (interrupted by participant) gute Arbeit geleistet.

72 [0:09:06.1] **Participant:** Aber ich hab jetzt tatsächlich wirklich 'n Schlag rangehalten. (interrupted by interviewer sign of attention) Vor drei Wochen sah das hier noch anders aus.

73 [0:09:13.6] **Interviewer:** Na versteh' ich. Öf, eine Frage hab' ich noch, öhm, wollen sie mir ihr Geburtsjahr verraten?

74 [0:09:22.9] **Participant:** Gerne. 81.

75 [0:09:23.8] **Interviewer:** 81, perfekt! Okay. Gut. Ich hab' alle meine Fragen soweit abgehackt. (interrupted by participant) Wenn sie noch was erzählen möchten, höre ich gerne noch zu.

76 [0:09:33.7] **Participant:** Nö, ich hab' soweit nichts. Wenn sie noch Fragen haben.

77 [0:09:36.3] **Interviewer:** Na, ich äh, wie gesagt, hätte es dann beende ich das jetzt hier und dann schauen wir noch wegen dem Datenschutzhinweis.

78 **Participant:** [0:09:40.4] Gerne.

### 7.3.1.2 Interview BY 2

- 1 [0:00:00.0] **(unrelated to topic)**
- 2 [0:02:36.8] **Interviewer:** Ja, dann würde ich starten. (interrupted by participant) Also ich habe eben schon draufgeklickt, okay. Ja, aber, dann würde ich starten genau. Also, du bist bereit mir so'n bisschen was über dein Wissen zu Heilpflanzen zu erzählen habe ich gehört.
- 3 [0:02:46.1] **Participant:** Joa (inaudible) ist zwar sehr begrenzt, aber (interrupted by interviewer sign of attention) wenn es dir irgendwie hilft! Äh
- 4 [0:02:49.5] **Interviewer:** Das ist, das ist voll okay. Du kommst ursprünglich aus Bremen oder?
- 5 [0:02:51.2] **Participant:** Mhm!
- 6 [0:02:52.5] **Interviewer:** Was kommt dir denn erstmal hier dazu in den Kopf wenn ich von Heilpflanzen rede, Also im Bezug auf deinen Garten?
- 7 **Interviewer:** [0:02:57.4] Öh, für mich is immer, genau Heilpflanzen sind für mich immer schon viel da, also das was hier natürlich wächst da gibts schon ne Menge (interrupted by interviewer sign of attention). Und ich find grad so die die Sachen, die halt sowieso da sind, wie **Brennnessel** und sowas, sind so für mich die wichtigsten Heilpflanzen die es überhaupt gibt. (interrupted by interviewer sign of attention) Öhm, klar bau ich auch'n bisschen was an so ne **Kapuzinerkresse** und dies das. Ah, ich bin da sehr praxisorientiert was äh Heilpflanzen angeht. Ich merke zum Beispiel bei Kapuzinerkresse das es 'ne Pflanze is, die mir sehr viel bringt, weil ich öfters mal na Nasennebenhöhlenentzündung hab, (interrupted by interviewer sign of attention) das ist das wirksamste Kraut was ich je entdeckt habe dagegen irgendwie, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.
- 8 **Interviewer:** [0:03:33.4] Was benutzt du von der Pflanze und wie benutzt du das dann?
- 9 **Participant:** [0:03:35.6] Ich eh is unterschiedlich eh ja leider is es ja halt so, dass die Blütephase oder überhaupt die Pflanzenphase nich mit der Zeit zusammen passt wo halt die Probleme auftreten die ja oft eher Ende Herbst los gehen. (interrupted by interviewer sign of attention) Deswegen mach ich mir noch öfters Tinkturen daraus, (interrupted by interviewer sign of attention), ja, Alkoholauszüge, ja.
- 10 [0:03:51.4] **Interviewer:** [0:03:51.7] Und zur Brennnessel?
- 11 **Participant:** [0:03:52.4] Brennnessel trink ich Tee, also hm Brennnessel, **Salbei** und äh irgendwie mach ich das oft immer viel nach Gefühl also äh, ne, ich geh in' Garten und irgendwie hab ich so das Gefühl ich brauch jetzt das oder das und dann mach ich mir da draus'n Tee (interrupted by interviewer sign of attention) und da gehört dann Brennnessel sowieso immer also so so'n grundlegendes Ding für mich immer was immer da ist im Tee drinne und denn je nach Gefühl was mit reinkommen soll, ah.
- 12 **Interviewer:** [0:04:14.1] Was w was stände denn noch zur Auswahl, also, weil du meinstest du hast dann (interrupted by participant) einiges zur Auswahl?
- 13 **Participant:** [0:04:17.9] Joa letztens hab ich dann irgendwie mal **Johanniskraut** 'n bisschen mit reingemacht irgendwie aber vom Gefühl gedacht, das passt jetzt und ja (interrupted by interviewer sign of attention). Ja.
- 14 **Interviewer:** [0:04:25.1] Hast du Sachen die du wirklich speziell für gewisse äh Unwohlheiten benutzt?
- 15 **Participant:** [0:04:32.9] Unwohlheiten. Mh, ja, also wie gesagt **Kapuzinerkresse** benutz ich speziell äh, aber ansonst eigentlich nix wo ich jetzt sag, da hab ich das oder das Problem jetzt nehm ich das, dafür hab ich dann auch irgendwie mein Maria Treben Buch da, also das kennst ja wahrscheinlich so 'ne (interrupted by interviewer sign of attention). Ne die ganzen (interrupted by interviewer sign of attention), alles aufgelistet ist von Sachen so und da guck ich immer nach kommt das irgendwie in

Frage jetzt dass da so zuzubereiten also ganz speziell auf jeden Fall immer **Beinwell** ganz viel, ne, bei irgendwelchen Prellungen, Schmerzen und so benutz ich viel. 'hm was noch? Hier es geht ja nur um Heilpflanzen ne? De so sonst benutz ich auch viel Beifuß zum räuchern (interrupted by interviewer sign of attention), weil der wächst hier auch so.

16 **Interviewer:** [0:05:16.0] Es geht nicht nur um Heilpflanzen (interrupted by participant) also wenn du irgendwie 'nen Bogen schlagen möchtest; Nutzpflanzen (interrupted by participant) da würd ich auch noch zu fragen, ob du (interrupted by participant) auch Nutzpflanzen anbaust.

17 **Participant:** [0:05:21.9] Ja ja ja ja. Ja äh Nutzpflanzen bau ich halt ja ich öh also öh hab'n Acker halt, ne, mit Gemüsepflanzen und Kräutern und alles Mögliche so ja, Beeren benutz ich wirklich auch gern hm. Ja sonst, wie gesagt, also äh es gibt hier viele Pflanzen also viel wächst hier halt einfach wild und eh da gehen wa gerne mal rum und machen Kräuterwanderung und so da merk ich auch immer, dass es schwierig is, das Wissen aufrecht zu erhalten wenn ich zwei im Jahr lerne ist so im nächsten Jahr nur noch eins davon da (interrupted by interviewer sign of attention) Und das kommt dann meist, verfestigt sich dann erst mit der Anwendung wenn ich merke plötzlich, ich habe jetzt irgendwas so zum Beispiel ich hab irgendwas mit der Niere merk ich irgendwie oh Mensch da könnte man irgendwas machen plötzlich war dann die plötzlich seh ich dass dann in meinem Garten da die **Goldrute** wächst, so, (interrupted by interviewer sign of attention), so und die ich vorher nur so wahrgenommen hab als Pflanze so und plötzlich kommt das zusammen und ich merke oh guck nach die Goldrute ist genau für Nieren gut für Nierenleiden und ne, dadurch ist dann die Pflanze so quasi in mein Bewusstsein eingedrungen dass sie halt völlig präsent is. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ja

18 **Interviewer:** [0:06:16.1] Was verwendest du dann von der Goldrute?

19 **Participant:** [0:06:18.1] Von der Goldrute sind es die Blüten, ne, um Tee zu machen, ja.

20 [0:06:21.3] **Interviewer:** [0:06:22.1] Okay, cool, Blütentee für Nierenschmerzen oder (interrupted by participant) für?

21 **Participant:** Genau ich hatte das mal irgendwo und ich wollte das zweimal im Krankenhaus und da hatt' ich irgendwie Nierenwerten das war wo ich mir'n Finger abgesägt hatte und dann hatte ich tja (interrupted by interviewer sign of attention), tja kann auch mit dem Schock zu tun haben auf jeden Fall hatte dann nochmal 'n Arzt angerufen, dass sie aufgefallen sind die schlechten Nierenwerte. Danach war auch wieder das alles in Ordnung und da hab ich mir schon bisschen Gedanken gemacht über die Nieren und dann mit'm Goldrutentee gearbeitet. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ich hier durch Wolf Dieter Stahl, der hat da mal viele Vorträge drüber gehalten kennst'e wahrscheinlich Wolf Dieter Stahl (interrupted by interviewer sign of attention) Ne och! Okay, (interrupted by participant) das wundert mich ja der is ziemlich bekannt als Pflanzenheilkundler (interrupted by interviewer sign of attention), Ethnobotaniker und genau der hat da viel drüber erzählt, über die Goldrute, grade im speziellen Nierenleiden da er da schon viele, viele Leute hat die er denen er das nahegelegt hat (interrupted by interviewer sign of attention). Die halt viele Nierenleiden hatten eh die das damit dann ja ähm heilen konnten was die Schulmedizin nicht hingekriegt hat. (interrupted by interviewer sign of attention) Die **Karde** wächst hier, is ja auch'n äh interessantes Kraut was ja auch bei Borrelien stark helfen soll ich hab's selbst noch nicht ausprobiert ich hatte noch keine Borrelien weiß auch nich ob ich das dann machen würde.

22 [0:07:23.1] **Interviewer:** Okay Borreliose is dann schon bisschen ernster, wenn das außer Kontrolle (interrupted by participant) gerät.

23 **Participant:** [0:07:26.6] Genau also naja da machen ja die meisten sagen okay jetzt lassen wir's mal weg jetzt nehmen wa Antibiotika auch alle Fälle die hier an die das hatten wir ham wir oft Borreliosefälle; Also wir ham hier oft Borreliosefälle also wir ham viele Zecken hier und auch Borrelien. (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by interviewer sign of attention) Borrelien genau und das ja also ähm glaub vier fünf Fälle wo ich sicher sagen könnte da war

'ne Borreliose im Spiel und alle ham's dann natürlich mit Antibiotika behandelt (interrupted by interviewer sign of attention), öh von Wolf Dieter Stahl weiß ich's ja der hat da'n ganzes Buch drüber geschrieben über so 'ne Behandlung mit der Karde mit von der Borreliose war aber auch irgendwie so'n Jahresprojekt dann. (interrupted by interviewer sign of attention) Wär's natürlich spannend das unterstützend zu nehmen aber ich würd auch Antibiotika dann nehmen wenn's bei mir überhand nehmen (interrupted by interviewer sign of attention) würde.

24 **Interviewer:** [0:08:00.0] Also du greifst schon auf Schulmedizin zurück

25 **Participant:** [0:08:02.6] Mh joa ja ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja

26 **Interviewer:** [0:08:03.0] Wenn (interrupted by participant) 'n gewisses Maß erreicht is.

27 [0:08:05.1] **Participant:** Ja ja ja genau irgendwie schon ja öh es is ne Abwägungssache irgendwie halt ich würd immer erst versuchen okay was gibt's an pflanzlichen Möglichkeiten es gegenander halten halt die Wahrscheinlichkeiten. Auch wie gesagt bei Nieren eh bei Stirnhöhlenentzündung Nebenhöhlenentzündung weiß ich einfach das die Kapuzinerkresse das beste Kraut is also das geht sofort weg ja.

28 **Interviewer:** [0:08:24.7] Gibts was spezielles was du bei Verdauungsproblemen benutzt?

29 **Participant:** [0:08:27.8] Äh ich hab da eigentlich keine. **Kaffee (interrupted by interviewer sign of attention)** (laughter) also ich hab keine Verdau ich hab (interrupted by interviewer sign of attention) genau.

30 **Interviewer:** [0:08:34.3] Generell Magenunwohlsein, Magenschmerzen.

31 **Participant:** [0:08:35.5] Für'n Magen sind's einfach Tees irgendwie, ne, allgemein ne bunte Mischung aus Tees die ich mir zusammenstell', weil ich merke, mein Magen grummelt'n bisschen nachher (interrupted by interviewer sign of attention) ja

32 **Interviewer:** [0:08:43.5] Bei respiratorischen Sachen also bei Erkältungen Husten? Nase zu?

33 [0:08:48.6] **Participant:** Hm öhm ja **Kamillentee** Kamillentee Tees all allgemein Tee trinken, dann viel trinken (interrupted by interviewer sign of attention) also so da nehm' ich auch jetzt nix von der Schulmedizin fällt mir jetzt auch nix ein was ich nehmen würde, ne.

34 [0:09:01.7] **Interviewer:** Hast du Kamille auch im Garten?

35 [0:09:02.9] **Participant:** Ja (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm

36 **Interviewer:** [0:09:04.1] Aber machst du dann aus deinem eigenen (interrupted by participant), hast du dann eigene (interrupted by participant) Kamille? Ah sehr cool, ja. Ja das is halt das is ich das das was ich spannend find, dass es gewisse Leute gibt die dann halt einfach in die Apotheke gehen oder nicht wissen was sie machen sollen und dann gibts andere die gehen dann einfach aus der Tür raus in den Garten rein (interrupted by participant) Pflücken was und machen sich daraus was (interrupted by participant) sowas das das begeistert (interrupted by participant) mich so'n bischen dran.

37 **Participant:** [0:09:20.9] Ja ja die Schwierigkeit find ich halt immer (inaudible) is ja auch wieder nur 'ne Erkältung ne und auch meistens erst im Winter dann (interrupted by interviewer sign of attention) ja die kraft der Pflanzen nicht so da ist (interrupted by interviewer sign of attention) so deswegen is es halt jedes Jahr wieder die Herausforderung auch die zeit der Pflanzen wo die halt am kräftigsten is (interrupted by interviewer sign of attention) die Brennnessel irgendwann im Frühjahr und alles die Zeit abzuernten die wirklich zu trocknen und wegzupacken (interrupted by interviewer sign of attention) da ja tu ich mir noch'n bisschen schwer mit jetzt hab ich dieses Jahr grade mal mit Minze, Salbei und Brennnessel geschafft; Kapuzinerkressetinkturen krieg ich auch noch hin aber da gäb's halt

noch viel mehr Möglichkeiten ja wo man sich sein Apotheke zuhause anlegen kann (interrupted by interviewer sign of attention), ja, ja.

38 [0:09:51.3] **Interviewer:** Is das'n Ziel, dass in Zukunft häufiger oder mehr vermehrt zu machen?

39 **Participant:** [0:09:55.2] Auf jeden Fall ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja ja ich find's ich find's einfach 's is ja nachhaltiger gehts gar nich anstatt irgendwie inne Apotheke zu gehen äh und sich irgendwelche Produkte zu kaufen die in Plastik gepackt sind (interrupted by interviewer sign of attention) und was weiß ich woher kommen das selbst zu machen und is ja auch 'ne schöne Sache die ja auch Spaß macht sich (inaudible) mag Pflanzen ich hab'n Bezug zu Pflanzen ich setz mich gern mit Pflanzen auseinander (interrupted by interviewer sign of attention) ja ja

40 **Interviewer:** [0:10:13.9] Wo kommt das her? Was glaubst du wo das her kommt? Das du da'n Bezug zu hast oder das Wissen?

41 **Participant:** [0:10:19.3] Das Wissen ich würd's halt ich hab jetzt kein wirkliches großes Wissen über Pflanzen aber ich fand Pflanzen nich schon immer spannend. Ne also als Kind, Jugendlicher war's mir total egal das kam irgendwann erst mit Mitte zwanzig, dass ich irgendwie naja wahrscheinlich kam's auch durch äh bewusstseinsweiternde Pflanzen wo erstmal kiffen dies das und jenes, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) wo dann plötzlich der Bezug dann irgendwie stärker dazu wurde jap (interrupted by interviewer sign of attention) ja.

42 **Interviewer:** [0:10:42.7] Bist du mit Garten aufgewachsen?

43 **Participant:** [0:10:44.1] Ne, ne ich bin im ähm inner, in so'nem Block aufgewachsen komplett (interrupted by interviewer sign of attention) ohne Garten ja.

44 **Interviewer:** [0:10:48.2] Also dann weil du ja meintest, dass du mit Anfang, Mitte Zwanzig erst da so den Bezug dazu (interrupted by participant) gefunden hast.

45 **Participant:** [0:10:54.7] Genau also ja also ja genau ich bin in so'nem Block groß geworden fand immer toll bei Freunden die nen Garten haben; wir hatten halt keinen und wollte immer'n eigenen Kirschbaum haben (laughter)

46 [0:11:03.8] **Interviewer:** Ja das kann ich verstehen (interrupted by participant). Im Kirschbaum sitzen und Kirschen essen (interrupted by participant) das is so, ja. (interrupted by participant) Wie sieht mit Großeltern aus hatten die einen Garten?

47 **Participant:** [0:11:10.2] Die meine Großeltern hatten nen kleinen Garten, ja (interrupted by interviewer sign of attention), ja.

48 [0:11:13.1] **Interviewer:** Aber das hat ich auch, weil du meintest hat dich nicht (interrupted by participant) (inaudible)

49 **Participant:** [0:11:15.1] Das fand ich toll klar (interrupted by interviewer sign of attention) das fand ich toll und ich hab auch immer mal meine eltern versucht zu überreden, dass wir uns auch wie irgendwas zulegen was Garten was irgendwie Garten hat'n Haus, aber das war halt irgendwie nicht drinne genau.

50 **Interviewer:** [0:11:23.2] Also der erste Kontakt war dann über (inaudible) zu nem Garten?

51 [0:11:27.7] **Participant:** War ja, öf das war über die Großeltern ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja genau ja

52 **Interviewer:** [0:11:32.5] Und weil du meintest dass also eben meintest du ja dass wär dir alles nich so nich so bekannt gewesen oder wär dir nicht so wichtig gewesen?

- 53 **Participant:** [0:11:39.2] Die Welt der Pflanzen auch einfach so, ne, also jetzt meine Eltern ham jetzt auch nicht so den Bezug zu Pflanzen würd ich sagen also, dass die mir jetzt so die Pflanzenwelt erklärt haben (interrupted by interviewer sign of attention) was is wofür wie heißt die und die Pflanze (interrupted by interviewer sign of attention) und allgemein irgendwie nicht so das den Bezug zur Natur dass sie den auch nicht so hatten (interrupted by interviewer sign of attention), dass sie mir auch nicht weiterentwickeln äh weitervermitteln konnten (interrupted by interviewer sign of attention) ja
- 54 **Interviewer:** [0:11:58.9] Das heißt im privaten bist du dann irgendwann da draus sind deine Eltern dann irgendwann auch aus Bremen?
- 55 **Participant:** [0:12:01.9] Öhm sind öh genau meine Mutter ist gebürtig Bremen mein Papa aus'n Dorf hier vor, Bassen (interrupted by interviewer sign of attention) aber auch Umkreis (interrupted by interviewer sign of attention) ja.
- 56 [0:12:09.2] **Interviewer:** Okay. Dann is das Interesse äh wie informierst du dich dann sag ich mal wenn du wenn du meintest eben das du öh Bücher (interrupted by participant) hast, einschlägige, oder nichts oder äh gibts noch andere Sachen wie du dich informierst?
- 57 **Participant:** [0:12:22.1] Öhm ich guck mir auch gerne Vorträge an (interrupted by interviewer sign of attention) also die den den Wolf Dieter Stahl den find ich ganz interessant, der erzählt oft zu vielen Pflanzen hat der Vorträge oder der schweift auch gerne mal ab dem kann man auch nur schön zuhören. Einige Bücher über Pflanzen verschiedene natürlich, öhm und am spannendsten find ich einfach so im Garten selber zu beobachten ja, was und ich find's auch manchmal total spannend einfach mir ne Pflanze irgendwie anzugucken so ich mein wie ich dir vorher erzählt habe mit der Goldrute, dass irgendwie hatt ich so'n Gefühl dazu immer. Die hat mich irgendwie immer angezogen diese Pflanze. Genau und dann kam das irgendwie genau zusammen mit den Nieren und der Pflanze, dass es irgendwie gepasst hat (interrupted by interviewer sign of attention) ja irgendwie hab ich auch so ja irgendwie sprechen die Pflanzen machmal auch, also wenn man irgendwie inner Ruhe is und sich mit seinem Garten auseinandersetzt mit den Pflanzen dann find ich kriegt man auch irgendwie so'n Bezug dazu aufstellen, den ich schwer beschreiben kann jetzt (interrupted by interviewer sign of attention) ja
- 58 **Interviewer:** [0:13:12.4] Eine Interviewpartnerin meinte zu mir, sie hat keine Unkräuter, Unkräuter gibt's nich (interrupted by participant) die hat nur Kräuter und (interrupted by participant) Beikräuter aber selbst die Beikräuter könnte man irgendwie wenn man das wollte (interrupted by participant), ja, das fand ich (interrupted by participant)
- 59 **Participant:** [0:13:22.2] Da tu ich mir auch immer tierisch schwierig, ne, mit also Pflanzen beim Ackerbau das is jedes immer 'n neues Problem vor dem ich stehe, Beikräuter rauszureißen (interrupted by interviewer sign of attention) weil ne dann seh ich immer ich will jetzt diese Pflanze nich rausreißen, weil ich erstmal nicht weiß was es is (interrupted by interviewer sign of attention) also erstmal bevor ich eine Pflanze raus räum würd ich wissen was ich das rausreiß, warum ich das rausreiß'. So ne, guckt man ja denn is es halt die Melde die da wächst und eben die kann ich ja auch essen (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) und die wächst da von alleine ohne Aufwand also warum soll ich jetzt irgendwas diese Pflanze rausreißen (interrupted by interviewer sign of attention) dafür ne andere Pflanze reinpropfen in den Boden äh die da gar nicht wachsen will oder nich natürlich wächst das ergibt für mich auch nich so viel Sinn (laughter) und deswegen steh ich jedes Jahr da immer so'n bisschen äh in Spagat de dis komplett aufgeräumtes Beet zu ham was ich nicht ham will (inaudible) ne Mitte zu finden. Das die auch Beikräuter dazwischen platz haben (interrupted by interviewer sign of attention) genau und das is auch manchmal sogar vorteilhaft also über die Jahre nämlich gemerkt ich hab's auch schon experimentiert, ne, komplett immer alles wieder umzugraben und nur die Pflanzen wachsen zu lassen die ich die da wachsen und dass dann (inaudible) dass die da einfach viel anfälliger sind; Durch äh Hasen, Karnickel und Schnecken (interrupted by interviewer sign of attention)

- 60 **Interviewer:** [0:14:22.9] Ja hier laufen hier laufen freie Kaninchen rum oder?
- 61 [0:14:24.9] **Participant:** Äh jetzt is'n Hase hier grade (interrupted by interviewer sign of attention), ja ja, also Kaninchen hatten wir früher viele hier, sind weniger geworden. Jetzt sind das so'n paar Hasen (interrupted by interviewer sign of attention) die so ähm ziemlich zutraulich sind. Also der eine der läuft ähm läuft gar nicht weg der den kannst'e so vorbei gehen (interrupted by interviewer sign of attention)
- 62 **Interviewer:** [0:14:36.4] Ja ich hab hier bin durch die Kleingärten und ich hab gedacht in einem Garten erst, dass der dazu gehört aber dann hab ich die auch in anderen Gärten gesehen (interrupted by participant) und realisiert, das hier so frei wild rumlaufen. Hast du Zierpflanzen im Garten?
- 63 **Participant:** [0:14:48.4] Ja hab ich auch. Das kam dann eher durch meine Ex-Freundin (inaudible) die hier so ich war erst also Anfang so im Garten war für mich jede Pflanze muss irgendwie'n Zweck haben (interrupted by interviewer sign of attention) so hab ich angefangen und sie hatte dann öfters so auch hier nochmal was schönes da nochmal ne Rose und da dies und das und jenes und eh dann hab ich auch angefangen den Wert zu schätzen, dass ne Pflanze das ne Pflanze auch einfach schön aussehen kann.
- 64 **Interviewer:** [0:15:06.9] Ja und beruhigt auch (interrupted by participant) ne also?
- 65 [0:15:09.1] **Participant:** Ja genau und genau natürlich hat's auch nen Nutzen für mich und Bienen ham nen Nutzen. Joa in erster Linie war es für mich der Konsum der wichtig is irgendwie Essen oder irgend ne Wirkung haben oder irgendwas (inaudible) Garten auch (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible)
- 66 **Interviewer:** [0:15:26.2] Was davon kam zuerst oder kam eine Sache davon zuerst also wenn wir jetzt die Kräuter die essbaren Nut Nutzpflanzen und die Zierpflanzen sehen; Womit hast du dich zuerst beschäftigt? Oder (interrupted by participant)
- 67 **Participant:** [0:15:38.0] Ich würd sagen zuerst waren's so eigentlich eher Kräuter (interrupted by interviewer sign of attention) Kräuter ja und denn kamen dann die die Nutz- also Esspflanzen dazu und am Ende dann die Zierpflanzen, ja.
- 68 [0:15:47.7] **Interviewer:** Okay. Wie lang hast du schon 'n Garten selbst?
- 69 **Participant:** [0:15:51.7] Den hab ich jetzt seit ziemlich genau 10 Jahren ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja
- 70 **Interviewer:** [0:15:54.9] Okay. Darf ich dich fragen wie wann du geboren bist? Welches Jahr?
- 71 **Participant:** [0:15:58.9] 1980 ja
- 72 **Interviewer:** [0:15:59.6] 1980 okay (interrupted by participant) ja gut 1980. Hat die hat des für dich'n Einfluss gehabt, dass du ne Familie jetzt auch selbst hast?
- 73 **Participant:** [0:16:11.4] Das is ja ziemlich frisch, natürlich hat das nen Einfluss, aber auf welche auf den Garten oder auf die Pflanzen?
- 74 **Interviewer:** [0:16:16.7] Auf auf auf den Garten an sich aber auch auf die Pflanzen die du anbaust, ob du speziell da drauf geachtet hast.
- 75 **Participant:** [0:16:22.2] Es ist mir jetzt natürlich noch wichtiger, dass äh ich da eh gutes Gemüse hab was ohne Schadstoffe belastet ist was da quasi mein Kind am Ende ja auch essen wird (interrupted by interviewer sign of attention) wenn's jetzt auch erstmal durch die Muttermilch geht ja (interrupted by

interviewer sign of attention) genau weil wir hatten ja auch irgendwie 'n Problem wie hier mit eh das de die Gewässer sind belastet mit PFOS weiß nicht ob du das weißt die ganzen Flughäfen (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) viele Leute haben Kasten und (inaudible) irgendwie in einigen Gärten angekommen und angereichert und (interrupted by interviewer sign of attention) bei mir zum Glück nich weil ich (inaudible) ja

- 76 **Interviewer:** [0:16:56.2] Okay, also das Brunnenwasser is noch nicht belastet (interrupted by participant) das is ne gute Nachricht (interrupted by participant), aber generell das ne Belastung da is, is doof. (interrupted by participant) Während der Schwangerschaft hast du da irgendwie was aus'm garten spezielle Sachen benutzt? So vielleicht nicht unbedingt für dich, aber für sie denn.
- 77 **Participant:** [0:17:12.2] Ich öhm genau ja hatte ma so'n paar Sachen und dann äh wollt ich ihr irgendwie Salbeitees machen; Weiß gar nicht warum was hatte sie für Beschwerden? Weiß ich nich. Hatte wir nochma nachgeguckt und es war alles ähm irgendwie abzuraten (interrupted by interviewer sign of attention), weil, oder war das während der Schwangerschaft oder war das anfang Stillzeit? Ne das war Anfang Stillzeit, genau ganz am Anfang da wurde alles was ich irgendwie so ne was ich so rausgesucht hatte kam gegen ihre Beschwerden, weiß nicht mehr was sie hatte eh ham wa da rausgefunden oh lieber nich, weil sich dass dann auf die Muttermilch schlecht auswirkt. Ja
- 78 **Interviewer:** [0:17:44.4] Okay (interrupted by participant) ja kann gut sein. Hast du also, informierst du dich also übers Internet?
- 79 **Participant:** [0:17:49.5] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja (interrupted by interviewer sign of attention)
- 80 **Interviewer:** [0:17:51.6] Hat das Internet dein Suchverhalten geändert?
- 81 **Participant:** [0:17:54.8] Mein Suchverhalten im Internet, oder?
- 82 **Interviewer:** [0:17:56.6] Na also (interrupted by participant) hast du dich vor dem Internet dafür auch schon interessiert, beziehungsweise dass müsste ja grade dann (interrupted by participant) so als das größer aufkam mit Foren.
- 83 **Participant:** [0:18:11.7] Das war schon, wann war den das Internet war für mich schon immer schon seit immerhin seit zwanzig Jahren ne Quelle und
- 84 **Interviewer:** [0:18:17.1] Ja schon so lange?
- 85 **Participant:** [0:18:18.2] Ja ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja
- 86 **Interviewer:** [0:18:20.7] Bist du in speziellen Foren unterwegs oder suchst du dir einfach Informationen (interrupted by participant) wie dus grade brauchst?
- 87 **Participant:** [0:18:24.7] Ich bin in Gruppen wobei diese Gruppen weniger für mich bringen, also, ne, das is meistens eher Larifari. Leute stellen immer die gleichen Fragen und da gibt's immer die gleichen blöden Antworten zu in der Regel, also ich, puh, genau deswegen such ich eigentlich mehr (interrupted by interviewer sign of attention) dann geh ich eigentlich eher nich ne keine speziellen Foren.
- 88 **Interviewer:** [0:18:40.7] Hat dir die Schulbildung was gebracht im in dem Bereich? Wurd' in der Schule was vermittelt davon?
- 89 **Participant:** [0:18:45.3] Viel zu wenig find ich irgendwie. Was Gärten angeht und Pflanzen angeht ist da bei mir nichts hängen geblieben also das (inaudible) kann mich auch gar nicht speziell daran erinnern was da durchgenommen wurde. Es war wohl ne kleiner Garten-Ag, also ich mein eigentlich Biologie würde da in Frage irgendwie eh kommen und ich glaub das ne (interrupted by interviewer sign of

attention) wenn wir's durchgenommen hatten damals dann is bei mir da nix hängen geblieben.

90 **Interviewer:** [0:19:09.5] Also spätes Selbstinteresse. (interrupted by participant) Hier einmal kurz reinschauen, was ich sonst noch so stehen hab. Hm viel nich mehr.

91 **Participant:** [0:19:23.1] (laughter) gut, okay

92 **Interviewer:** [0:19:24.8] Ähm Selbstversorgung! Du baust doch was an, zielst du darauf ab dich komplett selbst zu versorgen?

93 **Participant:** [0:19:31.4] Also komplett is eh utopisch auf den 400 m<sup>2</sup> die mir gesamt zur Verfügung stehen ne wovon ja eigentlich ja irgendwie grad mal hm Acker was wird mein Acker er is vielleicht 80 m<sup>2</sup> plus bischen Obst (interrupted by interviewer sign of attention) Beeren und so da braucht man nicht von Selbstversorgung sprechen, aber ich hab natürlich den Anspruch den Anteil so hoch wie möglich zu halten und klar in Erntemonaten is es zu Teilweise 80, 90 Prozent würd ich sagen, dass ich komplett aus'm Garten meine Sachen raus hol; Okay Brot jetzt dazu is vielleicht übertrieben 80, 90 sagen ma mal 60% oder so und äh 'n Großteil des Jahres is dann auch gar nix da fast ja, aber klar.

94 **Interviewer:** [0:20:07.2] Würdest du gerne mehr Selbstversorgung betreiben oder wie stehst du generell zu Selbstversorgung oder kompletter Selbstversorgung?

95 **Participant:** [0:20:12.0] Ich fänd' das ich fänd' das super ich mein nachhaltiger kann man keine Lebensmittel produzieren. Erstmal weiß ich was drinne is, es gibt keine Transportwege öhm ja wenn ich mehr Fläche zur Verfügung hätte würd ich auch gerne viel mehr anbauen und würde viel mehr also ja den Anteil gerne erhöhen.

96 **Interviewer:** [0:20:30.8] Gibts Pläne die Fläche zu vergrößern?

97 **Participant:** [0:20:32.4] Gab's mal. Sind grade wieder bisschen eingeschränkt, jetzt's irgendwie das das Baby da, hatte auch ma vor'n paar Jahren hatten wa überlegt mit vieln Freunden irgendwie so'ne Art äh Kommune geseinschaft zu gründen irgendwie is irgendwie immer wieder im Raum so ja j, aber die Frage ist auch immer mit Stadtnähe ich halt eh selbstständig als Tischler (interrupted by interviewer sign of attention) meine Eltern wohnen halt hier also ich will halt nicht zu weit weg von der Stadt und haste macht's halt schwierig als, mhm.

98 **Interviewer:** [0:20:56.5] Tischler ist bestimmt auch praktisch im Garten (inaudible) also wenn man die das Wissen damit hat und das Können.

99 **Participant:** [0:21:01.0] Och joa ich also ich nutz' eigentlich eher meinen Garten da quasi nich so wie im Beruf zu arbeiten also die Perfektion war da wegzulassen (inaudible) und (inaudible) (laughter)

100 **Interviewer:** [0:21:10.4] Naja gut naja gut. Gibts irgendwelche Lebensmittelunverträglichkeiten, oder achtest du speziell auf deine Ernährung im Bezug auf irgendwas?

101 **Participant:** [0:21:17.4] Ich hab eigentlich gar keine Lebensmittelunverträglichkeiten ne.

102 **Interviewer:** [0:21:20.6] Keine Allergien?

103 [0:21:21.8] **Participant:** Ne nix bekanntes ne.

104 [0:21:23.5] **Interviewer:** Gut, Glückwunsch.

105 **Participant:** [0:21:24.7] Ja ja ja ja (laughter) kann sich ja immer ändern weiß man ja n (inaudible) ne.

106 **Interviewer:** [0:21:27.2] Hoffentlich nich nein. (interrupted by participant). Äh gut, ich glaube ich bin mit meinen harten Fragen durch. ich würd jetzt abschließend noch so ein, zwei Sachen abfragen

- (interrupted by participant) einfach kurz so zum Beispiel. Höchster Bildungsabschluss?
- 107 **Participant:** [0:21:40.1] Abitur
- 108 **Interviewer:** [0:21:41.0] Abitur? (interrupted by participant) Und du hast ne Lehre gemacht zum Tischler, oder?
- 109 [0:21:43.4] **Participant:** Genau ich hab erst studiert, hab's Studium dann abgebrochen nach'm Vordiplom ungefähr und hab dann die Lehre angefangen.
- 110 **Interviewer:** [0:21:48.8] Okay. Bist du gerne draußen?
- 111 **Participant:** [0:21:50.8] Ja joa (laughter)
- 112 **Interviewer:** [0:21:53.4] Würdest du dich selbst als neugierig bezeichnen?
- 113 **Participant:** Mh manchmal find ich, dass ich zu wenig neugierig bin, würd ich eher sagen. Ich wär gerne neugieriger (interrupted by interviewer sign of attention) ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja eigentlich schon ja
- 114 **Interviewer:** [0:22:06.3] Und im Vergleich zu anderen? Also das sind die eigenen Ansprüche, aber jetzt im Vergleich zur Gesellschaft?
- 115 [0:22:10.5] **Participant:** Zur zur, im Vergleich zur Gesellschaft bin ich vielleicht neugierig, aber ich weiß nicht im Vergleich zu manchen anderen oder andere ham andere Themenbereiche in die sie völlig abgehen völlig äh neugierig reinstürzen wo ich sagen, oh Mensch, is interessant. Mir fehlt da grade echt die Neugier ich würd da auch mehr eintauchen. Ja. Klar tauch ich in meine Bereiche die mich interessieren vielleicht auch ein, aber es gibt einfach so viel spannendes (interrupted by interviewer sign of attention) ja
- 116 **Interviewer:** [0:22:37.2] Na gut (interrupted by participant) okay. Is dir noch irgendwas eingefallen was du mir erzählen möchtest zu deinen (interrupted by participant) Heilpflanzen; Heilpflanzen generell
- 117 **Participant:** [0:22:43.9] Spitzwegerich is mir noch eingefallen zum Beispiel, ne, (interrupted by interviewer sign of attention)
- 118 **Interviewer:** [0:22:46.7] Für was? Und welche (interrupted by participant) Teile?
- 119 [0:22:47.2] **Participant:** Äh gegen Stiche immer gerne. Zusammenkauen und raufhalten ja (inaudible) noch nich viel ein.
- 120 **Interviewer:** [0:22:56.4] Is voll okay (interrupted by participant) bloß keinen Stress (interrupted by participant) nein nein ja wenn dir einfach irgendwas einfällt okay. (interrupted by participant) jo. Ich hab meine Fragen soweit, wenn dir noch irgendwas einfällt jetz, ich hab noch ein Zettel dabei, da bräucht' ich noch ne Unterschrift drunter, (interrupted by participant) is ne Datenschutzerklärung.
- 121 [0:23:09.1] **(unrelated to topic)**
- 122 **Participant:** [0:24:19.9] Ich glaube so mein Großes Interesse an Pflanzen hat auch viel früher mit als ich selber angefangen habe selber Hanf anzubauen ne (interrupted by interviewer sign of attention) so mit 16, 17 so da ging das los.
- 123 **Interviewer:** [0:24:31.5] Das is auch ne Heilpflanze ne?
- 124 [0:24:32.9] **Participant:** Ja

125 [0:24:33.9] **Interviewer:** Das Hanf so verteufelt wird in Deutschland is eh sehr schade.

126 **Participant:** [0:24:39.9] Ja (inaudible) is ja mehr als der Rausch auch

127 **Interviewer:** [0:24:44.7] Ja

128 [0:24:46.5] **(unrelated to topic)**

### 7.3.1.3 Interview BY 3

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Okay, dann hallo erstmal.
- 2 **Participant:** [0:00:03.9] Ja hallo.
- 3 **Interviewer:** [0:00:04.6] Also ich schreib meine Masterarbeit ja über Heilpflanzennutzung und Wissensweitergabe von Heilpflanzen (interrupted by participant) in Norddeutschland und äh 's wär für mich am interessantesten, wenn du einfach mal erzählen würdest, was du so selbst benutzt oder anpflanzt oder hier zufällig wächst an Heilpflanzen.
- 4 **Participant:** [0:00:23.5] Öhm also anpflanzen tu ich mittlerweile gar nich mehr viel. Ich öhm nutze einfach das, was da is (interrupted by interviewer sign of attention) und im lauf der Jahre hab ich mich halt mit äh Bestimmung von Pflanzen beschäftigt und ähm schau dann, was ich damit machen kann. Zum Beispiel ganz einfach die Brennnessel, oder Knoblauchsrauke, oder Giersch, dass sind so die gängigen Sachen, die hier einfach überall wachsen ne (interrupted by interviewer sign of attention) wo ma ja schon viel mit machen kann. Also als Heilpflanze oder auch einfach als Lebensmittel kann man's ja auch verwenden wenn wenn ma so will. (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Hier hab ich jetzt viele **Malven** gepflanzt, die sich aber auch selber aussamen mittlerweile schon, kann man ja auch als Heilpflanze verwenden ne.
- 5 **Interviewer:** [0:01:07.2] Was machst de oder gegen was verwendest du die Sachen, welchen Teil der Pflanzen verwendest du, zum Beispiel von der Brennnessel, oder von der Malve?
- 6 **Participant:** [0:01:13.6] Öhm ah bei der Brennnessel verwend' ich eigentlich alles, die äh vorzugsweise die frischen Triebe im Frühjahr, oder auch im Sommer noch ne, gieß ich mir als Tee, oder mit zum Essen dazu als Spinat und bei der Malve eher die Blüten, mh die dann auch als Tee, aber die kommen auch mit in Salat rein manchmal und die Blätter der Malve kann man ja auch als als spinatartiges äh (interrupted by interviewer sign of attention) ja Blattwerk halt verwenden auch. Ja mach ich weniger. Hier hab ich viel Malvenrost und (interrupted by interviewer sign of attention) die sehen dann nicht so gut aus.
- 7 **Interviewer:** [0:01:47.6] Gegen was verwendest du die Malve, oder für was kann ja auch sein (interrupted by participant) dass du die für was verwendest.
- 8 **Participant:** [0:01:50.8] Ähm das is ja'n guter Tee für die äh die Schleimhäute, enthält ja viele Schleimstoffe auch und is also gut für den Hals, die Lunge, Rachen und so. Gut gegen Husten; Wenn man zu viel geraucht hat ne
- 9 **Interviewer:** [0:02:11.9] Muss man Malventee hinterher.
- 10 **Participant:** [0:02:13.5] Auch ne Sängerin hat mich immer gefragt, die hatte irgendwie so viel gesungen das sie dann ne raue, ganz raue Stimme hatte und hat sich äh Sorgen gemacht um ihre ihre Gesangskarriere und dann hab ich ihr gesagt Malvenblüten vielleicht hilft das so? Aus meiner Erfahrung is da ganz wohltuend. 'S war wohl auch wirksam (interrupted by interviewer sign of attention) jedenfalls singt die wieder.
- 11 **Interviewer:** [0:02:31.3] Singt wieder gut ja? (interrupted by participant) Nich mehr so kratzig. (laughter). ja das is schön ja.
- 12 **Participant:** [0:02:40.3] Ja öhm, also verwenden tu ich das eigentlich alles beim essen hauptsächlich. 's gibt ja spe viele spezielle Zubereitungsmöglichkeiten, aber wenn ma von jedem ein bisschen isst, is so mein Motto, dann nimmt man das äh nimmt man die gesunden Inhaltsstoffe eben auch auf ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und die sin ja zahlreich die gesunden Inhaltsstoffe in den Wildpflanzen. Ja
- 13 **Interviewer:** [0:03:10.9] Du hattest eben gesagt, dass du äh Giersch auch benutzt als als Heilpflanze, beziehungsweise, dass du ihn isst.
- 14 **Participant:** [0:03:18.4] Ja. Also die Verwendung als Heilpflanze is eher Nebeneffekt, also ich nutz' es auch wie Spinat im Frühjahr vor allen Dingen, weil dann kann man's massenhaft essen und sie meine Frau mag das auch sehr gern (interrupted by interviewer sign of attention) und viele mehr Leute die

ich kenn essen essen das halt auch dann ja und ham sich auch von mir inspirieren lassen vielleicht 'n bisschen. Also das kann man wirklich in rauen Mengen essen (interrupted by interviewer sign of attention) ich hab vor'n paar Jahren da auch schon mit experimentiert, weil ähm ich wollt einfach ma wissen von der Theorie her, wie is das denn, stell dir ma vor, die Welt geht unter, oder der Einkaufsladen hat zu, kann ich da eigentlich so überleben so jetzt wie'n Steinzeitmensch (interrupted by interviewer sign of attention) und da hab ich ganz viel Giersch getrocknet haufenweise und als das dann trocken war in Gläser reingestopft und ähm das sind später wieder rausgeholt und mir angeguckt, was kann ich damit machen und so und ähm hab's denn einfach mit ins Essen reingehauen in die Nudelsauce, zu Spaghettis und so weiter und ich wollt einfach nochma wissen wie viel wirft die Natur, wie viel Arbeit macht das, wie wie is das so, wenn ma kein Gemüse anbaut, sondern einfach das nutzt, was da ist, wie viel Ertrag is das und es war schon erstaunlich, doch, wie viel die wilde Botanik so abwirft, das is also unglaublich viel. Ich war schon fast erschrocken, Ja.

15 **Interviewer:** [0:04:37.7] Erschrocken?

16 **Participant:** [0:04:39.0] Ja, also positiv erschrocken (interrupted by interviewer sign of attention) weil's ein auch gewaltige Mengen sind, die man verwerten kann.

17 **Interviewer:** [0:04:49.2] Wie sah das Experiment dann aus, dein Selbstexperiment, wie lang hast du das gemacht?

18 **Participant:** [0:04:53.0] Öhm das war eigentlich nur ein Winter, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) ja ich hab's ähm jetzt nich übertrieben durchgezogen. Ich hab einfach nur so viel Giersch geerntet, wies ging (interrupted by interviewer sign of attention). Das waren denn, von, ich schätz' ma 'n Kubikmeter Giersch würd ich ma so schätzen (interrupted by interviewer sign of attention) Also über Tisch so flach ausgebreitet und das trocknet sehr sehr schnell und das denn in Gläser gestopft, warn's vielleicht 10 sone 750 ml Gläser nur (interrupted by interviewer sign of attention). Wenn man dass denn komprimiert, wenn es trocken is, is es Volumen eh ja bei 2% oder 5% von dem im frischen Zustand ne (interrupted by interviewer sign of attention) und ja man kommt natürlich sehr sehr lang damit hin, ne. Ich kann mir denn auch vorstellen, wie die's früher geschafft haben, die Steinzeitmenschen, zu überleben, wenn man solche Sachen trocken kriegt (interrupted by interviewer sign of attention) hat man halt immer was für Suppen so, ne. Das selbe hab ich jetzt auch festgestellt kann ma ja auch mit Birken machen, oder Weißdorn. (interrupted by interviewer sign of attention) Ganz einfach. Man schneidet große Äste ab von den Bäumen, die sowieso wie wild wachsen ja un hat ma was ne. Ich leg das nich so drauf an. Ich will nich so leben wie'n Steinzeitmensch, ich geh natürlich auch einkaufen und so (interrupted by interviewer sign of attention) und ich se äh wo jetzt nich alles nur aus meinem Garten. Is das nich. Aber ich verfolge das Motto, so viel wies geht nutzen von dem was da is ne und so viel wie's geht jetzt auch unter Vorbehalt das heißt natürlich nich, dass ich alles weg hau', nur weil das da is, weil die Natur will ja auch was haben (interrupted by interviewer sign of attention) und die Tiere und deswegen sieht das hier auch so wild aus in dem Garten. Äh nich nur deswegen, aber auch weil ich's liebe und weil es so viel Lebensraum bietet für viele kleine Tiere und 's is auch 'n schöner Anblick zu sehen, wie die ganzen Schmetterlinge und unterschiedlichen Bienen und so hier dann sich wohlfühlen ne.

19 **Interviewer:** [0:06:31.3] Aber is schon ne kontrollierte Wildnis so wie ich das sehe, also es sieht jetzt nich so aus als hättest du Probleme damit das zurückzuhalten, sondern als hättest du da schon die Kontrolle.

20 **Participant:** [0:06:40.7] Öhm ja das stimmt (interrupted by interviewer sign of attention), also ich vor allen Dingen hab ich äh es so angelegt (interrupted by interviewer sign of attention). Einiges davon hat sich von selbst entfaltet, was man da sieht. Diese riesen Beifuß da zum Beispiel. Äh und ja die meisten Sachen sind ham sich halt hier auch einfach auch ausgesamt, aber ich hab auch viel gepflanzt dazwischen. (interrupted by interviewer sign of attention) Is ne Mischung aus beidem. Ne Mischung aus Wildnis und Akzente setzen un hier ne. Jetzt sieht das auch wirklich sehr wild aus, weil ich dieses Jahr da nich viel gemacht hab. Eigentlich geht da so'n Weg durch. Ich nenn das das Zauberbeet (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)

21 **Interviewer:** [0:07:15.8] Ich würd schon gern durch gehen, aber wenn der Weg nich da is.

- 22 **Participant:** [0:07:18.7] Mh wir könnten gleich ma durchgehen.
- 23 **Interviewer:** [0:07:20.1] Ja können, also so (interrupted by participant) so gut is der Weg noch?
- 24 **Participant:** [0:07:22.2] Is'n Abenteuer ja (interrupted by interviewer sign of attention). Ne da liegen Steinplatten.
- 25 **Interviewer:** [0:07:24.4] Ah ja dann. (interrupted by participant) können wir gleich gern ma machen ja (interrupted by participant). Was verwendest du noch aus dem Garten? Also baust du auch Obst und Gemüse an?
- 26 **Participant:** [0:07:34.4] Mh Obst wächst hier ja wie wild, ne. Wir sitzen hier unterm Birnenbaum (interrupted by interviewer sign of attention) der Pflaumenbaum trägt dieses Jahr einigermaßen. Es sind nich viele, aber sind 'n paar dran. Pflaume, Zwetschge verwechsel' ich immer. Is jetzt nich sehr fachmännisch, aber öhm der Apfelbaum wurde voll lang nich beschnitten, trägt aber auch enorm (interrupted by interviewer sign of attention) kann man auch nich mehr beschneiden, kann man nur noch besägen (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Besägen hat auch nich viel Sinn. Ich muss es tun, weil der war so riesengroß, dass da auch das da auch hunderte Äpfel immer vorne immer auf die Straße gefallen sind (interrupted by interviewer sign of attention) und das war dann irgendwann auch zu nervig. Mh und da sind noch zwei Apfelbäume. Und da hab ich hier viele Stachelbeeren, Johannisbeeren und Himbeeren und dies, also ich steh schon auf Obstzeug ja.
- 27 **Interviewer:** [0:08:16.8] Die Stachelbeeren sind sehr lecker ja. Ham mir geschmeckt ja.
- 28 **Participant:** [0:08:19.9] Kannst'e gleich noch mehr pflücken. Hab die jetzt schon so lange in der Hand hier.
- 29 **Interviewer:** [0:08:23.8] Baust du Gemüse an?
- 30 **Participant:** [0:08:24.9] Ähm ja, aber eher weniger. Ähm einfach weil's zu viel Arbeit macht und ich sonst auch schon immer genug ernten kann (interrupted by interviewer sign of attention). Ich hab da 'n etwas anderen Blick drauf mittlerweile. Ich hab hier aber auch mehrjährigen Brokkoli. (interrupted by interviewer sign of attention) Den versuch ich fleißig zu vermehren. Ich hab jetzt hu nur drei Pflanzen die anderen ham die Schnecken gekillt. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber der is klasse, weil der kommt jedes Jahr wieder (interrupted by interviewer sign of attention) mh das Zeug äh ganz kontinuierlich da hin (interrupted by interviewer sign of attention) Brokkoli ja. Und ich hab hier so'n riesen Porree, das muss ma ja auch Gemüse nennen. Das geht nich anders. Er wächst halt auch (interrupted by interviewer sign of attention) wie Porree und schmeckt 'n bisschen nach Knoblauch. Ja. Das kann ich (inaudible) noch ausweiten auf'n paar Sachen. Na aber so wie ich die wilden Sachen verwende, kann man da schon von Wildgemüse sprechen teilweise.
- 31 **Interviewer:** [0:09:08.7] Sehr cool auf jeden Fall ja. Wie stehst du generell zu Selbstversorgung?
- 32 **Participant:** [0:09:17.6] Erstrebenswert. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm. Das äh sagt glaub ich schon alles. Also zu sagen, ich fühl mich konsequent ganz autark selber versorgen, is is halt einfach zu viel Arbeit so, halt ich auch für'n bisschen weltfremd. Wir sind in ner arbeitsteiligen Gesellschaft und alle arbeiten zusammen und da kann ma sich ach gegenseitig helfen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Da muss ma muss nich alles nur für sich selbst machen oder so. Weißt du, es gibt vielleicht Menschen, oder i ich hatte früher auch ma sone Ideen, ne, wenn ma jung is hat ma vielleicht ma solche autarken Gedanken, aber die Realität holt einen dann eben auch ein ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Deswegen sag ich das jetzt auch nochma. Für die jüngeren (laughter) braucht ihr gar nich versuchen (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter). Ne Zusammenarbeiten mit allem und all ja mit den Dingen (interrupted by interviewer sign of attention), mit den Menschen.
- 33 **Interviewer:** [0:10:01.0] Ja es is schon irgendwo (interrupted by participant) utopisch, also wenn ma wenn ma dann vom vom Gedanken her is natürlich cool sich komplett selbst zu versorgen, aber da fängt's schon an so ich brauch ja irgend'n Unterschlupf, oder irgendwo wo ich lebe. Was brauch ich

dafür? Steine um 'n haus zu bauen (interrupted by participant). Wo kommen die Steine her? Und da genau (interrupted by participant). Klar könnt ich jetzt Lehm aus'm Boden verwenden, aber es is alles nich so einfach (interrupted by interviewer sign of attention). Sanitäranlagen, Abwasser, Wasser, ne, stimmt schon.

34 **Participant:** [0:10:24.3] Aber ansonsten halt ich Selbstversorgung selbstverständlich für erstrebenswert. Natürlich. Kommt ja drauf an auf welcher Hinsicht ne (interrupted by interviewer sign of attention). Wenn wir jetzt über Lebensmittel reden, ne, Heilpflanzen, is es einfach, also Heilpflanzen is einfach für mich, aber Lebensmittel wird dann schon schwieriger, ne, aber viele praktizieren's ja auch. 'S geht schon. Is aber sehr sehr viel Arbeit, ne.

35 **Interviewer:** [0:10:47.3] Ja, ich mein irgendwo fair oder, also man versorgt sich dafür dann ja selbst ne. Muss halt dann die Arbeit da reinstecken. Ansonsten würde man irgendwas anderes arbeiten und würde dann mit dem verdienten Geld. Ja.

36 [0:11:03.8] **(unrelated to topic)**

37 **Interviewer:** [0:11:08.0] Du hast eben noch die Knoblauchsrauke erwähnt (interrupted by participant). Was machst du da draus?

38 **Participant:** [0:11:11.1] Öhm (interrupted by interviewer sign of attention) die kommt auch einfach mit in die Sauce oder in die Suppe (interrupted by interviewer sign of attention). Suppen mach ich sehr sehr gern, weil mach ich da halt viel von diesem Grünzeug verwerten kann so ne. Ich kombiniere das aber auch mit Dingen die ich kaufe natürlich. Das is jetzt wie gesagt nich so, dass ich da so ganz streng seh und nur die Dinge aus'm Garten verwende oder so. Ja, aber ich war ne Zeit lang auch sehr sehr geizig vor paar 'n paar Jahren und hab mich wirklich bin wirklich sehr auch ganz sicher auch um die Runden gekommen einfach dadurch, dass ich aus'm Garten immer was holen konnte (interrupted by interviewer sign of attention). Da kriegst'e einfach so'n Quark, der ja nix kostet und noch'n Paket Nudeln und Tomatensauce, was alles nix kostet sag ich mal, sehr wenig, kriegst du super gut aufgewertet mit so'n bisschen Know-How aus'm Garten ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Is dann auch sehr gesund auch glaube ich. Sagt die Literatur (interrupted by interviewer sign of attention) mhm

39 **Interviewer:** [0:12:02.6] Beliest du dich da dann in Büchern dazu?

40 **Participant:** [0:12:04.7] Mhm (interrupted by interviewer sign of attention). Ich hab öh also ein Buch, das ich ganz toll finde, die Enzyklopädie der essbaren Wildpflanzen Mitteleuropas. Kennst vielleicht auch (interrupted by interviewer sign of attention) äh wie heißt (interrupted by interviewer sign of attention) der Verlag. Weiß ich jetzt gar nich, aber dieser Fleischhauer und Guido Fleischhauer, wie der heißt und noch wer sin die Autoren und da kann ma schon ne menge lernen ja (interrupted by interviewer sign of attention).

41 **Interviewer:** [0:12:29.4] Ja eine meiner Aufgaben später wird noch rauszusuchen, was hier tatsächlich heimisch is äh, wie das normalerweise verwertet wird und dann das abzugleichen mit dem, was ich erfahre. (interrupted by participant). Wie sieht es aus mit dem Internet, benutzt du das Internet?

42 **Participant:** [0:12:44.8] Ja benutz ich auch mhm (interrupted by interviewer sign of attention) Ma einfach praktisch die Flora Incognita, oder Inkognito, ne Pflanzenbestimmungsapp (interrupted by interviewer sign of attention) die hilft schon enorm (interrupted by interviewer sign of attention) wenn man irgendwas rausfinden will. Is auch ziemlich zielgenau. Die sagt das nich immer 100 prozentig, welche Pflanze das is, aber oftmals gi äh überlässt sie dir dann eine Auswahl (interrupted by interviewer sign of attention) von wenigen Pflanzen, dann kann man, wenn ma bisschen Ahnung hat selber auch schon gut ausschließen und wenn du das dann im Nachhinein durch Fachliteratur oder sowas (inaudible)

43 **Interviewer:** [0:13:17.0] Wenn du meintest, wenn man so'n bisschen Ahnung hat. Wo kommt das bei dir her, dass du davon Ahnung hast?

44 **Participant:** [0:13:21.9] Öhm ja das äh, wenn das'n Hobby is äh guckt ma in

Pflanzenbestimmungsbücher. Optimalerweise hat ma noch Freunde, die sich auch damit befassen. Dann tauscht man sich'n bisschen aus und lernt noch viel viel schneller (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible), ja also Pflanzenbestimmungsbücher, ne, vom öh NABU, oder sowas, oder BUND gibts ja auch. Ja. Da gibts ja reichlich Bücher ne.

45 **Interviewer:** [0:13:47.2] Wann hast du damit angefangen dich dafür zu interessieren?

46 **Participant:** [0:13:50.5] Ähm jetzt bin ich 40, vor ungefähr 15 Jahren. Ja. Also relativ spät. Und (interrupted by interviewer sign of attention) Kontakt ne. Erst als Erwachsener. Mhm. Und es hat sich denn auch nur langsam gesteigert. Hatte im ersten Garten vor 12 Jahren oder so, da hat ich auch noch gar nicht so viel Ahnung. 'N paar Sachen kannt' ich halt schon. Hab halt Giersch ganz viel gegessen und mich gefreut, aber dann hab ich mehr und mehr kennen gelernt einfach aus Interesse heraus und ich geh auch so vor, wenn ich irgend ne Pflanze nicht kenn oder so, dann werd ich die nicht äh einfach als Unkraut weg hacken oder so, ich will immer vorher wissen, was das is (interrupted by interviewer sign of attention) und das is'n Motto von mir, das hab ich mir angewöhnt und wenn man so vorgeht lernt man automatisch.

47 **Interviewer:** [0:14:32.4] Ja schon. Meines (inaudible) ganz viel Potential dafür da zu lernen. Also, was alles wächst ne.

48 **Participant:** [0:14:41.3] Es is'n tolles Hobby, weil's irgendwie nicht aufhört ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Außer im Winter, da hat ma pause (laughter), aber (interrupted by interviewer sign of attention) ja es is man entdeckt immer mehr, man lernt immer mehr und denn halt auch im Nachhinein über die Verwendbarkeit der Dinge, was auch interessant is, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Weil fast alles hat irgendwie'n Nutzen, wenn man ihn denn sehen will, ne.

49 **Interviewer:** [0:15:04.8] Wie sah das vorher aus, bevor du dich dafür interessiert hast?

50 **Participant:** [0:15:09.8] Mh davor kannt ich Pfefferminze und Salbei (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Schon ma gute Heilpflanzen ja und den wilden Oregano das hat mich früher schon fasziniert. 'N Bekannter von mir da 'n ziemlich wilden Garten und der hatte ne riesen große Plantage möcht' das ma nennen von diesem wilden Oregano (interrupted by interviewer sign of attention) und das hat der ganz viel gegessen und ich hab's nur bestaunt, auch wieviel die Bienen und Hummeln da ran geh. Fand ich bewundernswert einfach ne und so was wollt ich auch immer selber haben und jetzt hab ich's auch selber, mittlerweile kann man sagen ich hatte es selber wa schon viele andere Sachen größer und stärker wachsen als dieser Oregano und man muss sich auch gar nicht so doll um ihn kümmern.

51 **Interviewer:** [0:15:49.2] Ja is ja wild ne? (interrupted by participant) Was machst du dann mit dem?

52 **Participant:** [0:15:53.7] Äh der wird auch zum Würzen verwendet (interrupted by interviewer sign of attention) so in Saucen, Suppen, ja, auch in größeren Mengen. Der is nicht so intensiv ne kann ma auch bisschen mehr von nehmen.

53 **Interviewer:** [0:16:02.5] Eben hast du Salbei erwähnt.

54 **Participant:** [0:16:04.3] Mhm Salbei trink ich als Tee halt gerne meine Frau auch.

55 **Interviewer:** [0:16:08.5] Gegen was, wenn ich fragen darf?

56 **Participant:** [0:16:10.9] Ähm ja eigentlich (interrupted by interviewer sign of attention)

57 **Interviewer:** [0:16:11.8] Oder für was?

58 **Participant:** [0:16:12.4] Ja bei Husten ne, aber auch präventiv einfach so zwischendurch. Is ja auch'n gutes Mittel gegen Würmer, hab ich gelesen und äh da wir sowieso fast alle Würmer in uns haben, hab ich ma so ergoogelt, macht das Sinn hin und wieder ma so 'ne kleine Wurmkur mit sich selbst durchzuführen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Da hilft auch Minze und rohe Karotten oder Knoblauch so ein was ganz einfache Sachen ne.

- 59 **Interviewer:** [0:16:35.1] Mhm. Informierst du dich aktiv im Bezug auf gesünder leben, das Thema, das Themengebiet gesünder leben, oder gesundes Leben?
- 60 **Participant:** [0:16:46.9] Öh ja interessiert mich schon lange, deswegen hab ich mich auch damit befasst ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Also das das is einer der Beweggründe. Früher hab ich halt auch mehr geraucht. Jetzt rauch ich schon länger nich mehr und äh auch viel Alkohol getrunken, jetzt trink ich weniger und ähm ja mir war auch schon irgendwie klar, dass man dann wahrscheinlich nich so alt wird und ich mein wen interessiert das nich? Sich gesund und wohl zu fühlen ne, das is halt ja. Liegt nahe, ne.
- 61 **Interviewer:** [0:17:26.7] Bist dann mit Garten aufgewachsen?
- 62 **Participant:** [0:17:28.5] Öhm ja, als ich 4 Jahre alt war sind wir dann auf's Land raus gezogen, vorher hab ich hier in der Stadt gewohnt.
- 63 **Interviewer:** [0:17:34.6] In Bremerhaven?
- 64 **Participant:** [0:17:35.9] Zuerst ham wir hier in Bremerhaven gewohnt, da hat ich da hatten wir damit nichts am Hut und dann sind wir glücklicherweise raus öh nich weit, 10 km Richtung Norden in so ein kleines Dorf da gezogen und denn hatten wir auch 'n Garten da ham meine Eltern dann auch Gemüse angebaut und wir hatten Hühner und 'n Kaninchen und ich hab da auch schon die Tiere gefüttert und so'n bisschen Kontakt zu der ganzen Pflanzenwelt und der Natur und so erfah erfahren ja.
- 65 **Interviewer:** [0:18:05.5] Würdest du sagen, dass du da schon Interesse für das Thema gehabt hast?
- 66 **Participant:** [0:18:10.4] Ja ich hab, also, dadurch, dass ich mich um die Hühner gekümmert hab, mir angeguckt, was die Hühner gerne fressen. Ähm und genau das dann auch ausgewählt. Äh als ich auf der Wiese war und gepflückt hab. Also einfach Rasen essen sie halt gern, Klee essen sie sehr gerne, Löwenzahn auch und bestimmte Sachen eben nich so gerne, die lässt man dann weg, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Die äh Butterblume hier. So. Fäll fällt mir grade der name nich ein. Hahnenfuß; Kriechender Hahnenfuß ne. Is ja aber auch nich giftig, wenn's, wenn er getrocknet is. Wissen viele nich, glaub viele Bauern wissen das nichmal.
- 67 **Interviewer:** [0:18:50.2] Ja? Ja ich bin auch. Nich nich essen, hab ich mitbekommen in der Kindheit, aber wenn's getrocknet is ja is noch mehr? (interrupted by participant) Okay.
- 68 **Participant:** [0:18:59.1] Gut die Bauern werden's wohl wissen, wenn sie das zu Heu äh verarbeiten, weil das sin halt Sachen, auf die man achten muss, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber der kann mit in's Heu, weil er dann trocknet und dann f gehen die Giftstoffe verloren. (interrupted by interviewer sign of attention) Naja is äh, find sehr interessant zu wissen, weil auf vielen Wiesen (interrupted by interviewer sign of attention) is er halt stark am wuchern und bleibt übrig, weil er frisch auch nich gefressen wird auch von den Tieren (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm ja ne hab ich natürlich ja schon 'n kleines Bild gemacht von den Dingen. Oh Gundermann kann ich vielleicht auch schon vom Aussehen ich hab halt auch 'n Auge entwickelt dann vielleicht schon als Kind 'n bisschen (interrupted by interviewer sign of attention), aber dass richtig spezialisiert wie gesagt erst als Erwachsener. Anders als mein Bruder, der war schon mit, der is 8 Jahre jünger als ich, als ich 20 war ja war der zwölf oder was und da hat der sich unheimlich schon interessiert für alles mögliche, für die Vogelwelt, er is jetzt auch 'n (inaudible) ziemlich bekannter Ornithologe und der hat Forstwirtschaft studiert, der kennt sich noch besser aus als ich. (interrupted by interviewer sign of attention) Nich in allen Bereichen, aber doch. Aber der lebt in Norwegen, den kriegen wir hier nich ran jetzt (laughter).
- 69 **Interviewer:** [0:20:04.5] Na aber du scheinst, also gut geeignet für das zu sein, was ich vor habe, also ja ne.
- 70 **Participant:** [0:20:10.9] Ich kenn mich auch'n bisschen aus über den Ursprung der Pflanzen, was dich sicher ja auch interessiert gleich, also ob die Dinge heimisch sind, oder wo sie ihren Ursprung haben ebent. (interrupted by interviewer sign of attention) Klar das eh gehört mit dazu find ich, auch alleine

schon zu gucken welche Pflanzen sind halt invasiv und möglicherweise ne Bedrohung für die heimische Pflanzenwelt und ja (interrupted by interviewer sign of attention) is ja auch'n Thema ne.

- 71 **Interviewer:** [0:20:36.4] Ja muss man bisschen aufpassen mit, was man sich in den Garten holt und was dann eventuell ausbricht (interrupted by participant). Ja sind viele nich so vorsichtig mit. Ah is genauso wie mit Tieren, wenn man immer wieder hört, dass irgendwo Schlangen ausgesetzt werden, oder irgendwelche Fische in irgendwelche Gewässer gesetzt werden. (interrupted by participant) Ja das is schon 'n Thema (interrupted by participant). Hast du in ne Schule pflanzenbezogene Kurse gehabt?
- 72 [0:21:01.4] **Participant:** Nein. Nich. (interrupted by interviewer sign of attention) mm. Ganz oberflächlich angerissen vielleicht. Ne sonst nich. Das hab ich mir schon alles autodidaktisch (interrupted by interviewer sign of attention) erarbeitet und ich muss sagen zum Teil auch durch mh 'n Kumpel, der sich da auch sehr intensiv mit befasst. (interrupted by interviewer sign of attention) Und dann hab ich halt noch'n paar Freunde, die s auch sich 'n bisschen wenigstens damit auseinandersetzen. Ja. Ich hab jetzt schon etwas umfassenderes Bild. Ma sagen, ich weiß nich wie viele unterschiedliche Pflanzen es gibt, also diese niedere Botanik sag ich ma, dass was wa am Boden is, wo wir rüberlaufen (interrupted by interviewer sign of attention), davon kenn ich das Meiste mittlerweile, von dem was hier so is. Alles nich. Das nich. Aber schon hunderte Arten würd ich ma sagen, kann ich bestimmen. Ja.
- 73 **Interviewer:** [0:21:48.6] Das is viel ja.
- 74 **Participant:** [0:21:50.6] Und das auch einfach nur durch angucken, ne. Also es is viel, mich ham schon manche gefragt, wie machst du das? Das gibt es, für mich is alles nur grün und dann hab ich gesagt, ja das is so als wenn du 'n Gesicht vom Menschen anguckst. Es hat halt so individuelle Züge und die das prägt sich dann irgendwo ein, wenn man wenn einen das interessiert, dann kann man das auch irgendwann auch (interrupted by interviewer sign of attention). Dann wird man äh feinfühlig dafür.
- 75 **Interviewer:** [0:22:14.3] Ich glaub, das is ne Übungssache, oder ne Interessenssache. (interrupted by participant) Andere Leute werden eventuell ihre Ressourcen auf andere Sachen verwerten, oder andere Sachen zu lernen, aber ja nein grün, nur grün würd ich nich sagen, also. (interrupted by participant). Also keine Schule, nichts, also nichts in der Schule dazu gehört. Nich keine Schule.
- 76 **Participant:** [0:22:42.2] Ne, also ich hab zwar allgemeine Hochschulreife, ich hatte da auch Biologie als Fach natürlich, aber ne da nix in Botanik weiß ich nich.
- 77 **Interviewer:** [0:22:51.8] Okay. Hast du danach öh, also äh würd, würdest du die allgemeine Hochschulreife also höchsten äh Bildungsabschluss werten, oder hast du studiert, Ausbildung gemacht, sowas in der Art?
- 78 **Participant:** [0:23:03.2] Also studiert hab ich nicht. Öhm ja ich hab danach nur ne Berufsausbildung gemacht in nem ganz anderen Bereich halt ne. 'S (interrupted by interviewer sign of attention) das was mich interessiert. Handwerk.
- 79 **Interviewer:** [0:23:14.2] Die is abgeschlossen?
- 80 **Participant:** [0:23:15.1] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) Offsetdrucker. Ja. Aber jetzt beruflich das anwenden, was mich wirklich interessiert kann ich eigentlich nich. Da seh ich keine Möglichkeiten.
- 81 **Interviewer:** [0:23:25.5] Also hast du professionell mit Pflanzen zu tun?
- 82 **Participant:** [0:23:29.1] Ne.
- 83 **Interviewer:** [0:23:30.0] Ne. Ich hab von zwei Leuten jetzt gehört, die machen, also natürlich nich hauptberuflich, aber die bieten einfach Touren durch ihren Garten an und machen so Bestimmungskurse so'n bisschen mit den Leuten (interrupted by participant) und Pflanzenkunde. Ich weiß nicht, ob das auch was für dich is, aber.

- 84 **Participant:** [0:23:48.4] Sowas mach ich auch (interrupted by interviewer sign of attention), aber dann nehm ich da kein Geld für. (interrupted by interviewer sign of attention) Weil die Leute, mit denen ich da in Kontakt komm, so, den mag ich dann kein Geld abknöpfen (interrupted by interviewer sign of attention). Für mich gehört da schon irgendwie 'n bisschen was privates, persönliches zu. Ich mach das halt auch gerne so. Und irgend so jemand da find ich auch schon unverschämt irgendwie so. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich mach auch viele Sachen so ohne da Geld für haben zu wollen ne. Das kommt dann aber auch natürlich zurück. Aber gut, das liegt wieder auch (inaudible) daran, das es Bremerhaven is ne kleine Stadt und ja man hat hier vielleicht so meine 50 Freund und so und dann hilft man sich halt gegenseitig und nimmt da kein Geld für, oder sowas ne. Und wenn dann ma irgendwelche coolen Leute sag ich jetzt ma so dazukommen, will ich ja nich gleich sagen, hier kris will ich jetzt aber Geld haben, weil ich dir hier irgendwas zeig.
- 85 **Interviewer:** [0:24:32.3] Ja kann ich (interrupted by participant) äh versteh ich (interrupted by participant) ja. Es war nur, war nur ein Gedanke.
- 86 **Participant:** [0:24:35.7] Mhm ne klar.
- 87 **Interviewer:** [0:24:38.0] Das war gar nich äh
- 88 **Participant:** [0:24:40.8] Ne versteh die Idee schon natürlich, aber äh in Berlin oder Hamburg kann ich mir das eher vorstellen, vor allem Bremen auch sogar, aber hier fehlt einfach das Klientels dafür. (interrupted by interviewer sign of attention) Das halt auch überschaubar find glaube ich. Gut ich kenn nich die ganze Stadt, aber 120.000 Leute wohnen hier jetzt (interrupted by interviewer sign of attention) aber Jürgen Feder war ma l hier, dass is der Pflanzenmann schlechthin (interrupted by interviewer sign of attention) der Pflanzenbestimmungsmann, der wohnt da in Bremen (interrupted by interviewer sign of attention), der war auch schon im Fernsehen öfter ne, auf N3 denn oder so. Das is wirklich 'n wandelndes Lexikon, der hat auch 'n deutlich besseres Auge als ich, da hat ich dann auch nich mehr viel zusagen, als ich mit dem unterwegs war, da hab ich auch nur gestaunt und die Leute, die sich dafür interessiert haben, das warn denn 15 oder so und ja das war schon bekannt, also das der kommt und ja 150 hätten's sein müssen sag ich mal. Für sone große Stadt ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenn so 'ne Ikone kommt (interrupted by interviewer sign of attention). Mhm.
- 89 **Interviewer:** [0:25:48.3] Wie würdest du das Interesse an dem Thema hier in der Stadt einschätzen?
- 90 **Participant:** [0:25:55.2] Äh als eher gering (interrupted by interviewer sign of attention) mhm. Ähm ja gut das jetzt nur meine Einschätzung.
- 91 **Interviewer:** [0:26:02.4] Und was glaubst du, woran das liegt?
- 92 **Participant:** [0:26:04.2] Ähm, also das Thema essbare Wildpflanzen meinst du jetzt, oder dein Thema Heilpflanzen?
- 93 **Interviewer:** [0:26:13.6] Beides.
- 94 **Participant:** [0:26:14.3] Mhm
- 95 **Interviewer:** [0:26:15.1] Oder generell (interrupted by participant)
- 96 **Participant:** [0:26:15.9] Es is ja schon 'n Unterschied (interrupted by interviewer sign of attention). So Heilpflanzen das interessiert schon so gut wie jeden, also n nich so gut wie jeden, aber viele Hausfrauen interessieren sich dafür 'n ham natürlich auch Heilkräuter auf ihrem Balkon und so weiter, das Thema essbare Wildpflanzen is so 'n bisschen, scheint vielen äh einfach auch sehr abstrakt. Manchen Leuten hab ich das erzählt und die haben einfach nur gestaunt, aber ja gibts unterschiedlichste Reaktionen ne. Manchmal wundert man sich auch, weil ja manch einer erzählt denn ja ich esse auch Giersch, oder ich mag dies und das ne und insgesamt würd ich aber sagen, dass deutlich weniger als 10 Prozent der Menschen da überhaupt 'n Zugang zu haben (interrupted by interviewer sign of attention). Wahrscheinlich eher so 5 oder 2 Prozent.
- 97 **Interviewer:** [0:27:03.0] Du meinstest du bist 40 oder? Also Jahrgang 81?

- 98 **Participant:** [0:27:05.9] 80
- 99 [0:27:06.5] **Interviewer:** 80 Jahrgang (interrupted by participant) 80 okay. (interrupted by participant)
- 100 **Participant:** [0:27:07.4] Bald 41.
- 101 **Interviewer:** [0:27:08.2] Bald 41 ja.
- 102 [0:27:09.5] **Participant:** Wie alt bist du?
- 103 **Interviewer:** [0:27:11.3] Bin 24.
- 104 **Participant:** [0:27:12.3] Oha. Mhm.
- 105 **Interviewer:** [0:27:14.6] Schade du wärst, bist ganz knapp an meiner zweiten Altersgruppe dran. Da find ich keine keinen öh grad keine Leute für. Generell is es schwierig da Leute zu finden, die mir was dazu sagen wollen oder überhaupt können (interrupted by participant) eher können als wollen. Ja. Mh naja.
- 106 **Participant:** [0:27:32.3] 24 bist du erst ja und schon so'n cooles Studium (interrupted by interviewer sign of attention) hört sich echt gut an.
- 107 **Interviewer:** [0:27:37.6] Nagut, dafür hab ich keine Ausbildung gemacht und hab noch nich in dem Bereich gearbeitet ne (interrupted by participant). Alles vor und Nachteile. Irgendwann muss man Geld verdienen (interrupted by participant), oder 'n Garten haben, um günstiger leben zu können, aber ich hab beides grad nich. (interrupted by participant) Während 'em Studium hat ich 'n Garten. Da hab ich dann auch viel Obst und Gemüse rausbekommen. Viel Kräuter. (interrupted by participant), aber das hat mich erstaunt. Also wir hatten zwei Apfelbäume. Was da an Äpfeln bei rausgekommen is, unfassbar. Unmengen. Alles schön eingekocht.
- 108 **Participant:** [0:28:09.6] Mhm. Ja hier is auch schon bisschen zu viel, da machen wir dann auch Saft von (interrupted by interviewer sign of attention). Die Hälfte des Gewichts kommt an Saft raus (interrupted by interviewer sign of attention) hat sich dann so rausgestellt. (interrupted by interviewer sign of attention) So ne ganz gute Rechnung ne? So'n Baum wirft bestimmt 100 kg ab, oder 200 je nach dem.
- 109 **Interviewer:** [0:28:23.6] Ja wir ham wir ham nachgewogen bei unserem warn's 140 knapp (interrupted by participant) und da ham wir 50 Liter Saft gemacht und dann den Rest ham wir eingekocht (interrupted by participant). Ja 's war ganz gut.
- 110 [0:28:32.0] **Participant:** 'S is klasse ne? (interrupted by interviewer sign of attention) Ich hab einmal auch, ich hab hier noch Trauben, kernlose, die hab ich immer mit dazu gegeben (interrupted by interviewer sign of attention) grade auch mit reingehauen (interrupted by interviewer sign of attention). 'S macht das noch'n bisschen süßer.
- 111 **Interviewer:** [0:28:41.1] Traubensaftnote ja (interrupted by participant). Weißt was das für Äpfel sind?
- 112 **Participant:** [0:28:44.7] Äh das weiß ich leider nich ähm die Sorten kann ich dann nich bestimmen, ich weiß nur Boskop, also Boskop ne, der ganz außen ne. Die anderen kenn ich nich.
- 113 **Interviewer:** [0:28:55.4] Obwohl wenn der gut Sonne bekommt is der auch von sich aus schon eher süßlich ja.
- 114 **Participant:** [0:28:59.5] Ja, das is äh sortenabhängig. Der is im August schon reif (interrupted by interviewer sign of attention), da muss ma praktisch schon ernten, die fallen dann auch alle runter. Im September hängt da kaum noch was am Baum und is ziemlich süß. Das is halt sortenbedingt. Super krasse leckere Äpfel, sehr sehr süß und saftig und knackig und toll einfach und die anderen beiden sind 'n bisschen saurer ähm ja Boskop eben und der da vor der der hängen die manchmal noch bis zum Januar am Baum (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, die meisten vergammeln natürlich, (interrupted by interviewer sign of attention) aber 'n paar halten sich aber auch richtig

(interrupted by interviewer sign of attention) lange, dass is schon so'n Lagerapfel, der auch Ziemlich viel Wachs irgendwie bildet.

115 **Interviewer:** [0:29:39.5] Ja also Boskop generell is ja, der verschrumpelt meisten nur, zumindest wenn man ihn lagert, aber essbar is er lang, aber dass der am Baum so lange (interrupted by participant)

116 [0:29:45.9] **Participant:** Ja (interrupted by interviewer sign of attention) das hat mich auch gewundert (interrupted by interviewer sign of attention) und das sind halt so unglaublich viel und der wird auch kaum reif, mh also 'n paar Äpfel werden vielleicht ma richtig rei groß und reif und dann auch süßlicher, ansonsten is es 'n sehr saurer Apfel. Ich rede jetzt nich von dem Boskop. Von dem davor noch (interrupted by interviewer sign of attention), der is so ähnlich nur sieht ganz anders aus. Is gutes Vogelfutter, (interrupted by interviewer sign of attention) weil die kann man denn halt vorher reinholen und nach und nach immer rausschmeißen so ne (interrupted by interviewer sign of attention) wenn bedarf besteht.

117 **Interviewer:** [0:30:10.4] Am Baum hängen sie dann auch ja.

118 **Participant:** [0:30:13.4] Ich fütter sonst kein Vögel großartig, aber so'n bisschen nachhelfen kann man ja hier (interrupted by interviewer sign of attention) hier und da is ja nich schlimm.

119 **Interviewer:** [0:30:18.8] Und solange man keine Abhängigkeiten erzeugt. Ja (interrupted by participant) genau. Wollen wir ma durchgehen und ma schauen, was du hier noch hast und wie du die Sachen verwendest?

120 **Participant:** [0:30:28.1] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) da natürlich gern. Wir können da durch geh, wir können aber auch einfach drumherum gehen, dass is mh viel einfacher äh (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Ich seh ja hier können wir gleich hier unten anfassen. Man soll das ja nich missachten, ne. **Gundermann** (interrupted by interviewer sign of attention) äh top Pflanze ne verwend ich halt auch manchmal mit im Tee, oder hau ich mir ins Essen rein. (interrupted by interviewer sign of attention) In kleinen Mengen.

121 **Interviewer:** [0:30:49.6] Bei speziellen Anlässen?

122 **Participant:** [0:30:51.5] Öh nö, einfach so (interrupted by interviewer sign of attention), aber äh hab ich von Jürgen Feder, der hat mich gefragt, was is der Grund, is 'n altes Wort für Eiter, weil die ham das früher benutzt. Das is also auch ne alte, heimische Pflanze hier um Eiter aus'm Körper rauszuziehen. (interrupted by interviewer sign of attention) Und äh musst ich auch schon mal ausprobieren, bei so nem komischen Geschwür, was ich da hatte, da hab ich denn tatsächlich ganz viele Blätter genommen und die so ganz klein gerieben, darauf gemacht, Pflaster rüber und geguckt, was passiert. Und es hilft tatsächlich (interrupted by interviewer sign of attention), also man kann denn danach de des den Pickel ausdrücken so. (interrupted by interviewer sign of attention) So (interrupted by interviewer sign of attention). Is ekelhaft, aber wahr.

123 [0:31:27.6] **Interviewer:** Jein. Es gehört zum Körper dazu, ne.

124 [0:31:30.0] Ja stimmt. Hm ja hier'n bif die Malven halt ne, ganz ganz viel. Das edelste an der Malve, is nich sehr ertragreich, aber finde ich sind diese Blüten, die noch nich geöffnet sind (interrupted by interviewer sign of attention). Die drück ich dann immer so aus, (interrupted by interviewer sign of attention) guck ich mir das an und dann einfach rein damit (interrupted by interviewer sign of attention). Is auch sehr lecker sogar. Hab das, dass müsst hier ja auch ma reine kriegen. Kannst die so auch so ausdrücken einfach und manchmal sind da kleine Löcher drin, dann sind da irgendwelche Tiere drin. In der Regel sag ich immer zu mir selbst, stell dich nich so an, sei nich so 'ne Pussy oder so und dann ess' ich das einfach ne, aber ich hatte auch schon (inaudible)

125 **Interviewer:** [0:32:15.5] Proteineinlage ne (interrupted by participant). Ja schmeckt echt gut.

126 **Participant:** [0:32:20.4] Zitronenmelisse wächst hier auch wie wild, obwohl die ja ursprünglich aus'm Mittelmeerraum kommt. Die is hier ja aber auch schon so lange jetzt, ich weiß nich wie lange, Jahrhunderte, dass man sie schon als heimische Pflanze bezeichnen kann ne.

- 127 **Interviewer:** [0:32:33.1] Ja wenn sie vor 1492 war das glaub ich äh eingeführt wurde, dann is 'ne Paleophyte, dann gehört die mittlerweile hier dazu, danach sind Neophyten, gehört eigentlich, also botanisch gesehen jetzt rein von der Klassifizierung her. (interrupted by participant) Ich weiß nicht genau, wann sie eingeführt wurde, aber.
- 128 **Participant:** [0:32:46.7] Zu der Malve muss ich sagen, da weiß ich jetzt gar nicht genau. Die hieß früher ja Käsepappel, also is schon mittelalterlicher Begriff ähm, aber die wird wohl auch aus'm Mittelmeerraum kommen wie so viele Sachen halt (interrupted by interviewer sign of attention) ne. Brombeeren, das die stachellose Brombeere, find ich 'n bisschen cooler (interrupted by interviewer sign of attention) , de mit Stacheln versuch ich immer zu verdrängen ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Hier zumindest, obwohl die natürlich auch wertvoll is in Wildzonen, also so richtige Wildniszonen (interrupted by interviewer sign of attention) , also hier is ja jetzt keine richtige Wildnis. Äh da verstecken sich ja viele Tiere und nutzen das dann (interrupted by interviewer sign of attention) und das hau ich auch mit ins Essen rein, diese frischen Triebe (interrupted by interviewer sign of attention) mhm. Und immer wenn ich dabei bin, sowas zu zeigen, muss ich auch irgendwie immer was esse. Immer so 'ne Kleinigkeit, hab ich mir angewöhnt. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. **Wasserdost**, dass auch heimisch. Is ne aber giftig. Mach ich auch nix mit. Das is für die Bienen. Öh allerdings macht die Dosis das Gift. Da kann man auch was mit machen. Neulich kam mein Kumpel da, der sich auch gut auskennt, der (name) und sagte hier Wasserdost will ich jetzt haben von dir und dann hat er sich bisschen was abgestochen, das war im Frühjahr nämlich wegen Covid 19. Da soll das auch helfen.
- 129 **Interviewer:** [0:34:02.2] Also bei respiratorischen Sachen, okay.
- 130 **Participant:** [0:34:04.6] Öhm respiratorisch, was das?
- 131 **Interviewer:** [0:34:06.9] Also Atemwegserkrankungen.
- 132 **Participant:** [0:34:07.7] Achso mhm. Ja ich denk da er hat mit Viren hat das irgendwas zu tun.
- 133 **Interviewer:** [0:34:12.0] Au oder anti antivirales (interrupted by participant) Mittel. (interrupted by participant) kann auch sein.
- 134 [0:34:15.3] **Participant:** Da soll auch **einjähriger Beifuß** helfen, keine Ahnung. Ich denke impfen hilft auch (laughter). Ich bin da nicht so'n Dramatiker, obwohl sagen wir's ma so, ich glaub eigentlich, dass mir das nix anhaben kann, die Krankheit, aber ich lass mich natürlich impfen aus Verantwortung anderen gegenüber so. (inaudible) muss ja auch nicht'n egoistisch sein. (laughter)
- 135 **Interviewer:** [0:34:36.8] Ja geht ja auch dadrum, die Schwächeren zu schützen (interrupted by participant) die sich nicht impfen lassen können.
- 136 **Participant:** [0:34:43.3] Ich muss hier ma gucken, ob die schon gut sind noch.
- 137 **Interviewer:** [0:34:47.0] Ich sag nein.
- 138 **Participant:** [0:34:47.7] Ja is noch'n bisschen hart. Kann man aber essen.
- 139 **Interviewer:** [0:34:53.2] Meistens zieh ich dadran und wenn sie leicht abgehen, dann (interrupted by participant) ne Maunki. (interrupted by participant)
- 140 **Participant:** [0:34:58.2] Is noch zu früh. Okay, was haben wir denn hier noch. Beifuß verwend ich im Frühjahr als Gewürz. Jetzt nicht mehr. Jetzt vielleicht als äh Duftstoff. Duftet halt ganz toll, steck ich mir in 'ne Tasche. Hilft 'n bisschen gegen Mücken und irgendwelche Viecher (interrupted by interviewer sign of attention), aber nur geringfügig.
- 141 **Interviewer:** [0:35:21.9] Ich hab getrockneter Beifuß, wenn man ihn hin hängt und w sag ich noch nicht, sag ich später vielleicht (interrupted by participant). Wenn ich jetzt was sagen würde, wär das äh kontraproduktiv, dann würd ich dich vielleicht auf Sachen bringen und dann
- 142 **Participant:** [0:35:34.0] Gegen böse Geister wolltest vielleicht sagen (interrupted by interviewer sign

of attention) (laughter) Okay. Ja gut. Gartenkresse. Heimische Pflanze, hier aus'm norden. Auch Strandkase oder Pfefferkraut is gar nich so bekannt. Willst ma probieren? Vorsicht. Echt scharf, also wenn's zur Zungenspitze kommt vor allen Dingen. Ähm beeindruckende Pflanze. Und was sagst? Scharf ne?

143 **Interviewer:** [0:36:04.5] Ja

144 **Participant:** [0:36:06.8] Is tatsächlich auch 'ne Kresseart, (interrupted by interviewer sign of attention) und wuchert wie Wahnsinn.

145 **Interviewer:** [0:36:10.9] Ja wollt ich grad sagen, die schmeckt nach also schmeckt also erinnert mich an Kapuzinerkresse. Und erinnert mich aber auch 'n bisschen an Meerrettich.

146 **Participant:** [0:36:16.6] Mhm hat auch diese meerrettichartige Senfölschärfe (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Sauer buh sieht auch so aus 'n bisschen is aber botanisch halt ja Kresse. Also mit dieser einjährigen indischen Kresse und so verwandt und ja hier'n heimisches Gewächs soll hier angeblich äh nam an den Küsten irgendwo wachsen, hab ich aber noch nie in der Wildnis gesehen. Hab's con Gärtnerei Rühlemann muss ich ja auch noch erwähnen, da wa hab ich viel von meinem Wissen auch her. Rühlemanns is halt ne Gärtnerei hier in der nähe, die auch viele Informationen dann noch mit dazu geben (interrupted by interviewer sign of attention) über die Pflanzen, die die verkaufen und die ham ne ganz gute Vielfalt.

147 **Interviewer:** [0:36:58.2] Kann ich mir die mitnehmen (interrupted by participant) weil du die hier grad rausgezogen hast?

148 **Participant:** [0:37:01.2] Jo kannst auch'n schöneres noch kriegen, aber dies is so knallhart, wenn du dieses Wurzelstück in Wasser stellst, das lebt (interrupted by interviewer sign of attention) das kriegst'e so schnell nich tot.

149 **Interviewer:** [0:37:12.5] Na is okay, kommt heut (interrupted by participant) Abend in Salat 'n bisschen.

150 **Participant:** [0:37:14.4] Die Wurzel kann ma glaub ich auch nehmen. Is halt jetzt kein Meerrettich, aber Wurzel soll auch sehr zäh sein.

151 **Interviewer:** [0:37:21.2] Probieren wa ma.

152 **Participant:** [0:37:22.1] Aber wenn du da tolle Sachen ham willst, da hinten is noch mehr als genug für'n Salat. Überfluss. Total. Ja hier Knoblauchsrauke wie schon erwähnt ne. Die is jetzt wohl im ersten Jahr, weil die sich hoch schlängelt bisher, die sin ja auch zweijährig soweit ich weiß. Die müsste auch heimisch sein eigentlich und die ess ich auch einfach so mit Salat und auf Brot und Knoblauch, da weiß ich nich wo der her kommt. Da drüben aus'm anderen Garten hab ich den übernommen. Mir hat einer gesagt, das is Elefantenknoblauch, oder Riesenknoblauch (interrupted by interviewer sign of attention). Kräuter Sam sagt, dass is 'n Porree, aber er schmeckt nach Knoblauch (interrupted by interviewer sign of attention). Würdest du schon auch sagen. (interrupted by interviewer sign of attention) is'n Knoblauch. Nix Porree.

153 **Interviewer:** [0:38:12.1] Mh obwohl, doch schon (interrupted by participant) ich würd sagen es schmeckt nach ähm nich wi se wi se mh wie wie die Schärfe schmeckt anders also bei Knoblauch würd ich sagen.

154 **Participant:** [0:38:24.1] Gut das war jetzt die Blüte. Das Blatt is halt noch spezieller, also (interrupted by interviewer sign of attention) is schon sehr doll Knoblauch muss ich sagen.

155 [0:38:29.9] **Interviewer:** Das öh hier, glaub ich dir.

156 **Participant:** [0:38:32.9] Minze brauch ich eigentlich nix zu sagen, die wächst hier wie bescheuert, ich mag Minze. Da hab ich viele Arten von. Ich weiß nich wie die heißen (interrupted by interviewer sign of attention). Des äh, bei 'n paar weiß ich's, aber die übrigen nich.

- 157 **Interviewer:** [0:38:46.3] Machst du was spezielles mit der Minze dann?
- 158 **Participant:** [0:38:48.3] Öhm ja eigentlich als Tee, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Insessen eher weniger, aber auch'n bisschen um das aufzufrischen manchmal ja.
- 159 **Interviewer:** [0:38:57.2] Trinkst du gerne Tee?
- 160 **Participant:** [0:38:58.4] Ja ich trink schon relativ viel Tee, einfach aus gesundheitlichen Gründen joa. Ja anstatt Kaffee dann auch mal ne. Nachtkerze, die kommt ja aus Nordamerika so jetzt glaub ich nich der schlimmste invasive Neophyt, is eigentlich eher, soll sogar ganz gut sein für viele Schmetterlinge und so ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Die Blüten (inaudible) irgendwie auch so rein. Manchma wenn ich die Zeit hab, sammel ich alle möglichen Blüten und mach dann so'n bunten Salat dadraus. Sieht toll aus. Schmeckt. Rucola kommt ja aus'm Mittelmeerraum ja is aber einfach super lecker ne (interrupted by interviewer sign of attention). Der hat jetzt auch so'n wilden Charakter hier, den hab ich hier jetzt auch nich gesäht, öhm zumindest nich bewusst, oder direkt, dass is so, dass ich den, wenn ich ihn seh versuch ich ihn 'n bisschen freizuhalten und wenn ich die mal Samen hab, okay, streu ich die hier und da hin, un im Endeffekt macht er selber, was er will
- 161 **Interviewer:** [0:39:58.6] Sehr schönes Aroma.
- 162 **Participant:** [0:39:59.9] Und da hab ich den hier und da mal und wenn ich ihn entdeck' ja wie gesagt, halt ich ihn frei und so das is ja die Mischung aus Wildnis und was geil is'n Rucola, der wächst ja wie wahnsinnig, da hab ich auch ganz ganz viel von geerntet. Sieht zwar nich so aus, aber die wachsen einfach wie bescheuert (interrupted by interviewer sign of attention). **Blutweiderich**, den hab ich jetzt echt nur, weil er schön aussieht. Auch wenn das ne alte Heilpflanze is, als eh blutstillendes Mittel. Das musst ich zum Glück noch nie benutzen.
- 163 **Interviewer:** [0:40:28.4] Ich sag immer ich hoffe das bleibt auch so, aber 's is gut, das wenn, dann wüsstest du's.
- 164 **Participant:** [0:40:32.6] Ja. Okay, w was genau wüsst' ich jetzt auch nich, also rein instinktiv würd ich wahrscheinlich die Pflanze nehmen, zerreiben und dann da drauf de äh drücken joa ja auf die Stelle oder so, ne.
- 165 **Interviewer:** [0:40:44.6] Na ich check das auf jeden Fall.
- 166 **Participant:** [0:40:47.0] **Herzgespann** is jedenfalls Mitteleuropa heimisch. Gibt auch mehrere Arten davon. Das jetzt hier in Bremerhaven schon so'n bisschen vertreten, weil ich daran gearbeitet hab (laughter). Ich hab also echt auch äh gelesen die Hummelpflanze Nummer 1 soll's sein. (interrupted by interviewer sign of attention) Gleichzeitig als Heilpflanze gut. Kannst das in kleinen Mengen essen, oder halt Tee von machen. Gut für's Herz, wie der Name schon sagt (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm und dabei nich so bedenklich wie jetzt Fingerhut, oder so. Also relativ ungiftig und ja, hab's dann hier und da hingestreut, de Samen und es wächst jetzt nich nur in einem Garten ganz gut und samt sich aus, sondern auch anderswo schon. Steht ja auch unter Naturschutz (interrupted by interviewer sign of attention). Öhm weiß nich ob's überall so is. Manchmal liest man Sachen. Steht auf der roten Liste steht unter Naturschutz bla bla bla ne is es aber nur in bestimmten Bundesländern. (interrupted by interviewer sign of attention) Und es is'n bisschen sehr umfangreich das Thema, was steht wo unter Naturschutz (interrupted by interviewer sign of attention) is immer nich ganz einfach find ich. Ja hier is auch **Andorn**, diese is aber jetzt hier nich heimisch, des mehr Alpenregion soweit ich weiß. Ich wollt ihn aber haben. Ich wollt's ma wissen (interrupted by interviewer sign of attention). Hält sich hier jetzt schon seit zwei Jahren. Aber auch nur, weil ich ihn so'n bisschen freihalte, das er Licht kriegt ne (interrupted by interviewer sign of attention). Also interessiert mich einfach auch, weil das auch ne gute Heilpflanzen sein soll (interrupted by interviewer sign of attention). Mach ich denn Tee.
- 167 **Interviewer:** [0:42:15.5] Mit mit Tee für, für, gegen, gegen was?
- 168 **Participant:** [0:42:18.1] Öhm, bei Andorn weiß ich das gar nich mehr. Hab ich vergessen. Is aber oft so, dass die so universal wirken, also auch so Lunge (interrupted by interviewer sign of attention), Leber,

verdauungsfördernd. Äh **Beinwell** ja, klar Beinwell, ne. Das is auch hier von Rühlemann (inaudible) vor öh der is gezüchtet wegen hohem Eiweißgehalt (interrupted by interviewer sign of attention), die giftigen Alkaloide da drin, das war ja neulich erst wieder 'n Thema äh sollen den ja ungenießbar machen, eigentlich, also es is für'n Verzehr nich geeignet angeblich. Ich ess' im Frühjahr aber ein, zwei kleine Blätter schon hier und da und es passiert auch nix (interrupted by interviewer sign of attention). Wenn ich irgendwas hab, irgendwelche Verletzungen oder so. Ma macht ja eigentlich aus der Wurzel ne Salbe. Ich nehm en aber einfach so'n Stück hier, mach das ab und dann diesen Glibber da drin, Pflanzensaft tu ich mir dann da drauf wo's rauf und das fühlt sich auch schon total angenehm an (interrupted by interviewer sign of attention) sofort. Top das Zug. Top! Also ich würd sogar sagen, wenn du Verletzungen hast, Wunden, irgendwas, das heilt doppelt so schnell wenn du die Pflanze dazu anwendest (interrupted by interviewer sign of attention) und besser als jede Salbe. Nich als jede Salbe, besser als fast jede Salbe, die du so gängig kaufen kannst, weil die da ja noch viele andere Inhaltsstoffe rein machen und es is nich frisch. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is ja vergleichbar mit Gemüse oder so. Liebstöckel muss ich nix zu sagen ne.

169 **Interviewer:** [0:43:53.0] 'S kommt drauf an ob du's, wie du's benutzt.

170 **Participant:** [0:43:55.1] Mediterranen Ursprungs, dass brauchen wir einfach für Suppen oder sonstiges Essen. Kann ma in kleinen Mengen verwenden. Wenn du irgendwas anfassen willst oder so, kannst du machen, oder irgendwas probieren is gar kein Problem ne. Musst du keine Hemmung haben. Hier is ja auch Überfluss wie gesagt, mich stört das nich, wenn da irgendwas weg kommt (interrupted by interviewer sign of attention) das, hier kann gar nix mehr kaputt gehen (laughter)

171 **Interviewer:** [0:44:20.5] Ja wenn du irgendwelche Sachen hast, wo ich dann am besten bisschen vorsichtig sein soll, dann sag's einfach dazu, wenn nich dann nehm ich das so hin und.

172 **Participant:** [0:44:26.5] Also Andorn hab ich jetz nur die eine Pflanze. Die müssen wir jetz nich unbedingt rausreißen (interrupted by interviewer sign of attention). Ansonsten pf.

173 **Interviewer:** [0:44:31.4] Klau ich dir dein Andorn nich, okay.

174 [0:44:33.1] **Participant:** Nh mh **Liebstöckel** wenn ma daran reibt, kriegst den Geruch nich mehr weg ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Maggikraut (interrupted by interviewer sign of attention) heißt es ja auch. Ja is halt verdauungsfördernd und so weiter. Ich denk mal es dies Jahr machen wir des einfach die Samen ma ernten (interrupted by interviewer sign of attention) und die dann speichern (inaudible) 'n bisschen für Suppen zu verwenden. Also die Verwendung der Pflanzen als Heilpflanzen, dass interessiert mich tatsächlich nur noch sekundär, weil ich jedes Mal, wenn ich darüber nachdenke seh ich halt, dass die Pflanzen immer viele Wirkungen haben und das is immer so mh das die praktisch für universell wirken irgendwie n m sind immer fünf sechs verschiedene Sachen, die die können ne und dann würd ich da schon gar nich mehr im speziellen Wissen. Ich denk mir, zieh mir das rein so is 'n Stück Holz hoff' ich. Hier sind manchmal so riesen Weinbergschnecken, die würden auch so'n Geräusch machen und dann passiert mir auch nix. (inaudible) hier auch so.

175 **Interviewer:** [0:45:32.2] Das war (interrupted by participant) ne Brennesselspitze ja. Ich wollt schon, ja, mir würd jetz der Mund brennen. Ich hab erst letztens gelernt, dass man die Samen davon abziehen kann und essen kann, das wusst' ich früher nich. Also ich hätt mir immer Tee draus gemacht, fleißig, aber das man die auch einfach so abziehen kann, dass wusst' ich vorher nich.

176 **Participant:** [0:45:47.4] **Goldrute** die is halt äh Kanada, die is invasives Horrorzeug. Angeblich, ich hab neulich erst gelesen, bloß nich inne Wildnis pflanzen und sowas ja. Hier und da sieht man's auch stark rumwuchern (interrupted by interviewer sign of attention). Bald dieser Garten wird bald abgegeben. Ich bin jetz auch schon dabei umzuziehen (interrupted by interviewer sign of attention) ähm und die werd ich auch nich mitnehmen .

177 **Interviewer:** [0:46:12.9] Okay, wie lange hast du Garten schon.

178 **Participant:** [0:46:15.6] Ähm 8 Jahre hab ich den unter meiner Fittiche.

179 **Interviewer:** [0:46:18.8] Und wirst du auch wieder ein Garten haben?

- 180 **Participant:** [0:46:21.5] Ja. Etwas größeren 3000 m<sup>2</sup>.
- 181 **Interviewer:** [0:46:25.1] 3000. (interrupted by participant) Wie viel hat der jetzt?
- 182 **Participant:** [0:46:27.1] Fast 1000.
- 183 **Interviewer:** [0:46:28.6] Oh das is drei mal oh gut.
- 184 **Participant:** [0:46:30.3] Mhm. Ja kann man ja auch als Heilpflanze aber verwenden. Is harntreibend und das an erster Stelle, da sind bestimmt noch 8 andere Sachen, die weiß ich aber nich.
- 185 [0:46:42.8] **Interviewer:** Na reicht ja.
- 186 **Participant:** [0:46:47.2] Weidenröschen, Waldweidenröschen, das so riesen groß wird. 'S is jetzt auch gar nich als Heilpflanze unbedingt, die Goldrute auch nich, gut ne hau ich auch ma in Tee rein. Wenn dann sowas hier, die Blüten nehm ich gar nich, is mir viel zu stark. (interrupted by interviewer sign of attention) Äh wirkt auch besser, als **Brennnessel**, wenn du gut pinkeln willst. (interrupted by interviewer sign of attention). Das kriegst mit der Brennnessel auch. Weil ich so'n Angeber bin. (interrupted by interviewer sign of attention) Es sieht einfach schön aus, wenn das blüht. (interrupted by interviewer sign of attention) Die Bienen mögen das auch und Hummeln. Auch wenn's aus Kanada kommt. Is nich der schlimmste invasive Neophyt. (inaudible) Topinambur hab ich hier auch noch, hab ich jetzt eben nich erwähnt. Die Knolle kann man ja essen. Mach ich eher weniger. Is nich das leckerste Gemüse, kommt aber auch in kleinen Mengen immer ins Essen rein (interrupted by interviewer sign of attention). Auf Brot, oder roh kann man das ja auch gut essen. Im Frühjahr is halt die Zeit, da ess ich denn auch Waldweidenröschen, wenn das rauskommt. Im Frühjahr ernt' ich alles mögliche. In großen mengen, dann werden die Pflanzen, ich sag das immer so, immer garstiger, da wähl' ich da schon aus und reduzier' das vielleicht auch'n bisschen. **Bohnenkraut**, wieder mediterran lassen wir ma weg jetzt, schmeckt einfach gut, lecker, verdauungsfördernd. Ehrenpreis hier der is noch interessant, der, da gibts ja mehrere Arten von, das is so'n **Quendel-Ehrenpreis**, glaub ich, ja die blüht so himmelblau, ne, und gut für alle möglichen inneren Organe (inaudible) auch für die Lunge und verdauungsfördernd, weiß ich alles nich mehr. Eins der ekelhaftesten Sachen, die man aber essen kann (interrupted by interviewer sign of attention). Unglaublich bitter und widerlich, also auch so bitter, das Löwenzahn danach nich mehr bitter schmeckt, wenn du das mal gegessen hast und vor allen Dingen jetzt wird's wahrscheinlich krass sein. Im Frühjahr is das ja schon heftig. Is aber glaube ich nich bei allen Pflanzen so, dass die im laufe des Jahres immer intensiver werden. Bei manchen is vielleicht auch (interrupted by interviewer sign of attention)
- 187 **Interviewer:** [0:48:58.2] Manchma sind die frischen Triebe auch sehr intensiv, muss ich sagen. Kommt drauf an. Mh
- 188 **Participant:** [0:49:03.1] Hier noch ma Beinwell, das is der wilde (interrupted by interviewer sign of attention). Das hier is Knöterichgewächs ähm auch wilder Buchweizen genannt. Kann ma als Spinat halt verwenden. Bei Knöterichgewächsen soll ma ja aufpassen, ich erinnere mich jetzt an den Staudenknöterich, der auch nich so beliebt is beim NABU, weil der halt alles zuwuchert. Der hier wuchert auch'n bisschen rum, aber jetzt is ja hier schon lange. Über 5 Jahre. Ja der hat jetzt 2 m<sup>2</sup>. (interrupted by interviewer sign of attention) Absolut unter Kontrolle (interrupted by interviewer sign of attention). Kein Problem und ich ess das denn ab. Bisher hab ich ihn wenig genutzt, jetzt langsam kann man auch ma anfangen. 'S genug.
- 189 **Interviewer:** [0:49:48.2] Ah praktisch, wenn man Sachen einfach wegessen kann, wenn sie (interrupted by participant) einen (interrupted by participant) stören.
- 190 **Participant:** [0:49:52.2] Mhm. Stimmt. Sollte man auch machen. Das enthält dann auch viel Protein und Vitamin A hast nich gesehen irgendwas, alles voll davon. Ja, wieder hier Knoblauch (interrupted by interviewer sign of attention), da hat ich öhm, als ich'n anderen Garten hatte drei, vier, fünf Zehen von. So große Zehen sind das und (inaudible) richtig fett (interrupted by interviewer sign of attention). Und interessanterweise wie ne Zwiebel, also nich verschiedene Zehen, sondern eine durchgängige runde Knolle unten und ähm jetzt hab ich davon 30, 40, 50 Pflanzen oder so. Da hinten,

diese ganze Plantage, dass hab ich alles da angelegt ähm (interrupted by interviewer sign of attention) weil ich die Brutzwiebeln, die hab ich mir halt ausgeguckt und denn auch gezielt gesetzt und mich dann auch gewundert, zwei, drei Jahre später, dass dauert manchmal 'n bisschen, dann kommen die aus der Erde und die wachsen auch im Winter (interrupted by interviewer sign of attention) und dann richtig so breit wie Porree und wachsen bei über null Grad halt total kräftig und toll, genau so wie Gartenkresse auch im Winter, 's is Voll da. Voll viel Grünzeugs. Muss nur über null Grad sein.

191 **Interviewer:** [0:51:00.4] Ah dafür is es Klima wahrscheinlich hier auch äh entsprechend, oder? Küstennah?

192 **Participant:** [0:51:06.1] Wenn du Salat machen willst, hier siehst du ja die ganzen Blätter (interrupted by interviewer sign of attention), blüht jatz schon nich mehr so toll weiß. Hier und da blüht die noch'n bisschen (interrupted by interviewer sign of attention). Duftet auch richtig schön. (interrupted by interviewer sign of attention) Also is genug von da. Soll man aber auch nich zu viel von essen. Es wirkt wohl antibiotisch. Ne wenn du das überdosierst, merkst'e das auch, dann kriegst Bauchprobleme. Das grummelt dann auch. (interrupted by interviewer sign of attention) Is die Darmflora zu stark geschädigt.

193 **Interviewer:** [0:51:31.0] Dosieren wir das mal vorsichtig. Ein paar blätter kleingehackt.

194 **Participant:** [0:51:34.6] 5 Blätter, 10 Blätter kannst immer essen. Das kein Problem. Wo wir bei interessantem Duft waren; Hier **Mädesüß** dazwischen (interrupted by interviewer sign of attention) riecht ja auch ganz toll. Ja öhm (inaudible) im Frühjahr verwende ich auch das Laub. Das erste Laub, was so rauskommt als Gewürz, Gemüse, Grünzeug einfach mit rein. Die Blüte selbst kann man halt auch öh als Heilmittel dann verwenden, dass is ja sehr intensiv voll mit Salicylsäure. (interrupted by interviewer sign of attention) Öh Aspirin

195 **Interviewer:** [0:52:07.7] Is Schmerzmittel ja.

196 **Participant:** [0:52:08.3] Mhm. Is aber so stark da dosiert, also is ja auch schwer das selber zu dosieren, du kennst das, weißt die Inhaltsstoffe nich. Das äh du wiederum Kopfschmerzen davon kriegen kannst, wenn du zu viel (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Das is dann zu viel Aspirin praktisch. Kann man sich gar nich vorstellen.

197 **Interviewer:** [0:52:24.9] Verursacht das bei dir Magenunwohlsein?

198 **Participant:** [0:52:27.3] Öh ne.

199 **Interviewer:** [0:52:28.7] Okay interessant. Weil normalerweise is Salicylsäure pur, also Aspirin is ja acetyliert (interrupted by participant) damit es besser bekömmlich is und nur Salicylsäure is nich s, normalerweise nich so bekömmlich. (interrupted by participant) Aber gut, dann.

200 **Participant:** [0:52:41.6] Ne ich nehm's aber nich oft, aber seit ich das innen mal Kopfschmerzen bekommen hab ähm wenn ich das dann mal im Tee hau, dann tatsächlich nur so (interrupted by interviewer sign of attention) 'n bisschen. Ja, keine ganze Blüte. Die Karde, **wilde Karde**, gibt's hier auch schon länger heimisch, wenn nich schon immer und ewig (laughter), weil die ja auch äh ältere Namen hat. Weberdiestel auch is ja auch keine Diestel. Mh Wolf Dieter Storl hat ja 'n ganzes Buch glaub ich darüber geschrieben, hab ich nich gelesen, hab ich gehört. Das das die Borreliose helfen heilen helfen soll. Also die schädlichen Rückstände der Borrelien im Körper kann ma angeblich mit ähm Kardenwurzelextrakt besser ausscheiden. Ja, ob das jatz äh Spinnerei is oder nich, weiß ich nich. Ne ich hab jedenfalls Kardentinktur und wende es dann manchmal an.

201 **Interviewer:** [0:53:40.9] Ich mein es is schon das zweite Mal, dass ich das höre, also, oder das dritte Mal sogar. Ich hoff trotzdem, dass du keine Borreliose bekommst. Wie wie natürlich immer. Was ich faszinierend finde, is dass die Hummeln hier immer extrem lange drauf sitzen und wirklich von (interrupted by participant), also is ja'n Blütenstand, dann von Blüte zu Blüte tingeln und dann

202 **Participant:** [0:53:57.5] Mhm ja is sehr beliebt bei Bienen und Hummeln und das is dann auch bei mir

beliebt, weil ich mach die ja auch einfach so ganzen wilden Bienen. Auch die Kulturbienen meinetwegen. Hier hinten hat einer 'n Bienenstock (interrupted by interviewer sign of attention), da sieht man dann auch manchmal wie die hier angefliegen kommen extra von da hinten hier her. Weil die meisten Gärten sehen halt nich so aus. (interrupted by interviewer sign of attention) Is nich überall so viel so viel zu holen. Ja das is auch irgendso'n Knoblauch, der müsste nach meiner Bestimmung, ich weiß es nich genau, nordamerikanischer Knoblauch sein, oder einfach nur Luftzwiebel, es is aber keine Zwiebel, is ja Knoblauch. Lässt sich total leicht vermehren. Sieht man ja auch dadurch hier vorne so'ne ganze Reihe da (inaudible)

203 **Interviewer:** [0:54:42.0] Ja die fallen ja dann immer so witzig um.

204 **Participant:** [0:54:47.0] Tolle Dinger, total lecker. Ja Heilpflanzen. **Thymian** auch gut für die Lunge. Ja wahrscheinlich interessiert mich das alles gut für die Lunge so sehr, weil ich so viel geraucht hab früher. Der is äh vom Blumenpeters aus'm Müll, hab ich gerettet. Da war der auch schon ziemlich groß. Jetzt hat der ja ne richtige Ausmaße. 'N halber m<sup>2</sup> hier nur Thymian (interrupted by interviewer sign of attention) und der hat richtig Power, ne. Den nehmen wir gerne mal zum essen, oder für'n Tee. Öhm die ätherischen Öle, die dadrin enthalten sind, öhm die verfliegen halt sehr sehr leicht, sind leicht flüchtig und wenn ich denn so'n Tee mache, mach dass denn oft, dass ich da gleich ne Abdeckung rüber mach, dass die ätherischen Öle nich (interrupted by interviewer sign of attention) verfliegen ne. (interrupted by interviewer sign of attention) **Ysop**. Auch mediterranen Ursprungs. Das wächst hier jetzt auch nich wie wild ne muss ich dazu sagen (inaudible) Pflanzen. Das is was du gleich so in Mund genommen (inaudible). Is wahrscheinlich 'n bisschen heftig, aber wenn man dran riecht (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)

205 **Interviewer:** [0:56:00.7] Ich (laughter) schmeck's und riech's (interrupted by participant) grad gleichzeitig. (interrupted by participant) Mh Ja ich war gewohnt davon, dass du mir was zum essen gibst (laughter). Oh ja.

206 **Participant:** [0:56:09.6] Aber kann man (interrupted by interviewer sign of attention) als Gewürz verwenden, is jetzt nich giftig, aber der Geruch is so krass ne? Auch hm Heilmittel für die Lunge halt.

207 **Interviewer:** [0:56:19.6] Stecken wir doch ma in die Tasche und dann riech ich gut.

208 [0:56:21.9] **Participant:** Hier der Wein, von dem ich gesprochen hab ohne Kerne. Da ich nich so gut kenne, hat mir die ganzen äh Puniphenole äh pe Polyphenole ja richtig. Äh tio sind die gesunden Sachen ne. Äh gegen freie Radikale wirkt das. Das is ja auch in den Kernen von Johannisbeeren, Stachelbeeren, allen möglichen Früchten, also ich sag immer zu den Leuten, zerkaut die Kerne, dann nehmt ihr das auch besser auf das Zeugs ne. Nur bei Felsenbirne nich, denn die hat ja so viel Blausäure.

209 **Interviewer:** [0:56:55.1] Blausäure is nich ganz so gut.

210 **Participant:** [0:56:56.2] Mhm. Ich weiß n welche Menge auch (inaudible) hier is diese geile Minze.

211 **Interviewer:** [0:57:05.3] Was is das?

212 **Participant:** [0:57:06.3] Geile Minze (interrupted by interviewer sign of attention). Ich nenn das Mentholminze, weil die so intensiv mentholig riecht, ne.

213 **Interviewer:** [0:57:16.6] Is das ne Wassermintze?

214 **Participant:** [0:57:18.1] Äh ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne Wassermintze hab ich auch hier. Gut vielleicht is es eine, aber meines Wissens nach nicht (interrupted by interviewer sign of attention). Wächst auch auf trockenen Standorten woanders.

215 **Interviewer:** [0:57:26.3] Mh okay ne weil die wegen wegen der schär äh schär äh Stiefelfarbe. Obwohl ja Wassermintze halt noch feingliedriger auf der (interrupted by participant) auf dem Blatt noch. (interrupted by participant). Mhm

216 **Participant:** [0:57:37.6] Die nenn ich aber Orangenminze, weil die so fruchtig riecht (interrupted by

interviewer sign of attention). Da oben gibt's ach noch Johannisbeeren zu holen. Der Erntezeitraum is hier recht lang, weil die erste fängt schon im Juli an, anfang Juli an, oder Ende Juni sogar, ja und dann was ham wir jetzt bald August. Is immer noch gut zu ernten, ne. (interrupted by interviewer sign of attention). Die gibt's halt in unterschiedlichen (inaudible) unterschiedlichen Erntezeitpunkten (inaudible). Hier sin noch öh grüne Stachelbeeren, möchtest? Die sieht man nich so, weil die genau die selbe Farbe ham wie die Blätter (interrupted by interviewer sign of attention), aber da hängen paar fette Dinger hier zum Beispiel. Musst dir nur welche schnappen und nich piksen und gucken, ob die noch schön prall sind. Manche sind dann schon so wabbelig (interrupted by interviewer sign of attention), die kannst einfach inne Hecke schmeißen, oder so ne.

217 **Interviewer:** [0:58:34.2] Ich würd da noch eine nehmen (interrupted by participant) und da ah da ah ah ah.

218 **Participant:** [0:58:38.0] Is alles voll eigentlich.

219 **Interviewer:** [0:58:39.6] Ernt ich dir jetzt deine Dinge hier weg?

220 **Participant:** [0:58:41.7] Die müssen ja auch weg. (inaudible). Ich hab auch schon ne menge eingefroren, weil ich nich dazu komme Marmelade zu machen (interrupted by interviewer sign of attention) und wenn's eingefroren is kann man dass dann bei Bedarf einfach noch verwenden und. **Blaueisen** is auch hier, der war aber schon hier. Ähm vorher war hier ne Oma, die hatte hier den Garten. Die hat hier auch gewohnt. Man darf hier eigentlich nich wohnen. (interrupted by interviewer sign of attention) Is ne andere Geschichte. (interrupted by interviewer sign of attention) Die hat hier aber 60 Jahre lang gewohnt die Frau und 'ne ganze Menge hinterlassen an Akzenten. Ich hab das dann ergänzt einfach.

221 **Interviewer:** [0:59:22.9] Machst du damit was?

222 **Participant:** [0:59:23.8] Öh nein. Das is mir zu gefährlich. Das is mir zu giftig. Die giftigste Heilpflanze Europas ne. Is zwar ne Heilpflanze wegen der Herzglykoside da drin, aber nich ma **Fingerhut** würd ich anrühren, deswegen. Der is ja auch schon giftig und enthält auch Herzglykoside. Ne, also wenn's um's Herz geht, dann lieber Herzgespann oder **Weißdorn**. Die frischen Weißdornblätter kann ma ja einfach so essen im Frühjahr auf jeden Fall besser. Wenn die so schön grün sind schmeckt auch nich unangenehm. Kann man hat ich vorhin ja auch schon erzählt, Weißdorn und Birke getrocknet und frisch is natürlich noch besser. Fette Henne, es schmeckt nich so richtig toll. Is aber n ja sehr ertragreich und voller Mineralstoffe ne. 'N naher Verwandter zu Rosenwurz ne. Soll so die (inaudible) wirken, hab ich aber nich hier. **Colakraut**, das is geil.

223 **Interviewer:** [1:00:28.6] Das hat ich heut schon mal in der Hand gehabt, ja. (interrupted by participant) Hast du äh ich hab seinen Namen vergessen.

224 **Participant:** [1:00:32.7] (name)

225 [1:00:33.3] **Interviewer:** (name) ja. Hast du da ihm dich was gegeben davon oder?

226 **Participant:** [1:00:36.0] Öhm (interrupted by interviewer sign of attention) kann sein, dass der die Pflanze hat von mir.

227 **Interviewer:** [1:00:38.6] Hat er mir ganz begeistert gezeigt.

228 **Participant:** [1:00:39.9] Ja. Riecht halt nach Cola (interrupted by interviewer sign of attention). Das wirkt auch einigermaßen gut gegen Mücken. R Is auch Artemisia sowieso, mit Beifuß verwandt. (interrupted by interviewer sign of attention) Und äh, was interessant is, wenn du Stecklinge davon machst, die wurzeln fast immer an, weil ähm dieses äh Hormon Indolbuttersäure heißt das ja. Is fast bei allen Pflanzen das selbe Hormon (interrupted by interviewer sign of attention), was die Wurzelbildung bewirkt (interrupted by interviewer sign of attention), das is übertragbar hab ich dann irgendwann ma g gelesen äh gelehrt, ich weiß es nich. Vom Weidenwasser wenn ich das. (interrupted by interviewer sign of attention) Kannst 'n Weidentrieb irgendwo reinstecken ah in's Wasser stellen, das Wasser benutzen. Klappt aber nich so gut, wenn das Wasser so alt is, is es so moderich, das dann

eher Krankheiten kommen. Wenn du aber zum Beispiel so ein Stecken nimmst und von irgend'ner anderen Pflanze und die gleichzeitig irgendwo in der Erde steckst, dann werden die fast gleichzeitig auch anwurzeln. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is'n super cooler Trick, das hat jetzt auch schon paar Mal gut hingehauen. Das Zeug is unverwüstlich, ey. Ich hatte das mal äh ja Stecklinge geschnitten, einmal im richtig nassen Wasser 'n Eimer ohne Löcher, stand praktisch im Schlamm die ganze Zeit und einmal in einem Eimer wo Löcher drin waren. Knochentrockene Erde, beide ham angewurzelt. Unter völlig unterschiedlichen Bedingungen ne.

229 **Interviewer:** [1:01:53.7] Okay (interrupted by participant) das empfehl' ich äh Leuten, die noch schlechter mit Pflanzen umgeh ah so schlecht kann ich gar nich mit Pflanzen umgehen, aber.

230 **Participant:** [1:02:04.4] Ja, ich meine das is ja jetzt auch nich alles mein Können. Das is 'n mehr Beobachten. Gut also resultiert vielleicht allerdings aus der Beobachtung, aber die machen das von alleine. Siehst doch ich mach hier nich viel. Hier liegt irgendwo noch'n Stein drin, im Frühjahr geh ich denn da hin und guck ne was ich das ich die 'n paar Sachen raus hau, damit das Andere sich besser entfalten kann. Das is Erdbeermintze, das weiß ich, das jetzt aber auch nich heimisch. Die riecht krass. (inaudible) zu sagen. Tee is auch krass. Zu krass (interrupted by interviewer sign of attention). Das is der Salbei, der in Österreich, Süddeutschland heimisch is (interrupted by interviewer sign of attention). Klebriger Salbei, oder gelber Salbei. Da ess' ich dann die Blüten einfach ab. Die können richtig geil süß sein. (interrupted by interviewer sign of attention) Jetzt kam, im ersten Moment, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) und dann kommt'n bisschen was von diesem Salbeiaroma abgeschwächt, kannst auch noch mehr essen (interrupted by interviewer sign of attention). Kannst auch alle essen. So viel Blüten wie der schmeißt kann ma gar nich essen. Ich hab da hinten auch noch mehr Pflanzen. Lässt sich relativ einfach vermehren und is halt was für schattigere Bereiche. Das natürlich auch wichtig und wertvoll ne. (interrupted by interviewer sign of attention).

231 **Interviewer:** [1:03:18.8] Waldmeister seh ich hier noch. Machst'e damit was?

232 **Participant:** [1:03:21.3] Ja Waldmeister stimmt öhm. Weniger, aber vor der Blüte soll ma ihn ja ernten und dann ähm hab ich drinne getrocknet. Wann ich ma Bock hab, mach ich'n Waldmeistertee, aber so'n Pudding oder sowas jetzt (inaudible). Wilder Oregano, von dem ich erzählt hab. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja is kann man da auch fast ganzjährig nehmen. Im Frühjahr schon viel und die Blüten sind noch'n bisschen kräftiger, die hau ich dann auch mit ins essen rein ne. Oder so auf's Brot, oder wenn wir s'n Baguette essen, einfach nur drauf, dann schmeckt das schon irgendwie toller. So'n Salat find ich langweilig. Ess ich natürlich auch, aber 's schmeckt ja irgendwie nach nix und so haste ma 'n bisschen mehr Aromen irgendwie noch'n bisschen mehr Gewürz.

233 **Interviewer:** [1:04:09.1] Und Feldsalat schmeckt ja dann auch'n bisschen (interrupted by participant) nach, also er hat eigengeschmack, aber (interrupted by participant) so prinzipiell, ich hoff das hört meine Betreuerin nich, aber prinzipiell würd ich dir da zustimmen, das Salat nich nach viel schmeckt ja.

234 **Participant:** [1:04:20.2] Da fehlen ja auch die Bitterstoffe, die ja gesund sein sollen. Is ja rausgezüchtet bei den meisten Sachen.

235 **Interviewer:** [1:04:25.5] Ja, das is interessant oder?

236 **Participant:** [1:04:28.0] Deswegen ess ich halt auch gerne ma so'n bisschen Löwenzahn dies das, oder auch diesen ekelhaften Ehrenpreis, oder irgendwelche Sachen in kleinen Mengen denn, aber wenigstens 'n bisschen Bitterstoffe denk ich mir so ne. Oder 'n bisschen was von draußen, das sind dann schon Bitterstoffe drin. Man gewöhnt sich dann auch dran. Nachher is das alles gar nich mehr so bitter. Man is, wenn man die Sache regelmäßig isst, dann isst du das (inaudible) ja okay und irgendjemand anders isst das und dann siehst du nur, wie der das Gesicht verzieht und ja so ging's mir auch vor'n paar Jahren denkt man (interrupted by interviewer sign of attention). Aber das is Erziehungssache und das is wie Sport. Irgendwann is es kein Problem mehr 10 Liegestütze zu machen. Zu Anfang schaffst nich einen. Das war hier schon von Oma. Flox. Die Blüten kann ma essen. Ähm ob das jetzt ne heilende Wirkung hat, da weiß ich leider nix drüber, da würd ich aber drauf schwören (laughter) weil, wie gesagt ne, was hat keine Wirkung, so, würd ich ma als Frage stellen. Gibt's gar

nich.

237 **Interviewer:** [1:05:28.3] Ja schmeckt blumig. (interrupted by participant) Würd ich's beschreiben, oder, also

238 **Participant:** [1:05:31.6] So seifig blumig ne?

239 **Interviewer:** [1:05:32.5] Mhm. Also nich nich schlecht, also manche Blüten schmecken ja dann wirklich komisch, aber die rie, die schmecken tatsächlich eher wie Blüten normalerweise riechen. Macht das Sinn? Macht das Sinn? Ja das macht Sinn.

240 **Participant:** [1:05:45.7] Ja 's riecht auch, der so ja nach Parfum (interrupted by interviewer sign of attention) und schmeckt auch irgendwie so. Rosenblätter ess ich auch gerne ma. Die sind ja auch sehr unterschiedlich vom Aroma und auch vom Duft her ne. Kann ma auch in Tee mit rein machen. Wie heißt das noch? Hab ich schon wieder vergessen. Mach ich aber auch nix mit, das is auch nur hier, weil's schön aussieht.

241 **Interviewer:** [1:06:15.6] Zierpflanzen pflanzt du aktiv auch an, oder nich?

242 **Participant:** [1:06:18.8] Eher weniger, kommt aber in dem Fall, kommt schon vor hier (interrupted by interviewer sign of attention) ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich weiß eigentlich, was das is. Mir fällt nur jetzt der Name nich ein ne.

243 **Interviewer:** [1:06:27.5] Das glaub ich. Was war zuerst da? Das Interesse an an welchem Teilbereich, also de äh Heilpflanzen, Essbare Pflanzen, Zierpflanzen, oder was komplett anderem? Kann ja auch sein.

244 **Participant:** [1:06:40.9] Ich denk mit Heilpflanzen fing's an, wegen Pfefferminze und Salbei. Ähm dann ging's weiter mit dem Thema essbare Wildpflanzen. Das is ne Katze. Der tut so, als ob er 50 Kilo schwer is (laughter)

245 **Interviewer:** [1:06:57.3] Nich so filigran.

246 **Participant:** [1:06:59.6] Öhm ja das hat er hat noch auch bisschen Verschwörungstheorien zu tun jetzt. Bin da kein Anhänger mehr von, aber ich hatte früher tatsächlich angst, dass 2012 vielleicht die Welt sich dramatisch ändert oder sowas und hab mich dann 'n bisschen mit essbaren Wildpflanzen auseinander gesetzt. (interrupted by interviewer sign of attention) Wo, ja Survival hat mich einfach interessiert so ne und das denn auch in dem Zusammenhang. Ja. Mittlerweile halt ich das alles für Quatsch. Ich mein, du hast natürlich immer noch'n mögliches Szenario, wo natürlich niemand drauf vorbereitet sein kann, weil wenn sowas passiert, dann (interrupted by interviewer sign of attention) is es halt einfach 'n Horror, ne Katastrophe ne ja.

247 **Interviewer:** [1:07:45.8] Ja gut, muss nur'n Krieg ausbrechen ne und (interrupted by participant) Lieferketten brechen zusammen und dann sitzt du hier in in deinem Garten und isst dein Garten und (interrupted by participant) alle anderen wundern sich wo die Pasta bleibt.

248 **Participant:** [1:07:54.8] Ich würd schon versuchen möglichst viele mit durchzufüttern (laughter) und es wär erstaunlich, wie viel man durchfüttern könnte ne.

249 **Interviewer:** [1:08:01.1] Kubikmetern an Giersch (laughter)

250 **Participant:** [1:08:02.7] He hässliche grüne Suppen (laughter) wo alle sagen wäh. Ja aber (interrupted by interviewer sign of attention) man überlebt. Genau (laughter), also sterben tun wir so schnell nich, nur weil's keine Kuhmilch mehr gibt, oder kein Fleisch, oder sowas. (interrupted by interviewer sign of attention) **Frauenmantel** gibt's nochma erwähnen ne. Genauso wie **Gänsefingerkraut** und was war da noch, diese anderen Potentillaarten, dies da gibt.

251 **Interviewer:** [1:08:26.7] Was würdest du damit machen?

252 **Participant:** [1:08:27.9] Öhm verwend ich auch als Tee. Is halt gut für Frauen jetzt besonders auch. Ähm Menstruationsbeschwerden zu lindern. Am besten man trinkt das schon präventiv als Tee.

(interrupted by interviewer sign of attention) 'S machen Himbeerblätter auch. Geh jetzt nicht dazu, zu dem Potentillakram. Äh Frauenmantel ist ja auch kein Potentilla, aber es gehört, ist alles verwandt irgendwie ne, nehm ich mal an. Diese Scheinbeere ist auch Potentilla ne. Die Früchte sehen aus wie Erdbeeren. Äh schmeckt aber nicht. Soll aber auch gesund sein die Frucht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ess ich dann auch so. Kennst das, oder?

253 **Interviewer:** [1:09:00.2] Ich war sauer auf die Pflanze, dass sie mich täuschen möchte. Als Kind. Mittlerweile hab ich'n gesünderes Verhältnis zu ihr, aber (interrupted by participant), aber wenn mal Erdbeeren gesucht hat und dann

254 **Participant:** [1:09:10.2] Ne ist dann bisschen enttäuscht ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Wir sprengen den zeitlichen Rahmen ne. Ich hab vorher auch schon überlegt dich vorzuwarnen. Ich wollte dir'n Video schicken, was ich mal gemacht hab. Ähm ich versuch so'ne Art Infovideos zu machen für Leute (interrupted by interviewer sign of attention) wo's darum geht zu zeigen, guck mal, was in so'nem Garten los sein kann (interrupted by interviewer sign of attention) ne. Und da hab ich zwei kurze Videos gemacht. So'n junger Typ hat mich halt da interviewt da auch und wir ham so den zeitlichen Rahmen gesetzt. Eine Minute soll das Video dauern und beim ersten, bei diesem Ein-Minuten-Video mussten wir aufmal denn abbrechen, Minute war vorbei und ich hab schon versucht das kurz und knapp zu halten und da sind dann seh viele Informationen in dieser einen Minute, dann ham wir gesagt, okay das nächste zwei Minuten, das nächste Video und auch da hab ich's natürlich nicht ansatzweise hingekriegt das reinzukriegen, was da (interrupted by interviewer sign of attention) so rein soll ne.

255 **Interviewer:** [1:09:56.8] Für mich gibt's kein zeitlichen Rahmen. Ich sag nur immer den Leuten, also weil des meine Erfahrung ist, dass es so'ne halbe Stunde, zwanzig Minuten, halbe Stunde ist, weil das so normal die Dauer ist, mit der ich bisher gerechnet habe und es auch bestätigt wurde. Wenn jemand mehr zu erzählen hat, dann dauert das natürlich länger. Ich hab Zeit. Wenn du irgendwas vor hast, dann gerne jetzt sagen, möchtest äh, dann machen wir das fertig, dann ist auch (interrupted by participant) okay, aber ich hab öh

256 **Participant:** [1:10:20.1] Ich bin ja im Moment auch nur Hausmann, glücklicherweise.

257 **Interviewer:** [1:10:23.3] Jo ist doch schön. (interrupted by participant)

258 **Participant:** [1:10:24.0] Muss morgen nicht früh aufstehen. Nur zur Baustelle geht's morgen früh wieder. Da wo der neue Wohnort ist. Immer'n bisschen zu tun ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Wie kommst du denn auf Bremen oder Bremerhaven jetzt?

259 [1:10:35.8] (unrelated to topic)

260 **Participant:** [1:14:53.7] Die macht auch viel Salben selber und so. (interrupted by interviewer sign of attention) Müsste ich eigentlich auch machen. Machen ich aus Faulheit nicht und weil ich noch nicht so alt bin und es noch nicht so nötig hab, aber äh Beinwell jetzt zum Beispiel, oder Walnussblätter äh und dies und das da kann man halt auch eigentlich Salben draus herstellen ne.

261 **Interviewer:** [1:15:10.0] Was würdest du mit den Walnussblättern machen?

262 **Participant:** [1:15:11.6] Äh mach mal einfach ne Salbe gegen Rheuma denn ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Das geht als Tee aber glaub ich auch oder so als Umschlag oder so.

263 **Interviewer:** [1:15:18.8] Glaubst du, weil du das grad angesprochen hast kurz, dass wenn du mehr betroffen bist von irgendwelchen ich nenn's jetzt mal salopp Wehwehchen, dass du dich dann noch mehr mit anderen Sachen beschäftigst wirst?

264 **Participant:** [1:15:30.2] Ja, also ich äh beschäftige mich jetzt schon mit der Salbenherstellung. Ich, wie gesagt hab's noch nicht gemacht (interrupted by interviewer sign of attention) ich hab das anderen noch überlassen, ne (interrupted by interviewer sign of attention) die kamen auch schon mal jemand und hat gesagt hier Beinwell buddel buddel aus und da hab ich gesagt hier gib mir ein Glas ab und fertig. (interrupted by interviewer sign of attention) Ohm, doch ich merk das ja schon, dass ich älter

werde und werde das dann auch angehen jetzt die nächsten Jahre und selber Salbe herstellen (interrupted by interviewer sign of attention) und vielleicht sogar auch ätherisches Öl selber destillieren. Müssen wir mal gucken wie ertragreich und wie aufwändig das ist, aber die Pflanzen springen mich ja an und die wuchern rum so und ich hab da'n Auge für (interrupted by interviewer sign of attention) und äh dann ist ja auch genug da (interrupted by interviewer sign of attention). Dann lohnt sich das vielleicht auch 's zu machen.

265 **Interviewer:** [1:16:09.8] Oh wär auf jeden Fall interessant zu versuchen ne.

266 **Participant:** [1:16:11.8] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) Ja Nelkenwurz ist mir grad nochmal aufgefallen. (inaudible) ganz stark wucherndes Zeug hier (interrupted by interviewer sign of attention). Ne Wurzel ham wir jetzt leider nix. Riecht nach Nelke, aber auch nich immer. 'S fängt an zu regnen gleich. Du musst eigentlich schon 'n Stück Wurzel haben. Bevor die Nelke denn hier war in Europa, ham die das tatsächlich als Gewürz genommen. (interrupted by interviewer sign of attention) Und einmal hab ich's auch gerochen. Da hat's nach Nelke gerochen, aber seitdem nie wieder. Das liegt wahrscheinlich an der Jahreszeit, oder am Wetter oder irgendwas. Keine Ahnung. Kann man hier irgendwo hinschmeißen ist ja sowieso alles Erde. Die hau ich aber auch raus im Frühjahr, weil die sonst alles andere überwuchern ne. Diese ganz starken invasiven Sachen hau ich'n bisschen raus, damit 's 'n bisschen mehr Vielfalt da ist, andere Sachen mehr Licht haben ne.

267 **Interviewer:** [1:17:12.1] Es erinnert mich an irgendwas. Ja

268 **Participant:** [1:17:14.3] Die Zaunwinde auch, die ist ja auch nervig. Das hier, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ackerwinde ist ja so ähnlich (interrupted by interviewer sign of attention), oder Wurzeln aber kann man aber essen. In geringen Mengen aber nur. Also es gibt irgendwo ne Grenze. Und die Blätter kann man auch essen im Frühjahr. Von der Zaunwinde. Schmecken sogar nach gar nix. Aber so schlimm wie das wächst jag' ich das immer mit so Wurzelstecher und kill die (interrupted by interviewer sign of attention) und leg das in die Sonne oder so. Bleibt sowieso immer was übrig. Hier hat ich auch 'n Sanddorn stehen. Gehört hier jetzt nich unbedingt an den Platz, aber der ist eingepflanzt hab, hab ich aber auch ordentlich Sand mit drauf gehauen. 'S tot gegangen (inaudible) da in den Dürrejahre (interrupted by interviewer sign of attention). Hab ich äh nich aufgepasst und das vertrocknet. Hat halt 'n hohen Wasserbedarf drumherum, diese riesen Thujas, die ham alles weggesaugt (interrupted by interviewer sign of attention). Das Männchen lebt noch links da neben.

269 [1:17:57.5] **Interviewer:** Ja. Was würdest' damit machen?

270 **Participant:** [1:17:59.4] Öh ich hab die Früchte tatsächlich mit in Marmelade gehauen und roh gegessen so viel wie's ging. Diese Kultursorten ham weniger Bitterstoffe (interrupted by interviewer sign of attention). Die kann ma roh besser essen. Ist immernoch ganz schön bitter, aber ja wie gesagt Trainingssache ne. So'ne handvoll am Tag hab ich mir da reingedonnert, so viel wie geht. Viel zu mit Kerne zerkauen und danach noch 'n Klimmzug noch (laughter). (inaudible) die Margeriten waren auch schon da von Oma. Feuerdorn ist keine Heilpflanze. Gut für die Vögel. Das war alles schon da. So das was die Oma hier gela öh an Struktur hinterlassen hat hab ich'n bisschen versucht zu erhalten auch. Das sieht hier jetzt natürlich ganz anders aus. Sie hatte so'n Spießergarten ne. 's war'n bisschen kahler alles gehalten. Hier war auch diese Nachtkerzenart. Blüht jetzt nich mehr. Das ne mehrjährige Nachtkerzenart. Ist'n bisschen kleiner, die Blüten sind'n bisschen kleiner, aber ist dann standorttreu, die andere ist ja nur zweijährig, die man sonst überall sieht. Und ist irgendwie schön und ziemlich anspruchslos. (inaudible) diese Himbeeren

271 **Interviewer:** [1:19:21.1] Das sind weiße Himbeeren ne?

272 **Participant:** [1:19:22.1] Ja so oft mit Pilzen und Würmern. Ich beiß immer die ekligen Stellen (interrupted by interviewer sign of attention) einfach raus. Da muss man ja mal genascht haben. (interrupted by interviewer sign of attention) Ist nich so richtig ertragreich. Ist hier etwas schattig und muss ich wahrscheinlich richtig beschneiden (interrupted by interviewer sign of attention), aber so beim durchlaufen einfach bisschen was naschen (interrupted by interviewer sign of attention) ist schon geil, ne. Achso das ist 'ne Regenwolke. Wir haben über die Karde gesprochen und das

ausscheiden der Spiruschäden, die Rückstände der Borrelien (interrupted by interviewer sign of attention), dass macht der stinkende Storchschnabel auch angeblich (interrupted by interviewer sign of attention). Hab ich neulich gelesen. Äh Geranium sowieso, ne heimische ge eigentlich glaub die einzige heimische Geranienart und das gute is aber, den kann man als Gewürz in kleinen Mengen auch so essen. Dass hab ich aus dieser Enzyklopädie (interrupted by interviewer sign of attention) der essbaren Wildpflanzen. Wo mir echt da irgendwie fast alles rauskriegst. Stinkender Storchschnabel, weil der halt auch so komisch riecht sobald man ihn beschädigt oder (interrupted by interviewer sign of attention) berührt.

273 **Interviewer:** [1:20:31.4] Mh ja nach nach nach nach Dingskäfer. Ja. Interessant, vielleicht bist du das dann die ganze Zeit gewesen.

274 **Participant:** [1:20:48.9] Joa wächst hier überall, die schönen Blüten hier (inaudible) Blüten. Ja ich kann manchmal mehr Äpfel aufsammeln. Geht's schon wieder los wegen dem Baum. Der is halt früh dran auch. Schmeißt auch früh immer viel ab leider. Und ja ne Pflaume kann es, immer rein damit.

275 **Interviewer:** [1:21:07.0] Ich glaub (interrupted by participant) das sind Zwetschgen (interrupted by participant) ich glaub die is nich mehr gut. Ui.

276 **Participant:** [1:21:10.7] Is noch nich soweit?

277 **Interviewer:** [1:21:12.0] Ja die is glaub ich schon drüber.

278 **Participant:** [1:21:13.0] Achso. (interrupted by interviewer sign of attention) Sind super lecker, leider. Leider immer ziemlich wenig, aber wenn ma ma eine hat (interrupted by interviewer sign of attention), richtig lecker. (interrupted by interviewer sign of attention) So, dann gehen ma hier so entlang. Was hatten wir denn noch nich? Akelei is giftig, die is echt nur hier, weil's schön aussieht. (interrupted by interviewer sign of attention) Blüten kann man ja wohl essen in kleinen Mengen. (inaudible) Salbei wie erwähnt (interrupted by interviewer sign of attention) äh mit Thujone, das selbe is ja auch im Beifuß drin. Bisschen giftig, aber grade das is ja sogar gesund ne. Heiligenkraut, da mach ich echt gar nicht's mit. Ich mag Sachen, die irgendwie toll riechen (interrupted by interviewer sign of attention) und das reicht einfach intensiv und heftig. Verräuchern kann man's wohl theoretisch.

279 **Interviewer:** [1:22:14.1] Es riecht so'n bisschen nach der Wick-creme, die man sich auf die Brust reibt, wenn man, kennst du die.

280 **Participant:** [1:22:18.4] Mja. Ja die hat da auch was von Minze irgendwo, ne. Oh ätherische Öle find ich einfach total interessant (interrupted by interviewer sign of attention). Und Terpene find ich auch interessant, diese harzigen Stoffe in den Pflanzen. 'Ne ganz große Stoffgruppe, bin ich vor'n paar Jahren drauf gestoßen durch so'n YouTube-Video und die sind ja auch fast überall drin, auch in Nadelbäumen irgendwie besonders und sollen auf unser Immunsystem gut wirken ja (interrupted by interviewer sign of attention) und ja müsst ihr selber (inaudible). Terpene hast du halt in ganz ganz vielen Pflanzen drin und können wir ja über die Haut aufnehmen, können wir über die Lunge aufnehmen, über'n Magen, ja also über die Lunge heißt, man kann theoretisch gesunde Sachen auch rauchen. Das is dann aber auch ne Frage der Menge ne. Logischerweise die Dosis macht ja das Gift ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Einfach unübertroffen ne. So'n Salbei, der is ja jetzt schon irgendwie durch, den hab ich ne Zeitlang auch geraucht. Diese trockenen, angetrockneten Blätter (interrupted by participant), hab ich selbst im Winter einfach so abgemacht und mir dann in 'ne Zigarette reingehauen. Konnt' ma gut rauchen. Is aromatisch und richtig gut zum abgewöhnen war dann äh Zitronenmelisse rauchen. Das schmeckt gut, hat ne beruhigende Wirkung ähm ja und irgendwann hat man auch die Schnauze voll (laughter). Katzenminze is für die Katze.

281 **Interviewer:** [1:23:53.0] Oder hier äh, dass das rauchst, also was was gesünder anscheinend beim rauchen is, is wenn die Temperatur höher is, weil die gesunden, die ganzen ungesunden Stoffe, oder viele ungesunden Stoffe sind tatsächlich durch unvollständige Verbrennung, wenn es zu kalt zu kalt verbrannt wird (interrupted by participant), dann hast du unvollständige Verbrennung, dann bilden sich halt so Kohlenstoffcompartments, sag ich mal und wenn du das heißer verbrennst, zum Beispiel durch Pfeifen, wo du dann viel Sauerstoff durchziehst, dann is das gesünder in Anführungszeichen

(interrupted by participant). Ja, also hier falls (interrupted by participant) Ja gut

282 [1:24:31.2] **Participant:** Ja gut, ich lass aber die Finder auch von (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention). Wenn ma 'n Lagerfeuer macht, hat ma ja schon genug Qualm ne, des auch schon angenehm riechen.

283 **Interviewer:** [1:24:41.1] Doch ja Lagerfeuergeruch öhm doch ja doch ja.

284 **Participant:** [1:24:44.1] Aber manchmal sammel ich auch Harz von Bäumen jetz (interrupted by interviewer sign of attention) und leg die auf so 'ne Kohletablette und verräucher' das dann gezielt, ne, is auch nich schlecht. (interrupted by interviewer sign of attention) Da werden ja wohl auch viele von diesen Terpenen dann freigesetzt denk ich ma. Weiß ich nich. **Königskerze** kann ma auch noch erwähnen. Das nutz ich dann auch manchmal. Ah so so ne Blüte in die Hand nehmen auch grad noch von da und denn zerreiben so in der Hand, dann kommt da so'n Saft raus und den kannst du irgendwo raufschmieren auf ne trockene Stelle, oder (interrupted by interviewer sign of attention) auf'n Knochen, und dann sieht man schon und fühlt das auch, hat so'ne leicht erfrischende Wirkung irgendwie, ne. Das gut für die Haut. Da wird ja auch'n Öl draus gemacht für die Haut, genauso wie bei **Nachtkerzensamen** macht man auch so'n, sehen ähnlich aus, heißen auch ähnlich die Pflanzen, aber sind glaub ich jetz nich näher miteinander verwandt. Alant ja hab ich hier, weil, auch vom Mittelmeer, und die Wurzel ja wohl angeblich essen kann. Ich hab die noch nie verwendet, hab's aber geschafft die zu vermehren die Pflanze nach langer Zeit. Is nich ganz so einfach. Zufällig im anderen Garten, da hinten gibt's so'n Gemeinschaftsgarten nich weit von hier, da (name) und ich auch aktiv, jetz nich mehr so doll, aber da hab ich hier die ganzen Alantpflanzen hier (inaudible) gehabt hin gesetzt und das interessiert mich halt auch, weil das is ne mehrjährige Pflanze und ma hat nich so viel Arbeit, deswegen auch dieser Mehrjährige Brokkoli. Einmal in (inaudible) gesetzt, aber für immer was da, auch für folgende Generationen theoretisch ne. Ja ich muss bisschen aufpassen. (interrupted by interviewer sign of attention) Genau (inaudible) hier her (inaudible). Ja genau. Is auch alle scheid **Wiesenampfer**. Da bin ich jetz ziemlich drauf gekommen wegen der Königskerze. Den würd ich nich essen. (interrupted by interviewer sign of attention) Kam, das nich giftig, aber

285 **Interviewer:** [1:26:50.6] Und Sauerampfer is ja wahrscheinlich verwandt oder?

286 [1:26:52.6] **Participant:** Ja. Sind (inaudible) schon verwandt. Den muss jetz so zerreiben, weil wir's eben mit der König, Blüte (interrupted by interviewer sign of attention) der Königskerze gemacht haben und denn den Saft so ma 'n bisschen wirken lassen auf der Stelle, oder irgendwo. Das hat so'ne ganz erfrischende Wirkung, leicht kühlend sogar. Okay jetz merk ich grad nich so viel. Die Wirkstoffe sind ja auch schwankend. Manchma is es 'n bisschen mehr, vielleicht wenn hier Sonne scheint über. So jetz merk ich langsam was. (interrupted by interviewer sign of attention) Kühlend, das kann sehr sehr intensiv sein, das Gefühl und das is bei Mückenstichen, Schlangenbissen, Verletzungen, allem möglichen Kram.

287 **Interviewer:** [1:27:33.3] Gestochen (interrupted by participant). Jaja bin anziehend für Mücken.

288 **Participant:** [1:27:38.1] Ja hier juckt mich auch irgendwas und ansonsten die Pflanze eigentlich für nix gut außer kannst in Kompost hauen die Blätter. Sind schön ergiebig so ne. Aber da is es top Mittel. Besser als Wegerich oder so finde ich. Das halt, ja, richtig erfrischend und spürbar ja. Hier wilde Rose, da nehm ich auch die Triebe, wenn die jetz besser aussehen als die hier, als der hier, da sind ja Läuse drauf und was weiß ich, den würd ich jetz so nich nehmen. Ich nehm schon das was schön aussieht in der Regel, wenn ich nich grad zu mir sag, piss dich nich so an. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention)

289 **Interviewer:** [1:28:15.0] Ja gut wenn man bisschen vorsichtig muss ma ja soll sollte ma vielleicht.

290 **Participant:** [1:28:19.1] Gut ja wegen Fuchsbandwurm oder so, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber wenn das jetz in der Höhe is hier, brauch ma da glaub ich sowieso keine Angst haben ne.

291 **Interviewer:** [1:28:27.6] Was ich glaub, wenn der Fuchs da hoch kacken kann, dann hat er's verdient, dass das weiter trägt ne?

- 292 **Participant:** [1:28:30.6] Ja (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Ansonsten ja, wenn's richtig auf'm Boden is ne. Hier im Garten wird aber kaum'n Fuchs vorbeikommen. Auch weil die Katzen auch draußen sind eher (inaudible) halt ne, der jagt alles und prügelt sich mit allem was nich weglaufen will. (laughter) Hat schon Hunde verprügelt. Naja. Ja hier is Meerrettich könnt nochma erzählen Meerrettich und Knoblauch wirken ja gut gegen Pilze. Nich nur bei uns Menschen, bei Pflanzen eben auch und äh deswegen hab ich das, den Meerrettich zum Beispiel hier hingepflanzt, da is noch'n bisschen mehr, damit diese Stachelbeer, Jostabeer, Johannisbeerpflanzen keine Pilze kriegen (interrupted by interviewer sign of attention). Die Baumscheibe bei Obstbäumen, das is ja der Bereich um'm Stamm herum, Baumscheibe, de da hab ich auch Knoblauch rein gepflanzt (interrupted by interviewer sign of attention). An einer Stelle auch Meerrettich auch halt äh als Antifungizid, ne. Das wirkt denn nich akut, aber langfristig präventiv. Ja die sin richtig benommen die Hummeln. Manchmal sieht man die auch in den Stockrosenblüten, öhm denn schlafen die da drin die ganze Nacht auch ne. Als wenn das für die wie ne Droge is, wo die dann drinne äh high sind. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Ja interessant auch Insekten auch so eine Art Rausch haben können. Weil wieso nich? (interrupted by interviewer sign of attention) Kann man auch so rum (interrupted by interviewer sign of attention) fragen.
- 293 [1:30:02.3] **Interviewer:** Ja doch, eigentlich, also müssten theoretisch. Ob sie das aktiv versuchen herbeizuführen weiß ich nich. Aber ja.
- 294 **Participant:** [1:30:16.4] Jo glaub ich bin bald am bald am Ende von meinem Latein. Hier Gartenkresse kann ich noch sagen. In die öhm, so sieht die aus. Ey. (inaudible)
- 295 **Interviewer:** [1:30:29.1] War ich zu ungestüm?
- 296 **Participant:** [1:30:31.2] Ne ne, das is'n Rocker (interrupted by interviewer sign of attention). Im Winter und im Frühling (interrupted by interviewer sign of attention). Jetz hat man das selten, dann sin das so 'ne zarten Blätter (interrupted by interviewer sign of attention) und is zwar jetz vom Boden, aber wenn du probieren magst, das is dann halt auch vom Aroma her echt speziell, aber viel zu scharf. Zusammen mit Brot oder irgendwas.
- 297 **Interviewer:** [1:30:51.7] Was war das?
- 298 **Participant:** [1:30:52.2] Die Gartenkresse (interrupted by interviewer sign of attention) wieder. (interrupted by interviewer sign of attention) Diese mit den weißen Blüten ne. Is hier ja alles voll.
- 299 **Interviewer:** [1:30:56.5] Die hat ich ja auch in der Hand ja. Au ja. Die is nochmal.
- 300 **Participant:** [1:31:00.0] Wieder dieses heftige Zeugs. Is mit also mein Liebling hier. Ja eins dieser mehrjährigen Geilen Sachen so ne. (interrupted by interviewer sign of attention). Und antibiotisch, also ich ess dass dann auch meistens so ein zwei Wochen lang, mach dann wieder Pause.
- 301 **Interviewer:** [1:31:12.3] Mh Ja. Kann man das trocknen?
- 302 **Participant:** [1:31:14.8] Öhm, hab ich noch nich probier. (interrupted by interviewer sign of attention) Kannst gerne 'n ganzen Schwung mitnehmen und es äh versuchen.
- 303 **Interviewer:** [1:31:21.1] Ja ich probier das hier mit dem ma. Wir sind, also ich bin mit meiner Freundin im Camper unterwegs (interrupted by participant) und äh großen Schwung trocknen is nich so mh möglich grade. (interrupted by participant) (laughter)
- 304 **Participant:** [1:31:39.3] Oh geil. Ah. Karde kann man im Frühjahr auch essen, aber wenn wir davon jetz abbeißen würden ne, hätten wir die nächsten Stunden nur noch diesen Geschmack im Mund (interrupted by interviewer sign of attention). Kriegt'e auch nich mehr weg.
- 305 **Interviewer:** [1:31:51.9] Lassen wir das bleiben.
- 306 **Participant:** [1:31:52.9] Ultra heftig.
- 307 **Interviewer:** [1:31:57.1] (laughter) und probiert okay.

- 308 **Participant:** [1:32:00.2] Ja äh mh ganz bisschen nur. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja das is so'ne Angewohnheit. Hat ich ja gesagt ne. Wenn ich über Sachen rede. Hier die Pflanze, da weiß ich nich was es is.
- 309 **Interviewer:** [1:32:14.7] Mh wusst ich ma was das is.
- 310 **Participant:** [1:32:16.3] Sieht'n bisschen aus wie so 'n Wolfsmilchgewächs von den Blüten her, oder so'n Kleezeug oder so (interrupted by interviewer sign of attention), weiß es nich. Muss ich ma erwähnen, weil sowas findet man hier nich oft. Sachen wo ich nich weiß (interrupted by interviewer sign of attention). **Schachtelhalm** kann ich jetzt nochma erwähnen ne. Enthält ganz viel ähm Silizium ähm in organischer Verbindung. Was is Silizium in organischer Verbindung? Is ja nich mehr Silizium, sondern äh, 's heißt anders. Egal, is jedenfalls gut für die Knochen und Haut und alles Mögliche ne. Is auch ganz viel in ähm Brennesseln drin.
- 311 **Interviewer:** [1:32:50.5] Silikat? (interrupted by participant) Heißt es dann Silikat?
- 312 **Participant:** [1:32:54.9] Einfach Sand ne. Steine, (laughter). Steine aus denen unser Körper was machen kann so (interrupted by interviewer sign of attention). Des is total interessant, das Pflanzen sowas können ne. Also bring das in organische Verbindung und denn können wir das wiederum auch besser aufnehmen, (interrupted by interviewer sign of attention) ne. Ja gut, das machen normale Gemüse und so wahrscheinlich auch. Nur da is es halt in großen Mengen auch drin (interrupted by interviewer sign of attention). Soll gut sein gegen's, gegen's alt werden, wenn ma nich so schnell graue Haare kriegen will und sowas.
- 313 [1:33:21.9] **Interviewer:** Schachtelhalm?
- 314 [1:33:22.7] **Participant:** Ja.
- 315 [1:33:23.0] **Interviewer:** Wie nehm ich den, wie würdest du ihn (interrupted by participant) zu dir nehmen?
- 316 [1:33:24.5] **Participant:** Äh man soll den wohl 10 Minuten richtig köcheln lassen (interrupted by interviewer sign of attention), oder länger, damit das rauskommt, das ganze Silizium.
- 317 [1:33:30.4] **Interviewer:** Und dann den Sud, oder das ausgekochte essen?
- 318 [1:33:33.3] **Participant:** Den Tee trinken dann. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Ja und Brennessel muss da nochma erwähnen auch ganz viele Vitamine äh, soll auch gegen allergische Reaktionen helfen, aber das hat irgendwas mit Histaminen zu tun, da kann ich jetzt (interrupted by interviewer sign of attention) auch nich viel mehr zu sagen (interrupted by interviewer sign of attention). Ohm ja. Und ich zieh mir das roh rein das Zeug mittlerweile. Nich nur, aber hier und da die Spitzen, die geilen Spitzen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Weil gehaltvoller geht's halt nich. Immer wenn ma irgendwas abkocht geht ja schon ne Menge verloren. Kochen is jetzt so auch nich grundsätzlich schlecht, wenn ma manche Sachen äh, wenn ma die kocht, dann werden halt Sachen rausgelöst, die dann auch verwertbar sind. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber willst du gesund sein vergiss den Kochtopf hat Helmut Wandmaker ma so'n Buch geschrieben ne. Das äh verfolg' ich so nicht (laughter)
- 319 [1:34:32.9] **Interviewer:** Ja je nachdem was, also.
- 320 [1:34:33.2] **Participant:** Is mir zu dogmatisch.
- 321 [1:34:34.8] **Interviewer:** Ich glaube ma wenn man wirklich die Inhaltsstoffe noch äh drin haben möchte, aber trotzdem irgendwie weicher haben möchte, oder es verarbeiten möchte, dann dünsten is glaub ich ganz praktisch. Schneller geht, schonender, aber ja. Nich ko, manchen manche Sachen m müssen, sollte man vielleicht doch kochen (interrupted by participant). Stimm' ich, würd ich würd ich

zustimmen ja.

- 322 [1:34:56.2] **Participant:** Bei Karotten soll's gut sein, aber die sind roh auch gut ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Willst'e sonst noch irgendwas wissen?
- 323 [1:35:05.2] **Interviewer:** Alles, was dir einfällt (interrupted by participant). Wenn du sagt, du bist fertig, dann machen wir den Papier, den Papierkram in Anführungszeichen gleich noch und dann.
- 324 [1:35:13.7] **Participant:** Mhm. Ja meine Frau wartet drin. Also ich könnt jetzt noch mehr erzählen, auf jeden Fall, ich kann nämlich tagelang erzählen (interrupted by interviewer sign of attention). Öhm das sind ja die Blätter Weintraube, kann man auch essen übrigens ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Äh hier war auch mal 'n Türke, die machen ja viel, oder Griechen, die rollen ja äh Reis in Weinblätter ein. Eigentlich nich jeder Wein soll geeignet sein, der hier schon ham die gesagt. Öhm heißt so viel wie kannst du Blätter auch essen, ne, natürlich. (interrupted by interviewer sign of attention) Kannst die auch mit in de Suppe hauen. Da hab ich so jetzt noch nich so viel experimentiert muss ich zugeben. Kann ma wohl auch Stecklinge von machen. Wenn ich das machen würde, mit Colakraut. (interrupted by interviewer sign of attention) Anstatt Weide oder so nehm ich Colakraut. Seid dem ich vor allen Dingen weiß, dass die alle das selbe Hormon haben.
- 325 [1:35:59.1] **Interviewer:** Mhm, ja das is tatsächlich 'n Signalhormon, also 's gibt's auch bei der, bei der Sprossbildung, nich nur bei der Wurzelbildung (interrupted by participant). Ähm wenn man zum Beispiel 'n Baum absägt, wächst der ja eigentlich oben nich mehr weiter, sondern über die Seitentriebe. Wenn man jetzt aber dieses dieses spezielle, diesen speziellen Botenstoff wieder auf den Stumpf drauf reibt, dann wächst der da weiter. (interrupted by participant) Was'n hier weißes drauf, weißt du das?
- 326 [1:36:28.1] **Participant:** Nein, 's hab ich noch nich gesehen. Dann muss man's ja auch nich essen.
- 327 [1:36:33.2] **Interviewer:** Lass ma ma bleiben.
- 328 [1:36:35.4] **Participant:** Oh hier is diese Minze die (inaudible) Wasserminze (inaudible). Die hab ich irgendwo von nem Teichrand. Aber riech mal, 's hat was hat 'n Orangenaroma, oder? (interrupted by interviewer sign of attention) Lungenkraut auch viel dieses Silizium. (inaudible) Beinwell soll auch gut sein zum fördern der Bewurzelung. Hab ich aber bisher immer nich feststellen können. Colakraut is da mein Favorit. (interrupted by interviewer sign of attention) Jo. Noch irgendwas erzählen jetzt? Das war's.
- 329 [1:37:14.2] **Interviewer:** Ja? Okay. Ich lass das ma, leg das ma hier hin, lass das weiterlaufen, falls dir noch was einfällt. Das hab ich äh (interrupted by participant) mitbekommen, das sobald ich die Aufnahme ausmache, sprudelt dann noch alles mögliche (interrupted by participant). Äh genau. Ne, aber die Videos, die du meintest eben, die kannst du mir, hasst jetzt meine Nummer ja, kannst mir gerne wenn du da (interrupted by participant) wenn du möchtest.
- 330 [1:37:35.8] **Participant:** Sind zwei jetzt nur ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich wollt das aber noch ausbauen. (interrupted by interviewer sign of attention), sobald wir äh Glasfaser haben und denn auch äh richtiges Internet, ich hab jetzt nur so eingeschränktes (interrupted by interviewer sign of attention), dann geh ich da auch voll ab. (interrupted by interviewer sign of attention) Ma gucken wie viele Follower ich krieg. (laughter)
- 331 [1:37:51.7] **Interviewer:** Interessiert, dich das aktiv, das Wissen selbst weiterzugeben?
- 332 [1:37:55.2] **Participant:** Öhm is Nebensache. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber 's hier, ich find das schon wichtig öhm, weil je mehr Menschen sich dafür interessieren, desto mehr Leben hab wir auf der Welt ganz einfach. Diese Nazigärten sag ich ma so, wo alles ganz kurz gehalten wird, wie auf so'nem Golfgras und so. Klar das verkraftet die Natur 's auch, aber nich in dem Maße. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenn das nur 'n Paar so machen is nich so schlimm.

Hier mäh ich ja auch Rasen hier und da ne. Der Mensch brauch ja auch seinen Raum, aber die Wildnis eben auch. Das is diese Idee der Permakultur. Hab Wildnisszonen und lass die einfach unberührt, damit da auch Tiere leben können ne und das, als sag ich das gehört hab, diesen Ausdruck ja verfolg ich das halt auch da so'n bisschen ne auf meine Art. Hier fehlt'n bisschen das Gemüse und die Hühner oder so. Kommt noch.

333 [1:38:48.0] **Interviewer:** Kommt noch. Ja ziehst jetzt auch um in'n größeren Garten. Da is mehr Platz für Gemüse und Hühner ne. (interrupted by participant) ja gut. Das hier is'n Datenschutzhinweis.

334 [1:38:55.7] **(unrelated to topic)**

335 [1:44:43.5] **Interviewer:** Achso, hast du Kontakt zu deinen Großeltern gehabt?

336 [1:44:46.2] **Participant:** Äh ja, hat ich, mhm. Aber viel botanisches Wissen wurde da jetzt nicht unbedingt überliefert. Im Gegenteil. Mein Großvater hat mich immer gefragt, was denn Schnittlauch is (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Das wusste er nicht, das hat mich ziemlich erschrocken (interrupted by interviewer sign of attention). Und ansonsten jap mein Großpapa hat mir früher mal Radieschen gezeigt, kennt sich so'n bisschen mit Gemüse aus halt ne. Aber ansonsten das hab ich mir alles schon selber erarbeitet so ne.

337 [1:45:11.5] **Interviewer:** Okay und dann, die letzte Frage noch, hast du spezielle Ernährungs, hab ich das schon gefragt? Ne, spezielle Ernährungsgewohnheiten, Allergien, oder selbstgewählte Sachen. Außer dass du jetzt gerne Wildkräuter, Wildpflanzen öhm verzehrst?

338 [1:45:24.9] **Participant:** Ja ich esse wenig Fleisch. Bin kein kein Vegetarier, richtig, aber ich kauf eigentlich kein Fleisch, sagen wir's ma so. (interrupted by interviewer sign of attention), aber wenn sich die Gelegenheit bietet, dann ess ich das. Will auch nich, dass es im Müll landet, sagen wir's ma so. (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm ansonsten (inaudible) ich da nich viel zu sagen ne. Bin Allesfresser (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Milch meid' ich auch 'n bisschen schon hier schon so Hafermilch und sowas auch. Ich trink aber auch ma Milch und ess auch mal Käse (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Das war's dann eigentlich schon. Ja (interrupted by interviewer sign of attention) Suppen-Lars könnt ma mich nennen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, obwohl ich jetzt gar nich so viel Suppen mach, aber das is meine Spezialität, dass kann ich. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, da brauch ich auch keine Rezepte oder so (interrupted by interviewer sign of attention), brauch ich sowieso für nix eigentlich, das wird alles immer so frei Schnauze gemacht ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Wegen dem ganzen Grünzeugs, ne. Ich mag das halt auch viel davon verwenden zu können. Und das geht optimalerweise inner Suppe (interrupted by interviewer sign of attention) Und besonders dann im Frühjahr und so ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Da gibt's auch von Wolf Dieter Storl interessante Lektüre. Ähm da is ein Buch, da geht's nur um sieben Pflanzen, hier Brennessel (inaudible), Giersch, Gundermann äh Löwenzahn (interrupted by interviewer sign of attention), weiß ich jetzt nich, was da bei is, Beifuß, hier diese universellen Pflanzen, die überall wachsen und jede einzeln beschreibt er ganz gut und es gab, da steht drin es gab früher auch so 'ne 7 Kräuter-Suppe, oder so heißt die das ne ne ziemlich alte, traditionelle, deutsche, mitteleuropäische Küche so. Wo dann auch die Kräuter mit rein kommen so ne. Und ich hab das jetzt 'n bisschen ausgeweitet hier so (inaudible) auch schon manchma 'n paar mehr rein. 'S Angebot is groß ne.

339 [1:47:02.7] **Interviewer:** Mhm. Ja. Ja vor allem hier. (interrupted by participant) Aber dein Garten gefällt mir gut. Okay (interrupted by participant), fällt dir noch was ein, was du loswerden möchtest, weil sonst drück ich auf Stopp?

340 [1:47:16.8] **Participant:** Ah, ne, jetzt fällt mir nix mehr ein (interrupted by interviewer sign of attention), oder ich sag jetzt einfach Stopp. So.

341 [1:47:21.2] **Interviewer:** Okay, dann drück ich jetzt auf Stopp und bedanke mich.

**7.3.1.4 Interview BY 4**

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Okay dann hallo erstmal guten Morgen!
- 2 **Participant:** [0:00:03.8] Guten Morgen!
- 3 **Interviewer:** [0:00:04.8] Und öhm dann fangen wir doch grad an. Sie wissen ja, dass ich meine Masterarbeit zu Heilpflanzen und Wissensweitergabe schreibe. Was äh hätten sie denn für sich im Garten an Heilpflanzen, was sie verwenden an Heilpflanzen?
- 4 **Participant:** [0:00:17.2] Also im Garten haben wir (inaudible) Salbei, Thymian, wir haben Lavendel öhm ja Hopfen wächst jetzt nicht mehr, aber hatten wir auch.
- 5 **Interviewer:** [0:00:29.9] Wie würden sie die Sachen verwenden und welche Teile der Pflanze wenn ich fragen darf?
- 6 [0:00:33.5] **Participant:** Also Hopfen zu Beispiel die Dolden die werden getrocknet und dann zum Beispiel ins Kissen gemacht für ähm Ohrenscherzen (interrupted by interviewer sign of attention) nutzen wir die ähm Lavendel auch eben die ähm die Öle beziehungsweise dann eben auch getrocknet ähm und dann auch klein gemacht und auch als Kissen zum Teil zur Beruhigung. (interrupted by interviewer sign of attention) Salbei ähm ähm als Tee achso Zitronenmelisse ham wir auch noch (interrupted by interviewer sign of attention) ähm genau, auch als Tee zum Teil, zum Teil aber auch im essen einfach ne.
- 7 **Interviewer:** [0:01:12.1] Für oder gegen was würden sie das dann einsetzen?
- 8 **Participant:** [0:01:13.2] Und öhm das eh kommt drauf an. Also Salbei Nutzen wir, achso wir ham noch mehr. (laughter) Salbei nutzen wir zum Beispiel Halsschmerzen oder entzündungshemmend so je nach dem ähm Mandelentzündung manchmal, genau. Und ähm wir ham noch hier wie heißen die? Da machen wir immer Saft draus: Holunderbeeren gegen Fieber (interrupted by interviewer sign of attention) da machen ma immer (interrupted by interviewer sign of attention) Saft draus genau, richtig. Fällt mir jetzt noch mehr ein? (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) wahrscheinlich (interrupted by interviewer sign of attention) man nutzt das ja immer so im Alltag ohne das man darüber groß drüber nachdenkt (interrupted by interviewer sign of attention) ja genau aber das wär's so im groben.
- 9 **Interviewer:** [0:01:55.7] Sie haben ein Garten, hab ich das richtig verstanden?
- 10 **Participant:** [0:01:58.9] Mhm ja
- 11 **Interviewer:** [0:01:59.7] Öh wie lange schon?
- 12 **Participant:** [0:02:01.9] Seit sieben Jahren.
- 13 **Interviewer:** [0:02:03.0] Seit Sieben Jahren (interrupted by participant) is das öh sone Kleingartenparzelle?
- 14 **Participant:** [0:02:06.2] Ne das is tatsächlich 'n normaler Garten mit Haus vorne dran.
- 15 **Interviewer:** [0:02:09.5] Ah schön! Sehr schön! Sind sie mit Garten aufgewachsen?
- 16 [0:02:12.7] **Participant:** Ja
- 17 **Interviewer:** [0:02:16.4] Ja? Hatten sie immer durchgehend einen Garten?
- 18 **Participant:** [0:02:19.2] Nein. In der Studienzeit ähm ich sag fünfzehn Jahre insgesamt sind es also mit äh Studium und danach ähm nicht und danach wieder genau.

- 19 **Interviewer:** [0:02:31.4] Okay. Wieso haben sie sich entschieden wieder einen Garten zu haben?
- 20 **Participant:** [0:02:40.4] Öhm wegen der Kinder hm hm öhm und einfach wegen der Wohnmöglichkeit. Genau.
- 21 **Interviewer:** [0:02:50.4] Okay also war das war der Garten eher dabei beim Haus, als (interrupted by participant)
- 22 **Participant:** [0:02:53.8] Der Garten war eher dabei genau richtig ähm und war eigentlich nicht Entscheidungsgrundlage so, aber (interrupted by interviewer sign of attention) gehörte einfach mit dazu.
- 23 **Interviewer:** [0:03:06.9] Was glauben sie, sie ham mir jetzt einige einige Pflanzen aufgezählt öhm was glauben sie, woher sie wissen, wie man diese Pflanzen verwende?
- 24 **Participant:** [0:03:15.8] Ach zum Teil Google (laughter) ähm äh aber die Pflanzen die wir jetzt so da haben die äh ah die warn einfach da. Das heißt nicht die waren da, sondern die sind einfach so in meinem Gedächtnis drinne ne von meiner Oma. Die hat noch mehr genutzt. Von meinen Eltern genau, von meinem Mann von seinen Eltern sozusagen (interrupted by interviewer sign of attention). Wobei die Eltern weniger; Da waren's auch eher die Großeltern.
- 25 **Interviewer:** [0:03:42.2] Okay also sie hatten Kontakt zu ihren Großeltern wenn ich das jetzt richtig verstehe?
- 26 **Participant:** [0:03:45.5] Genau.
- 27 **Interviewer:** [0:03:47.8] Verstehe. Haben die sie an das Gärtnern oder die Gartenarbeit rangeführt?
- 28 **Participant:** [0:03:54.7] Das gehörte einfach einfach zum normalen Alltag (interrupted by interviewer sign of attention) also da hab ich einfach mal mitgemacht oder so ne. Aber jetzt nicht so, dass die mir das beigebracht hätten, oder so, sondern das war einfach so. gehörte einfach dazu.
- 29 **Interviewer:** [0:04:05.0] Hat ihnen das Spaß gemacht?
- 30 **Participant:** [0:04:06.2] Ja
- 31 **Interviewer:** [0:04:08.4] War's teilweise Pflicht da mitzuhelfen, oder nein?
- 32 **Participant:** [0:04:12.3] Nein. Überhaupt nicht. Nein keine Pflicht. Es hat Spaß gemacht (interrupted by interviewer sign of attention) tatsächlich ja.
- 33 **Interviewer:** [0:04:26.4] Versuchen sie jetzt äh ihrem ihren Kindern dann auch aktiv im Garten Sachen beizubringen, oder denen den Garten näherzubringen?
- 34 **Participant:** [0:04:34.9] Das gehört auch so zum Alltag. Also es is so ähm wenn ich was mache wir leben eh bei der Kindererziehung vorleben, dass heißt eher so das was wir tun können die Kinder nachleben, was sie meistens auch tun, weil sie das ja wollen ähm oder ähm äh oder sie lasse es ne also aktiv beibringen tun wir das jetzt nich, oder aktiv einbeziehen, aber das passiert ja automatisch.
- 35 **Interviewer:** [0:05:02.8] Ham sie andere Pflanzen im Garten? Nutzpflanzen oder Zierpflanzen?
- 36 **Participant:** [0:05:06.4] Ja. Praktikabilitätshalber ham wir so sone Hecke zu den Nachbarn zum Beispiel aus Kirschlorbeer. Total (interrupted by interviewer sign of attention) unsinnig eigentlich, aber äh wuchs halt innerhalb von zwei Jahren, ne. Wir haben Weide, einfach weil es schön is aus den Weidenstöckern was zu machen (interrupted by interviewer sign of attention) wir haben äh Johannisbeeren, die kann man aber auch fast schon wieder zu den Heilpflanzen zählen ne. Kommt

drauf an

37 **Interviewer:** [0:05:33.0] Was würden sie damit machen?

38 **Participant:** [0:05:34.9] Ähm Johannisbeeren enthalten ja einfach viel Vitamin C und so weiter. Ich weiß nich ob die jetzt auch irgendwie 'n Krankheitsnutzen ham, aber iss es ja schon, ne, also, weiß ich nich. Zur Haltbarkeitsmachung, oder zu von Säften (interrupted by interviewer sign of attention) genau, oder eben für die , für die ähm Apfel, da kommen die dann mit rein. Genau. Joa was ham wa noch? Wa ham wa noch? Wir ham noch zwei Lebensbäume, also zwei ähm, wie heißen die? Zypressen nich, sondern dings die sind übergeblieben von der Vorgängerin. Sind noch nich weg. Wir ham jetzt geplant ein Feigen- und ein Kirschbaum (interrupted by interviewer sign of attention) ja

39 **Interviewer:** [0:06:19.6] Der Kirschbaum irgendwann wird der ja. In der Kirschen sitzen und Kirschen essen (interrupted by participant) irgendwann dann

40 [0:06:24.2] **Participant:** Genau (interrupted by interviewer sign of attention) richtig

41 **Interviewer:** [0:06:28.0] Gemüse, bauen sie auch Gemüse selbst an?

42 **Participant:** [0:06:31.0] Jein. Also immer nur ähm wenn es passt und dieses Jahr nich, aber wir haben ähm kleines Gewächshaus gehabt, kleine Hochbeete, die wir hinstellen bei Bedarf, da ham wir schon Salat angepflanzt, Radieschen, Möhren, keine Ahnung, (interrupted by interviewer sign of attention) Kürbisse (interrupted by interviewer sign of attention) Genau, aber dieses Jahr halt leider nix, also gar nix. Hm

43 **Interviewer:** [0:06:51.9] Was war zuerst da? Waren zuerst die Kräuter, die Zierpflanzen, also vom vom vom Interesse her, oder die Nutzpflanzen? Die (interrupted by participant) Nahrungspflanzen.

44 **Participant:** [0:07:00.8] Also zuerst (interrupted by interviewer sign of attention) waren die Zierpflanzen da (interrupted by interviewer sign of attention), einfach übrig geblieben von der Vorgängerin, da war sonst nix weiter (interrupted by interviewer sign of attention) da war ganz vie Eiben und ganz viele von den Lebensbäumen (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Genau (interrupted by interviewer sign of attention) Und danach kamen dann die, die anderen Pflanzen dann nach und nach dazu. So bleiben, ne. Genau. Achso **Brennnesseln** ham wir auch noch im Garten.

45 **Interviewer:** [0:07:36.2] Ja? Was machen sie damit?

46 **Participant:** [0:07:38.1] Auch manchmal Tee eben zum entwässern, oder so, aber (interrupted by interviewer sign of attention) sind nich aktiv angepflanzt.

47 **Interviewer:** [0:07:44.2] Okay. Sie ham äh eben schon mal gesagt, dass sie sich viel äh übers Internet informieren (interrupted by participant). War das schon immer so und haben sie auch andere Quellen?

48 **Participant:** [0:07:55.4] Das Internet is ja nicht sondern das Internet is bei mir, also bei über äh ähm äh, über meine Arbeit kann ich auf sone E-Bibliothek zugreifen, da gibts dann auch Bücher über Phytotherapie und so und äh keine Ahnung. Also das Internet is in erster Linie das Internet, in zweiter Linie aber eher Bücher (interrupted by interviewer sign of attention) durch das Internet. (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm genau, aber mehr eigentlich auch nich. Also

49 **Interviewer:** [0:08:29.3] Sie meinten, dass viel von den Eltern und Großeltern kam. Tauschen sie sich mit denen manchmal aus im Bezug auf auf Heilpflanzen oder Pflanzen (interrupted by participant) generell?

50 **Participant:** [0:08:36.9] Ja mit den Eltern jetzt inzwischen weniger, die Großeltern sind gestorben (interrupted by interviewer sign of attention) genau da is halt einfach nich mehr so viel, dass is halt

einfach ähm 'n ganz wir sind ne Familie mit relativ weiten Generationen, also mit 40 bekommen und meine Eltern auch schon so, dass heißt die sind irgendwann geboren gewesen. Ich glaub mein Opa 1905 oder so, ne. Da is nicht so viel über geblieben. Genau, aber wir ham uns viel ausgetauscht mit meinen Eltern ab und zu. Öhm genau joa, aber is weniger Thema, auch weil sie schon alt sind und öh. Obwohl doch, es ist auch wieder Thema, weil mein Papa eine Herzgeschichte, eine Herzkrankheit hat, die eben operierbar nur ganz schlecht is und da ist es schon so, dass meine Muddi ihm dann jeden Tag irgendwelche Tränke gibt, die helfen. Mit irgendwelchen freien Radikalen. (interrupted by interviewer sign of attention) Was ja auch gar nicht so un unschlau ist. Das ist schon so informiert so, aber genau, ob dass dann hilft weiß man ja dann nich so, ne.

51 **Interviewer:** [0:09:39.2] Warst du das?

52 **Participant:** [0:09:39.9] Ja das war das Handy.

53 [0:09:41.4] **Interviewer:** Achso das waren Sie, okay (interrupted by participant) ich dachte 's war vielleicht mein Aufnahmegerät und das wär's erste Mal gewesen, dass es irgendwas gemacht hätte. (interrupted by participant) Na aber, aber das is ja interessant, also so würden sie, also, hört sich so'n bisschen an aus der Not heraus geboren. (interrupted by participant) Ja. Können sie sich daran erin, oder wissen sie wie ihre Großeltern den Garten vermittelt haben, oder wie der aussah, also sah der jetzt anders aus als ihr Garten?

54 **Participant:** [0:10:06.0] Ja ähm eher eben wie ne Parzelle, also tatsächlich mit Beet ähm, was wirklich jährlich bepflanzt wurde auf der einen Seite vom Weg, auf der anderen Seite vom Weg gabs dann eben Sträucher, die geerntet wurden. Johannisbeer, Stachelbeer, Blaubeer (interrupted by interviewer sign of attention) ähm 'n großer Kirschbaum, ähm, genau. Weil eigentlich schon eher was, wo wir hin wollen. (laughter) Äh, dass es eben wieder ähnlich aussieht. Aber unser Garten sieht einfach aus Praktikabilitätsgründen eben so aus, dass wir eben auch ne Wiese haben, auf der man auch mal Fußballspielen kann (interrupted by interviewer sign of attention) Genau, richtig. Da fehlt halt die Anbaufläche, aber deswegen mein Hochbeet oder so. Genau.

55 **Interviewer:** [0:10:43.6] Okay ja na, aber das is doch das is doch schön. Öhm ich muss kurz nachschauen was ich noch so aufgeschrieben hab. Manchmal entfällt mir das nämlich.

56 [0:11:06.2] **(unrelated to topic)**

57 **Interviewer:** [0:11:11.8] Hat sich das ähm hat sich ihre Einstellung, oder was sie so im Garten machen verändert mit den Kindern, oder als sie die Kinder bekommen haben?

58 **Participant:** [0:11:21.8] Ja da hat sich alles verändert. Da ham wir das Haus gekauft, da ham wir den Garten dazubekommen und äh natürlich is es so, dass man bei den Kindern, bei sich selbst geht man dann ja Apotheke, holt sich irgendwelche weißen gepressten Pillen (interrupted by interviewer sign of attention) und lässt es gut sein und durch die Kinder sagt man schon, muss das wirklich jetzt alles in den Körper so? Natürlich nehm wir schon Medizin und StIKo Empfehlung und sowas an im ersten erster Linie, aber ähm man schaut natürlich eben auch, wo is es notwendig und wo is es nich notwendig für einen selber; Wo zieht man die Grenze und bei Fieber zum Beispiel mal'n Schluck Holunderbeersaft is ja nicht so, dass es nich, ja, dass es nich sein müsste ne, also man kann da eben einfach auf, äh Fiebersenker verzichten und dann eben das nehmen und wenn's nich hilft kann man's ja immer noch anders probieren. (interrupted by interviewer sign of attention) Genau.

59 **Interviewer:** [0:12:12.3] Können sie sich in ihrer Schulzeit daran erinnern, ob sie irgendwelchen pflanzenbasierten Kurse oder Klassen hatten, die sie darüber informiert haben?

60 **Participant:** [0:12:20.8] In der Schulzeit. Oh Bio-LK, da hatten wir mal was ja.

61 **Interviewer:** [0:12:28.4] Hört sich sehr dunkel an.

- 62 **Participant:** [0:12:30.2] Sehr dunkel ja. Ich weiß es nich mehr. Aber wir hatten mal was. Wir ham mal was gemacht.
- 63 **Interviewer:** [0:12:37.2] Okay. Hm okay. Wie stehen sie generell zur Selbstversorgung, wenn ich das fragen darf?
- 64 **Participant:** [0:12:46.4] Ja is toll, ähm meine Eltern ham ein Grundstück von meinen Großeltern übergeblieben, da kann man das machen (interrupted by interviewer sign of attention) das hat halt is halt'n Kilometer lang und 200 Meter breit (interrupted by interviewer sign of attention), aber in der Stadt gehts halt nich ne. (interrupted by interviewer sign of attention) also, is toll, man muss bestimmt auch'n paar Sachen so dazu kaufen, aber prinzipiell, ähm toll, wenn man die Zeit dafür hat und das Grundstück hat. Dann is das super.
- 65 [0:13:09.3] **Interviewer:** Arbeiten sie drauf hin, oder arbeiten sie eher drauf hin?
- 66 **Participant:** [0:13:12.4] Eher nich, also is halt'n Lebensstil, den muss man halt leben, ne das kann ich dann irgendwann machen, wenn ich 65 bin (interrupted by interviewer sign of attention) so, aber wenn man anders äh wenn man so als Familie existiert, is das einfach schwer. Da muss man eben aussteigen ne. Dann, dann kann man machen. Kann man machen. Is nich schlecht, aber ich glaub, dann würd ich das auch nicht unbedingt in Deutschland tun (interrupted by interviewer sign of attention) so. Ja
- 67 **Interviewer:** [0:13:32.8] Ihre Eltern, oder, und Großeltern kommen die auch aus Bremen, oder der Region Bremen?
- 68 **Participant:** [0:13:37.9] Ähm genau, also meine Eltern kommen alle aus Bremen (interrupted by interviewer sign of attention) äh die Großeltern mütterlicherseits kommen aus Schlesien (interrupted by interviewer sign of attention) und äh väterlicherseits sie kommen aus dem Harz, aber davor die Generation wieder aus Bremen.
- 69 **Interviewer:** [0:13:54.7] Achso okay, dass is doch schon ne ganze Weile hier in der Region ne. (interrupted by participant) Und sie sind hier auch geboren, aufgewachsen, zur Schule gegangen.
- 70 [0:14:01.1] **Participant:** Genau
- 71 **Interviewer:** [0:14:02.1] Okay. Dürfte ich fragen äh, in welchem Jahr sie geboren sind?
- 72 **Participant:** [0:14:06.8] 82
- 73 **Interviewer:** [0:14:07.8] 82. Das is schön ja. (interrupted by participant) Das passt nämlich in meine, also ich hab zwei Altersgruppen und sie passen in die jüngere noch mit rein. (interrupted by participant) Das freut mich.
- 74 **Participant:** [0:14:16.1] Ho Ho ich bin jünger (laughter). Das hat ja auch was.
- 75 [0:14:19.4] **Interviewer:** Ähm, wenn ihnen noch irgendwas zu Pflanzen einfällt, sagen sie mir gerne Bescheid, zu äh, wenn nich, würd ich jetzt einfach noch so'n paar Sachen abfragen (interrupted by participant) einfach und dann ähm. Würden sie mir ihren höchsten Bildungsabschluss verraten?
- 76 **Participant:** [0:14:33.6] Ja ähm Bachelor.
- 77 **Interviewer:** [0:14:35.2] Sie haben'n Bachelor? Dürft ich (interrupted by participant)
- 78 **Participant:** [0:14:36.2] Public Health
- 79 **Interviewer:** [0:14:37.2] Public Health okay. Würden sie sagen, dass sie professionellen Kontakt

darüber mal mit Pflanzen, oder Heilpflanzen hatten?

80 **Participant:** [0:14:46.0] Ne tatsächlich ähm über Public Health tatsächlich weniger. Da eher mit Hämo Homöopathie und wie sich das eben auswirkt (interrupted by interviewer sign of attention), aber dass is ja nicht wirklich Pflanzen ähm sondern dass kam dann eher im Beruf durch in der Psychiatrie mal gearbeitet habe (interrupted by interviewer sign of attention) ähm und da eben auch mit Pflanzen äh gearbeitet wird. (interrupted by interviewer sign of attention) genau.

81 **Interviewer:** [0:15:05.0] Würden sie sich als Neugierig bezeichnen?

82 **Participant:** [0:15:07.0] Immer

83 **Interviewer:** [0:15:07.7] Immer? Ja (interrupted by participant) Okay. Sind sie gerne draußen?

84 [0:15:12.9] **Participant:** Ähm nich uns treffen ähm ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja auch alle Fälle.

85 **Interviewer:** [0:15:21.7] Mein Ihr Sohn scheint ja sehr gerne im Matsch zu spielen, dass kann ich sehr gut nachvollziehen. (interrupted by participant). Ich würd das heute auch noch machen, würd ich jetzt hier nicht stehen und Leute interviewen. Naja. (interrupted by participant) Trinken sie viel Tee?

86 [0:15:34.2] **Participant:** Äh nein all tatsächlich nich viel (interrupted by interviewer sign of attention) ab und an.

87 **Interviewer:** [0:15:41.2] Und dann noch, ich glaub das is die letzte aber warte ich muss nochmal schauen. Ham sie spezielle Ernährungsgewohnheiten gewollt oder ungewollt, also Allergien, Unverträglichkeiten, oder einfach Sachen, worauf sie achten?

88 **Participant:** [0:15:50.1] Ich nich, nein, aber wir achten halt einfach auf ne ausgewogene Mischung und wenig Fertigzeug. Obwohl das leider im Moment auch so is (interrupted by interviewer sign of attention), aber genau, also eigentlich eigentlich wenig Fertigzeug und viel äh einfach frisch selber zubereiten, ne. Man kann ja alles im Prinzip ähm selber machen (interrupted by interviewer sign of attention). Von Ravioli über Pizza oder so.

89 **Interviewer:** [0:16:14.9] Informieren sie sich äh aktiv im Bezug auf Themen zu gesünder leben oder gesundes Leben?

90 **Participant:** [0:16:22.3] Ja, doch (interrupted by interviewer sign of attention) also ähm schon. Dann eher weniger unter dem Stichwort gesundes Leben, sondern eher ähm ähm ja das Große und Ganze wie sich wie sich etwas auswirkt von angefangen von Plastik über über Dings, aber genau.

91 **Interviewer:** [0:16:42.0] Okay. Okay. Ich glaub, ich hätte meine Fragen soweit durch, ich würd die Aufnahmen noch weiterlaufen lassen bis wir was das die den Datenschutz unterschrieben haben. Öhm wenn ihnen noch irgendwas einfällt zu Pflanzen können sie das gerne sagen.

92 [0:17:05.2] **(unrelated to topic)**

### 7.3.1.5 Interview BY 5

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Ja und sie hat gestartet. Ähm genau. Also hallo erstmal. Du hast ja eben schon mitbekommen, dass ich meine Masterarbeit äh zu äh Heilpflanzennutzung und Wissensweitergabe schreibe und wie wär's, wenn wir einfach damit anfangen würden wenn du mir'n bisschen erzählen würdest, was du so kennst, oder was du hier so im Garten hast und wie du das benutzt.
- 2 **Participant:** [0:00:20.4] Okay. Also an Heilpflanzen hab ich äh Ringelblumen zum Beispiel da und ich mach daraus immer Salbe, also Ringelblumensalbe und äh die kann man denn ja gegen irgendwie wenn man sich geschnitten hat, oder irgendwie halt bei entzündlichen Wunden aufwenden und ich äh hab mich jetzt an Johanniskrautöl versucht, also ich hab Johanniskraut hier (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm genau das mach ich dann als Ölauszug und das kann man dann auch bei Juckreiz oder so anwenden wenn man zum Beispiel in Brennesseln gefasst hat oder so.
- 3 **Interviewer:** [0:00:47.0] Okay super. Welchen Teil dieser Pflanzen verwendest du?
- 4 [0:00:50.1] **Participant:** Ähm bei den Ringelblumen sind das die Blüten (interrupted by interviewer sign of attention) und beim Johanniskraut is es, kann man das ganze Kraut verwenden. Also quasi alles was oberirdisch is, aber das Öl is halt primär in den Blüten drin.
- 5 **Interviewer:** [0:00:58.8] Achso okay gut. Wie stellst du das Öl her?
- 6 **Participant:** [0:01:02.0] Ähm ich mach das immer auf nem Wasserbad, dass heißt ich nehm' einfach die Pflanze, also die Blüte oder halt das ganze Kraut (interrupted by interviewer sign of attention) pack das in bisschen Öl, wenn ich da hab irgendwie so Mandelöl, oder sowas in die Richtung, aber normales Rapsöl geht auch, je nach dem was ich grad zuhause da hab. (interrupted by interviewer sign of attention) Und dann pack ich das auf'n Wasserbad und lass das dann ne halbe Stunde drauf. Ungefähr bei 30, 40 Grad. Wenn man das zu warm erhitzt, dann gehen die Wirkstoffe kaputt, jede nach Pflanze und deswegen um den Dreh. Man kann das Ganze aber auch irgendwie äh ohne Hitze machen, das packt man das einfach mit Öl innen Glas und lässt das irgendwie zwei Wochen stehen und dann funktioniert das auch, damit die Wirkstoffe da raus gehen.
- 7 [0:01:37.1] **Interviewer:** Is dann langsamer ja, aber wahrscheinlich auch schonender. (interrupted by participant). Okay, was hast du noch so? Hast du noch was im Garten?
- 8 **Participant:** [0:01:43.9] Äh an Heilpflanzen (interrupted by interviewer sign of attention) Salbei
- 9 **Interviewer:** [0:01:48.3] Ja genau, also generell Pflanzen, einfach die du benutzt, wenn du irgendwie (interrupted by participant)
- 10 **Participant:** [0:01:51.6] Also ich hab halt auch ganz viel Gemüse und so'n Kram logischerweise. Was ich noch hab is, woraus man einfach Tee machen könnt, Salbei (interrupted by interviewer sign of attention), äh das is halt gegen Halsschmerzen, den man sich da was ich da als Tee jetzt mache (interrupted by interviewer sign of attention), oder Kamille hab ich auch mal versucht, wobei die sind leider letztes Jahr nichts geworden (interrupted by interviewer sign of attention). Ja da hab ich leider zu viele Schnecken, die dann die kleinen Pflanzen immer (interrupted by interviewer sign of attention) abfressen (interrupted by interviewer sign of attention) und Fenchel ham wir auch da, was ich auch als Tee dann mache (interrupted by interviewer sign of attention) einfach so zum trinken, oder Fenchel is ja auch so bei Magen-Darm-Beschwerden immer ganz gut.
- 11 **Interviewer:** [0:02:19.5] Welchen Teil der Pflanzen würdest du, also bei Kamille?
- 12 **Participant:** [0:02:22.5] Bei der Kamille sind das die Blüten, wo das Öl drin ist.
- 13 **Interviewer:** [0:02:24.6] Und beim Fenchel?
- 14 **Participant:** [0:02:25.8] Beim Fenchel sind das die Früchte.

- 15 **Interviewer:** [0:02:27.1] Die Früchte (interrupted by participant) interessant ja. Gibts irgendwie Zukunftspläne, was du noch versuchst?
- 16 **Participant:** [0:02:33.8] Ähm Was Heilpflanzen angeht grade, gute Frage eigentlich, äh nich wirklich so viel, also ich will grad ganz viel Richtung Gemüse und so was man alles essen kann gehen (interrupted by interviewer sign of attention) und äh Heilpflanzen hab ich im Moment noch nicht so viel. Ich hab **Thymian** auch, was ich versuchen wollte irgendwie daraus mal irgendwie sowas Richtung Hustensaft zu machen. (interrupted by interviewer sign of attention) Allerdings hab ich das nich ausprobiert, was aber halt auch daran liegt, dass ich irgendwie selten Husten hatte in letzter Zeit.
- 17 **Interviewer:** [0:02:59.2] 'S freut mich natürlich. Gut für dich ja.
- 18 **Participant:** [0:03:00.9] (laughter) Ja und ja genau, sowas in die Richtung.
- 19 **Interviewer:** [0:03:04.8] Okay. Gemüse baust du auch an meintest du. (interrupted by participant) Was was baust du da an, oder möchtest du mir das zeigen? Wollen wir hier durch, also?
- 20 **Participant:** [0:03:10.7] Können wir auch machen. (interrupted by interviewer sign of attention). Ja gerne.
- 21 **Interviewer:** [0:03:13.2] Vielleicht stolpern wir dann noch zwischendurch (interrupted by participant) über irgendwelche Pflanzen.
- 22 **Participant:** [0:03:16.0] Uh ich hab ganz neue Heilpflanzen, die kann't ich selber nicht (inaudible)
- 23 **Interviewer:** [0:03:19.7] Da fängt's schon an
- 24 **Participant:** [0:03:20.5] Bist du äh (inaudible) es das heißt **Bulbine** (interrupted by interviewer sign of attention) hab ich jetzt vor zwei drei Wochen da erste Mal von gehört. Es is irgendwie so ähnlich wie Aloe Vera irgendwie von der Konsistenz her, also dass es so gelig is, ähm, dass soll halt so 'ne erste Hilfe Pflanze sein die man bei Verletzungen oder so so wenn man sich zum Beispiel von der Wespe gestochen wurde nehmen kann. Hab ich letzts auch ausprobiert, weil meine Mutter sich in ne Wespe oder so äh reingetreten is (interrupted by interviewer sign of attention) und dann äh kann halt kann man das da irgendwie so raus rauskratzen und dann is das so 'ne schleimige Konsistenz (interrupted by interviewer sign of attention) das ham wir dann da raufgeschmiert, dass (interrupted by interviewer sign of attention) hat auch ganz gut geholfen (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Also dann was Gemüse angeht, hab ich mich hier das erste Mal an Tomaten versucht und Auberginen und sie sind größer geworden, als ich dachte.
- 25 **Interviewer:** [0:04:04.5] Oh ja, du bist die erste irgendwie, bei der ich dieses Jahr viele Tomaten sehe.
- 26 **Participant:** [0:04:08.0] Nice. Ja. Es is is größer geworden, als ich dachte. Das hab ich echt nich mit gerechnet. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Ähm dann ham wir hier unser Hochbeet, da also das hier is zum Beispiel der Salbei (interrupted by interviewer sign of attention) und ich hab hier sehr sehr viele Zucchini, die al also äh sehr groß werden. Und Schnittlauch und dahinten is **Pfefferminz**. Da hab ich auch mal überlegt, ob ich daraus so erkältungssalbenmäßiges was machen möchte. Hab ich tatsächlich auch noch nicht gemacht, weil ich einfach noch gekaufte Erkältungssalbe zuhause habe, äh aber das man daraus dann auch irgendwie so'n Ölauszug macht, dass man diese ätherischen Öle da raus bekommt. Is tatsächlich auch gerne machen würde wäre ätherische Öl Destillation, aber ich hab halt keine Destillationsapparatur und so. (interrupted by interviewer sign of attention) Und also ich kenn das halt aus'm Labor, weil ich halt Pharmazie studiere und da halt ham wir das alles schon gemacht und, aber ich brauch halt diese Laborgeräte dazu, wenn ich das richtig machen will. (interrupted by interviewer sign of attention) Es gibt bestimmt noch irgendwelche anderen Möglichkeiten, aber ja.
- 27 [0:05:01.0] (unrelated to topic)

- 28 [0:05:20.0] **Interviewer:** Also würdest du sagen, du hast professionellen Kontakt zu Pflanzen oder zu Heilpflanzen?
- 29 **Participant:** [0:05:24.4] Äh, in nem bestimmten Grad ja, weil das einfach in Apotheken verkauft wird, also es wird immer weniger. (interrupted by interviewer sign of attention) Zumindestens die Teedrogen werden immer weniger. Es is halt auch sehr apothekenabhängig, aber so als Tees haben wir da in einigen Apotheken schon ne Menge was da verkauft wird und was auch extra auch dann für bestimmte Ärzte so'n zum Beispiel Blasen-Nieren-Tee, der den bestimmte Ärzte immer haben wollen den wir da immer irgendwie zusammen mischen aus verschiedenen Kräutern und so. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Öh genau, was hab ich hier noch schönes. Liebstöckel, das is als Gewürz ganz nice und ja. Einen sehr schneckenzerfressener Brokkoli. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Also ja, Schnecken sind hier sehr sehr viel da (interrupted by interviewer sign of attention): Ja, Kürbis is dieses Jahr leider nich so viel was geworden.
- 30 **Interviewer:** [0:06:07.1] Na, Rosmarin seh ich noch.
- 31 **Participant:** [0:06:08.9] Stimmt, Rosmarin, genau. Dass is ja tatsächlich als Gewürz immer super praktisch. Ich glaube das hat auch irgend ne Heilwirkung, aber ich weiß tatsächlich nich genau was es macht. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 32 **Interviewer:** [0:06:19.6] Welchen Teil verwendest du vom Salbei?
- 33 **Participant:** [0:06:21.4] Äh die Blätter (interrupted by interviewer sign of attention) genau. Kann man dann einfach abernten und dann entweder frisch als Tee, oder ich versuch den zu trocknen, damit ich den wenn ich dann äh mal nicht hier direkt hier in Garten kann, auch welche da hab. (interrupted by interviewer sign of attention) ja öh, was hab ich noch für (inaudible). Uh wir ham **Baldrian**. Da hab ich auch, also könnte man theoretisch auch als Heilpflanze verwenden, aber ich find das immer'n bisschen doof, weil das ja die Wurzeln sind, die man da verwendet und es stinkt sehr abartig. Tatsächlich, und deswegen will ich diesen Tee eigentlich nich unbedingt trinken (interrupted by interviewer sign of attention), aber zum einschlafen kann man den Theoretisch auch nehm. Ja. Wenn ich irgendwann ma Schlafprobleme hätte würd ich's wahrscheinlich ausprobieren, aber an dem Punkt bin ich Gott sei dank auch noch nich in meinem Leben. (laughter)
- 34 **Interviewer:** [0:06:57.5] Auch das freut mich.
- 35 **Participant:** [0:06:59.1] Ja (inaudible) wir ham Weintrauben, ganz viel. Ich hab auch noch nie Wein gemacht daraus (inaudible). Was ich jetzt noch hab sind **Zwiebeln** (interrupted by interviewer sign of attention) und Lauchzwiebeln. Kann man theoretisch auch als Heilpflanze sehen. Zumindest in homöopathischen Mitteln is es drin. Wahrscheinlich nichts was man selber herstellt, aber auf Mückenstichen, oder irgendwie Wespenstichen kann man das ja auch draufhalten. Dann noch mehr ganz viel Johanniskraut, da sind meine Ringelblumen, die ich mal ernten könnte. Und ja hier waren noch Kartoffeln und Radieschen und Karotten, aber die hab ich jetz die letzen Tage alle abgeerntet.
- 36 [0:07:41.3] **Interviewer:** Ja die sind schon raus? (interrupted by participant) Gut.
- 37 [0:07:42.3] **Participant:** Ja. Das sind so die Sachen und vorne is noch Mais. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber das is auch nich so heilkräutermäßig, aber ja. Sehr schön. Und **Hopfen** ham wa auch da. Und das kann man ja theoretisch auch zur Beruhigung nehmen und **Lavendel** auch. Lavendel hab ich auch vorne (interrupted by interviewer sign of attention) . Was theoretisch auch zur Beruhigung auch als Tee genommen wird, ja. Sind halt keine Indikationen für mich, deswegen hab ich da noch nicht so viel mit gemacht.
- 38 [0:08:03.6] **Interviewer:** Ähm: Was würdest du , wenn du den Hopfen verwenden würdest verwenden?

- 39 **Participant:** [0:08:07.3] Äh beim Hopfen würd ich tatsächlich die ähm die Zapfen heißt das, aber's sind sieht so blütenähnlich aus, also is quasi die Blütenblätter, aber ich glaube, also pharmazeutisch gesehen sind es Zapfen, aber so wie ich, also wenn ma das nur anguckt würd ich's als Blüte bezeichnen, glaube ich. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenn man davon nich so viel Ahnung von hat (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Ich glaube das das was mir so dazu einfällt.
- 40 **Interviewer:** [0:08:30.3] Ja super, Kapuzinerkresse seh ich da noch so'n bisschen.
- 41 **Participant:** [0:08:32.7] Genau, stimmt, damit kann man voll auch irgendwie essen. Das hab ich vor allem auch noch nich ausprobiert. Es gibt so viele Möglichkeiten, die ich noch nich gemacht hab.
- 42 **Interviewer:** [0:08:38.2] Du hast ja noch Zeit oder?
- 43 **Participant:** [0:08:39.6] (laughter) Das stimmt. Und ich bin immer nur'n paar Wochen immer hier, weil ich nich hier studiere.
- 44 **Interviewer:** [0:08:43.7] Oh wo studierst du?
- 45 **Participant:** [0:08:44.4] Braunschweig (interrupted by interviewer sign of attention). Ja Bremen hat leider kein Pharmazie (interrupted by interviewer sign of attention) ne das ist sehr schade. Deswegen muss ich immer meine Mama die Aufgabe übertragen hier zu gießen und Unkraut zu rupfen und so wenn ich nicht da bin.
- 46 **Interviewer:** [0:08:56.8] Freut sie sich bestimmt drüber, oder?
- 47 **Participant:** [0:08:58.1] (laughter) Ja schon.
- 48 **Interviewer:** [0:08:58.5] Super. Äh mit Zierpflanzen hab ich jetzt auch einige gesehen. Ist das eher dein Projekt, oder?
- 49 **Participant:** [0:09:04.0] Ne, dass ist tatsächlich das, was meine Mama größtenteils macht. Ich versuch irgendwie das, was man irgendwie nutzen kann anzupflanzen, aber ich find Rosen mittlerweile auch wunderschön. Auch früher hab ich die irgendwie gar nich beachtet und mittlerweile merk ich, dass sie da sind (interrupted by interviewer sign of attention). Es is verändern sich Dinge. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich hatte auch mal ne Aloe Vera Pflanze, as der ich versucht habe ein Gel zu machen, aber äh die is mir dann tatsächlich ein bisschen eingegangen, deswegen hat sich das Projekt auch erledigt.
- 50 **Interviewer:** [0:09:28.3] Schade ja, ich hab meine auch jetzt gekillt, äh ich hatte irgendwelche Insekten dadrauf und hab nicht rechtzeitig regiert
- 51 **Participant:** [0:09:34.0] Ach scheiße.
- 52 **Interviewer:** [0:09:34.8] Und dann hab ich die Situation verschlimmbessert professionell. Hab sie umgebracht.
- 53 **Participant:** [0:09:39.0] Huh tough. (laughter)
- 54 [0:09:40.4] **Interviewer:** Ja, genau. Bist du mit Garten aufgewachsen?
- 55 [0:09:44.0] **Participant:** Ja also, wir ham diesen Garten seit dem ich in der zweiten, dritten Klasse bin und und ja. Dann war ich mal mehr mal weniger hier, aber sehr viel Zeit hab ich schon hier verbracht.
- 56 **Interviewer:** [0:09:52.5] Freiwillig?

- 57 **Participant:** [0:09:54.5] Am Anfang. Zwischenzeitlich unfreiwillig. Größtenteils aber auch in den letzten Jahren immer mehr freiwillig.
- 58 **Interviewer:** [0:10:01.1] Was hast du denn gemacht, wenn du unfreiwillig hier warst, oder (interrupted by participant) wieso warst du unfreiwillig hier?
- 59 [0:10:04.0] **Participant:** Also es war halt einfach, dass meine Mutter die ganzen Ferien hier ver also quasi immer im Garten war und irgendwann hatte man halt keine Lust die ganze Zeit hier irgendwie zu sein. Also keine so Ahnung. Ende Grundschule Anfang fünfter sechster Klasse, oder so, keine Ahnung so um den Zeitpunkt. Aber da es halt hier immer das Essen gab (laughter) war ich dann halt auch immer hier, aber es war dann irgendwie hab mich hier halt hingesezt und gelesen und so also. War auch voll okay, also nicht wirklich dramatisch, aber wär wahrscheinlich nicht der Ort gewesen wo ich freiwillig hingegangen bin wäre. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber ich bin froh, dass ich hier war und ja.
- 60 **Interviewer:** [0:10:33.4] Kommt deine Mutter auch aus Bremen?
- 61 **Participant:** [0:10:35.0] Äh ja.
- 62 **Interviewer:** [0:10:36.0] Dein, dein Vater auch?
- 63 **Participant:** [0:10:37.5] Ja
- 64 **Interviewer:** [0:10:37.7] Großeltern?
- 65 **Participant:** [0:10:38.8] Keine Ahnung? (laughter)
- 66 **Interviewer:** [0:10:40.7] Okay, na is ja, is alles gut. (interrupted by participant) okay. Also die Familie kommt aus Bremen (interrupted by participant). Wie bist du dann drauf gekommen, wenn du meintest zwischenzeitlich warst du mal unfreiwillig hier, aber jetzt bist du ja doch, korrigier' mich wenn ich falsch liege, aber relativ begeistert dabei (interrupted by participant) Sachen anzubauen. Wie kommt das? Wie kam das?
- 67 **Participant:** [0:11:01.4] Äh ich weiß nicht, ich hatte irgendwann in der Schule 'n Projekt über Heilpflanzen (interrupted by interviewer sign of attention) was ich machen musste und das fand ich irgendwie halt super interessant und dann hab ich mich irgendwie 'n bisschen mehr damit befasst und hab dann halt auch angefangen mit der Ausbildung, also PTA-Ausbildung und Pharmaziestudium und so und äh da hatten wir halt auch super viel mit Pflanzen zu tun und ich find das halt super spannend was man halt damit machen kann, weil das Zeug, also zum Beispiel Johanniskraut, das wächst ja gefühlt an jeder Straßenecke und was man damit so viel machen kann und ja. Dann hab ich halt angefangen das irgendwie alles selber auszuprobieren und das hat sehr viel Spaß gemacht.
- 68 **Interviewer:** [0:11:31.4] Das is interessant, also dein Interesse kommt von diesem Schulprojekt, wenn ich das richtig verstanden hab (interrupted by participant) oder teilweise.
- 69 **Participant:** [0:11:35.3] Ja, also das zumindest woran ich mich bewusst erinnern kann. Also vielleicht hat sich das auch einfach über die Jahre irgendwie so entwickelt, aber (interrupted by interviewer sign of attention), das war irgendwie hat auf jeden Fall mit großem reingespielt.
- 70 **Interviewer:** [0:11:45.6] Hast du viel über das Thema Heilpflanzen oder Nutzpflanzen in der Schule gelernt?
- 71 **Participant:** [0:11:50.0] Ähm ne, das war tatsächlich nur dieses eine Projekt, also das P5 Projekt, was man im Abi machen muss, wenn dir das irgendwas sagt (interrupted by interviewer sign of attention). Muss man halt machen, damit man zum Abi zugelassen wird (interrupted by interviewer sign of

attention) und wir durften uns halt selbst was aussuchen, also irgendwas zum Thema Krankheiten und dann hab ich halt das genommen und irgendwie hab ich halt das genommen und irgendwie war's eine sehr gute Idee. (laughter)

72 **Interviewer:** [0:12:07.6] Okay Ja scheint dein Leben ein bisschen geprägt zu haben.

73 **Participant:** [0:12:10.1] Ja schon.

74 **Interviewer:** [0:12:12.1] Okay (interrupted by participant) äh ich muss kurz überlegen Moment.

75 **Participant:** [0:12:17.4] Okay alles gut.

76 **Interviewer:** [0:12:20.5] Hm mal mein Büchlein herausholen. Ich hatte heut schon zwei Interviews. Bin nicht mehr ganz so schnell am denken. Genau. Wie informierst du dich zu heilpflanzenbezogenen Themen?

77 **Participant:** [0:12:39.4] Ähm also zur Wirkung lern ich halt im Studium ziemlich viel zu und in der Ausbildung. Wie ich das anpflanze und so ähm is sehr viel ausprobieren tatsächlich, oder im Internet lesen, oder auch die Nachbarn hier fragen.

78 **Interviewer:** [0:12:52.5] Achso, also du gehst noch auf Leute zu.

79 **Participant:** [0:12:54.3] Ja, oder halt, mit nich direkt, dass ich sie auf sie zugehe, aber wenn man halt so irgendwie mit den Leuten redet, dann kommt das halt irgendwie so auf, ne. Dann tauscht man irgendwie Saatgut aus und Pflanzensetzlinge und so und dann (interrupted by interviewer sign of attention) hat man den Austausch hier. Das is ganz schön.

80 **Interviewer:** [0:13:08.4] Wie sieht's aus mit ähm Büchern zu dem Thema?

81 **Participant:** [0:13:11.1] Äh bin ich nich so der Fan von. Also wir ham'n paar, aber ich find bei Büchern is immer so das Problem, dass man irgendwie so zwei, drei Kapitel davon super interessant findet und da is super hilfreich und der Rest des Buches, da stehen dann Sachen drin, die man irgendwie nich so braucht, oder nich so relevant sind und dann muss man das aus so vielen Büchern zusammen suchen. Vielleicht hab ich auch noch nicht das perfekte Buch gefunden (interrupted by interviewer sign of attention), aber das find ich halt im Internet halt ganz praktisch, dass ich da gezielt danach suchen kann, keine Ahnung; Wann müssen Erbsen geerntet werden und dann kann ich die ernten (interrupted by interviewer sign of attention) das is halt ganz praktisch.

82 **Interviewer:** [0:13:37.9] Okay. Ja interessant. Du hast jetzt vorne Nutzpflanzen angebaut, wie stehst du denn zum Thema Selbstversorgung?

83 **Participant:** [0:13:44.5] Find ich super interessant, also voll cool, äh ja, aber ich glaube da is halt super super aufwändig und zeitintensiv (interrupted by interviewer sign of attention), aber äh ja, also mein Exfreund hat da auch relativ viel in die Richtung zu gemacht und auch so Weizen und Gerste und so angepflanzt (interrupted by interviewer sign of attention) und äh also, voll spannend, aber auch sehr zeitintensiv.

84 **Interviewer:** [0:14:04.2] Ja gut Getreide is ja da nochmal nächster Schritt irgendwo oder?

85 **Participant:** [0:14:06.7] Genau, aber der hat auch auf'm Land gewohnt und hatte die Möglichkeiten und Träcker und Maschinen zum ernten und so'n Kram.

86 **Interviewer:** [0:14:13.3] Ja das dann auch'n bisschen größer. Also (interrupted by participant) als einfach nur im Garten. Weißt du was zuerst kam, das Interesse, du meintest eben das Schulprojekt über öhm über Medizinpflanzen, dass hätte dich da sehr geprägt, aber weißt du, ob das Interesse für zum Beispiel Nutzpflanzen, also normale Nutzpflanzen zum Essen, oder für Medizinpflanzen oder für

Zierpflanzen zuerst da war?

87 [0:14:37.2] **Participant:** Äh ich glaube Heilpflanzen (interrupted by interviewer sign of attention) war zuerst da und dann kam irgendwann dann die ganzen oh hm Essen anbauen kann man ja auch (interrupted by interviewer sign of attention) Also ich hab halt mich als allererstes, das erste was ich versucht habe war Ringelblumensalbe und Ringelblumen ganz viel anzupflanzen. Und dann kamen halt irgendwann die ganzen anderen Sachen dazu.

88 **Interviewer:** [0:14:51.1] Mhm, okay, ja gut, dass heißt der Ausgangspunkt sind dann die schicken Ringelblümchen hier. (interrupted by participant) Auch ganz viel. Ja gut. Du lebst jetzt in Braunschweig. (interrupted by participant) Hast du vor wieder nach Bremen zurückzukommen?

89 **Participant :** [0:15:04.5] Äh, bin ich mir noch nicht ganz sicher, aber ich glaube schon. Also im Mom, nach jetzigem Stand ja, keine Ahnung, was noch passiert. Hab noch'n paar Jahre vor mir.

90 **Interviewer:** [0:15:14.5] Okay. Du hattest äh hattest du Kontakt zu deinen Eltern ja, aber Großeltern auch?

91 **Participant:** [0:15:20.4] Wie meist du die Frage?

92 **Interviewer:** [0:15:23.0] Äh während du aufgewachsen bist.

93 **Participant:** [0:15:24.2] Achso ja, ja, definitiv.

94 [0:15:26.3] **Interviewer:** Hatten ham die dich im Bezug auf das Thema beeinflusst?

95 **Participant:** [0:15:31.6] Äh gut Frage. Ich glaube indirekt. Also meine Oma hatte halt auch'n Garten und da ham wir immer Äpfel und Pflaumen geerntet (interrupted by interviewer sign of attention) und das war immer voll cool und ja. Aber mehr glaub ich auch nicht. (interrupted by interviewer sign of attention)

96 **Interviewer:** [0:15:43.3] Ich hab viel erfahren. Ich würd jetzt noch ein, zwei Punkte einfach abfragen, also das hab ich eben schon so'n bisschen angefangen, aber (interrupted by participant) jetzt. Ähm magst du mir deinen höchsten Bildungsabschluss verraten?

97 **Participant:** [0:15:52.5] Äh Abitur, Ausbildung, was davon ist höher?

98 **Interviewer:** [0:15:55.8] Die Ausbildung dann ja (interrupted by participant) glaub ich.

99 **Participant:** [0:15:56.7] Dann ja PTA Ausbildung.

100 **Interviewer:** [0:15:58.2] PTA Ausbildung. Und jetzt studierst du gerade (interrupted by participant) auf

101 **Participant:** [0:16:02.4] Staatsexamen. (interrupted by participant) Eins von drei ist durch.

102 **Interviewer:** [0:16:05.7] Oh gut (interrupted by participant) sehr schön. Viel Erfolg dabei (interrupted by participant). Würdest du dich als neugierig bezeichnen?

103 **Participant:** [0:16:11.6] Ja wenn mich das Thema interessiert ja, wenn nicht dann nein.

104 **Interviewer:** [0:16:14.6] Okay. Würdest du dich als entdeckungsfreudig bezeichnen?

105 **Participant:** [0:16:19.0] Gute Frage. Kommt drauf an was. Teilweise ja schon (interrupted by interviewer sign of attention) ja.

- 106 **Interviewer:** [0:16:24.9] Okay. Bist du gerne draußen?
- 107 **Participant:** [0:16:27.2] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) definitiv.
- 108 **Interviewer:** [0:16:28.8] War das schon immer so?
- 109 **Participant:** [0:16:30.4] Äh es is in den letzten Jahren deutlich stärker geworden (interrupted by interviewer sign of attention): Also bis zum bestimmten Grad ja, aber ja es ist halt viel viel mehr geworden.
- 110 **Interviewer:** [0:16:42.2] Trinkst du viel Tee?
- 111 **Participant:** [0:16:43.5] Ja, aber auch erst in den letzten Jahren. (laughter)
- 112 [0:16:45.8] **Interviewer:** Ja? Okay. Äh darf ich dich fragen in welchem Jahr du geboren bist?
- 113 **Participant:** [0:16:50.2] 97
- 114 **Interviewer:** [0:16:51.0] 97, okay perfekt. Du passt perfekt in die Altersgruppe. Du bist ach schön.
- 115 **Participant:** [0:16:55.9] Nice. Freut mich, dass dich das freut.
- 116 **Interviewer:** [0:16:57.9] Ja das äh das freut mich wirklich. Und ich glaub die letzte Frage äh ich schau dann nochmal drüber. Hast du irgendwelche speziellen Ernährungsgewohnheiten gewollt oder ungewollt? Also Allergien, Unverträglichkeiten, oder?
- 117 **Participant:** [0:17:08.7] Absolut gar nich. Also ich befasst mich so langsam Richtung vegan, aber ich ess halt auch noch Fleisch und so und also ich probier halt grad so alles aus, was es da so an verschiedenen Möglichkeiten gibt, aber ohne mich da irgendwie einzuschränken. Was halt an Ersatzprodukten schmeckt, das nehm ich, aber (interrupted by interviewer sign of attention) keine Ahnung was halt nich gibt, das nich.
- 118 **Interviewer:** [0:17:23.7] Sehr gut
- 119 **Participant:** [0:17:24.4] Aber das man das irgendwie bewusst konsumiert versuch ich drauf zu achten.
- 120 **Interviewer:** [0:17:29.4] Interessant. Gibts noch was, was dir jetzt eingefallen is?
- 121 **Participant:** [0:17:32.4] Öh
- 122 **Interviewer:** [0:17:32.8] Was du mir noch erzählen wollen würdest zu Pflanzen, zu Kräutern, die du hier im Garten hast?
- 123 **Participant:** [0:17:37.1] Grade glaub ich nicht
- 124 **Interviewer:** [0:17:38.0] Grade nich okay.
- 125 **Participant:** [0:17:38.9] Wahrscheinlich sobald du weg bist (laughter)
- 126 [0:17:40.4] **Interviewer:** Ja ich würd das Gerät kurz laufen lassen und dann können wir den Datenschutz hier am besten unterzeichnen.
- 127 [0:17:45.7] **(unrelated to topic)**

**7.3.1.6 Interview BY 6**

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Ja okay, dann. Hallo erstmal.
- 2 **Participant:** [0:00:06.0] Ja Herzlich (interrupted by interviewer sign of attention) willkommen (interrupted by interviewer sign of attention) Kleingartenverein Krähenberg (laughter)
- 3 **Interviewer:** [0:00:12.2] Na ich war grad in ner Hütte drin, es äh, in nem Haus (interrupted by participant) eher schon Haus (interrupted by participant) Häuschen genau (interrupted by participant) is auf jeden Fall super schön und wir ham grad also ich hab grad also du hast mir grad schon gesagt außerhalb von der Aufnahme, dass du den Garten hier schon seit
- 4 **Participant:** [0:00:25.4] 10 Jahren
- 5 **Interviewer:** [0:00:26.3] Zehn Jahren hast und das das du 81 geboren bist
- 6 **Participant:** [0:00:29.7] Ich bin 81 geboren ja.
- 7 **Interviewer:** [0:00:31.1] 81 geboren bei Bremen
- 8 **Participant:** [0:00:32.8] Genau in Fischerhude (interrupted by interviewer sign of attention) das is hier ähm dreißig Kilometer etwa entfernt von hier aus genau. Son kleines Dorfding, also es is ziemlich bekannt auch, weil da viele Künstler wohnen (interrupted by interviewer sign of attention) das is Ziemlich genau Künstlerkolonie (inaudible) aus die äh eben auch viel mit Fischerhude zusammen so ihre Geschichte schreibt.
- 9 **Interviewer:** [0:00:52.4] Interessant ja (interrupted by participant) okay. Ich schreib meine Masterarbeit zu Heilpflanzen und zu Wissensweitergabe (interrupted by participant) in der Bevölkerung und wenn du nichts dagegen hast, fänd ich's mega spannend, wenn du mir 'n bisschen was darüber erzählen könntest, äh was du hier im im im Garten so hast und wie du das verwendest.
- 10 **Participant:** [0:01:13.5] Ja, also es is ja schon also sehr vielfältig was man alles machen kann. Also ich muss dazu sagen ähm dass ich sicher auch manchen Menschen noch besser auskennen als ich, also ich lerne jedes Jahr dazu so ne. Gut ich komm vom Land und meine Oma hatte ähm in Fischerhude wo wir, wo ich aufgewachsen bin eben auch 'n großen Garten oder 'n Ackerland, wo ich halt äh ja da im Prinzip auch so ja mit reingewachsen bin in dieses mit der Natur auch leben und wir ham (interrupted by interviewer sign of attention) viel angebaut auch an Gemüse das und das is letztendlich hier so ich merke eine Fortführung von meiner ja schon irgendwie Kindheit. So ne Anknüpfung einfach auch vom Gefühl einfach hier ähm mit der Natur zu sein so ne und letztendlich is es so, dass ich ähm ja jedes Jahr irgendwie 'n Stück weit mehr also ganz viel auch mit Stauden inzwischen mich hier beschäftige die Jahre. Also wirklich Stauden ähm ja einpflanze so so dass man eigentlich immer wieder neu guckt was was auch ähm ja der der Ecke des Gartens entspricht, was da auch gerne wachsen will und 's gibt ja so unendlich viele Arten (interrupted by interviewer sign of attention) sodass man dann halt auch immer es is jedes Jahr wieder 'n Abenteuer; 'n Ausprobieren so ne was man halt alles anpflanzen kann, was dann kommt und was dann nich und was nich wieder kommt so ne. Und also verschiedene Arten von Stauden und ähm ja sozusagen auch ähm also was was auch so klassisch is und was einfach total lecker is is die Zitronenmelisse zum Beispiel oder verschiedene Art von Minzen die ich halt hier in unterschiedlichen Beeten habe und ähm dann ham wir hier die des Johanniskraut das was du da siehst mit den gelben Blüten (interrupted by interviewer sign of attention) das kann man auch letztendlich ver für Tees verwenden ähm ja.
- 11 **Interviewer:** [0:03:03.3] Wie, also welchen Teil von den Pflanzen die du mir grade äh genannt hast verwendest du und gegen oder für was verwendest du sie?
- 12 **Participant:** [0:03:10.9] Ähm also die zum Beispiel die Minzen die kann man ja auch einfach in'nen Tee verwenden. Dass is auch gut einfach für ja kann man im Smoothies verwenden tu ich auch gerne rein, dass is ja halt auf jeden Fall gesund und Salbei hab ich ganz viel inzwischen ich hab jetz grade auch ne Erkältung durch äh wo (interrupted by interviewer sign of attention) ich dann natürlich Salbeitee das

is ja auch so klassisch, aber man merkt einfach auch noch mal verschiedene Arten von Salbei ne und das is halt frisch auch völlig anders is; 'n ganz anderes Ding als wenn man jetz 'n Teebeutel hat und irgendwo im Supermarkt kauft so ne. So Salbei is ja einfach hier auch 'n gängiges Gewächs und ja der mag das hier und das verwende ich viel; Salbei tatsächlich. Ja was ich sonst also sonst ham wir hier natürlich auch es is ja auch letztendlich ähm wichtig, wenn man ein Kleingarten sich ähm ja für sich in Anspruch nimmt innerhalb einer Stadt, dass äh ja dass er schon so auch genutzt wird, dass ja Gemüse und irgendwie in irgendner Form das auch äh so dann für äh für sich genutzt wird, also ich hab eben auch verschiedene Art von Gemüse, die ich hier anbaue, also Kürbis, Zucchini, Kartoffeln (interrupted by interviewer sign of attention) Radieschen auch mal äh unterschiedlichster Form, ähm Lauchzwiebeln, so das is alles hinterm Haus, hab ich da jetz 'n großes Stück wo das grade sehr wuchert (interrupted by interviewer sign of attention) so Hokkaidokürbis mag ich zum Beispiel total gerne. Also das is jetz keine Heil- also in dem Sinne ja Gemüse halt so (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Und das hab ich, das is hier dann natürlich auch immer was womit ma sich dann auseinandersetzt so ne, wenn ma hier 'n Garten hat, das man eben auch dieses den auch so nutzt dafür. Natürlich so. Ja ansonsten ähm. Was kann ich ; Achso ja genau die ähm **Ringelblumen** zum Beispiel hab ich da vorne, da kann man Salben mit machen, dass hat ne Freundin von mir schon eher dann ma eher ausprobiert ähm, die man auch gut für äh Wunden nehmen kann und zu heilen von Haut- ähm Schürfung und so ähm. Genau. Das äh hab ich auf jeden Fall mit ihr auch schon mal zusammen gemacht.

13 **Interviewer:** [0:05:21.4] Aus welchem Pflanzenteil würdest du die Salbe machen?

14 **Participant:** [0:05:23.9] Also mit den Blüten (interrupted by interviewer sign of attention) ja genau. Und ähm, dann ham hab ich **Lavendel**. Den kam, also ich hab auch viel schon zum räuchern die Jahre ma probiert, ähm. Das kannst du ja trocken und dann einfach räuchern mit so 'ner Räucherkohle, dass is auch gut so zum Beruhigung; Lavendel is ja viel gut zur Beruhigung, ähm und das hab ich auch über die Jahre hier auch viel verräuchert so ja (interrupted by interviewer sign of attention) Dann ja also ähm Rosen kannst du ja auch letztendlich verwenden. Also auch Rosenblüten, Blätter auch in 'n Salate oder du kannst auch zum Beispiel Löwenzahn, is jetz nich mehr, weil es is ja jetz ja grade nich mehr die Zeit, aber im Mai sind hier wirklich, also ich lieb das halt auch einfach, dass was sowieso da is, was ich gar nich groß anpflanzen muss, sondern das auch zu nutzen. So und ne, also Löwenzahn kannst eigentlich alles verwenden, selbst die Wurzel auch für Salat und so un du kannst Löwenzahn auch die Blüten auch an den Salat tun und auch die einzelnen Blätter natürlich so ne. Und ähm äh genau Kapuzinerkresse is jetz grade nich, hab ich über die Jahre viel gehabt ähm kannst du ja auch an Salaten tun, is auch so 'n fast kerniger also so so nussiger Geschmack find ich auch sehr lecker (interrupted by interviewer sign of attention) Ja oder schär, genau fast scharf ne ja. Das hab ich auch die Jahre sehr gerne hier verwendet. Ja also letztendlich kannst du glaube ich aus aus ga äh ganz vielem wo ich selber auch noch gar nicht so viel Wissen habe, oder mir das immer mehr an an ja mich da reinarbeite eigentlich (interrupted by interviewer sign of attention), kannst du eigentlich aus unglaublich viel Natur und Pflanzen ja eigentlich ähm genau. 'N Freund von mir, der beschäftigt sich über die Jahre mit Permakultur, also der legt ein Garten mit seiner Freundin an, der eben sich da her wirklich reinarbeitet, eigentlich alles essbare auch anzubauen so ne (interrupted by interviewer sign of attention) und wirklich den Garten so zu nutzen, dass du eigentlich nachher fast alles essen kannst so. Das is schon spannend. Ja. Genau. Ansonsten hab ich Johannisbeeren und ähm Pfl, also ich hab jetz hier gar Mirabellenbaum der also so Obst is ja auch (interrupted by interviewer sign of attention) genau, dass is das, was ich hier auch sehr viel nutze. Apfel, die kommen jetzt dann irgendwann die nächsten Wochen (interrupted by interviewer sign of attention) ja also jetzt Ende August, September dann ne geht das so los (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Ja drüben bei meiner Nachbarin die hat drei Apfelbäume, da kommen die jetz teilweise schon (interrupted by interviewer sign of attention) ja Augustäpfel ne

15 **Interviewer:** [0:08:00.7] Ah ja (interrupted by participant) Stimmt wir ham ja schon August (interrupted by participant). Zeit vergeht.

16 **Participant:** [0:08:04.8] Ja ne. Wahnsinn (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, also das ähm genau d äh Heilpflanzen also in dem Sinne Tomaten sind jetzt ja man kann ja ich weiß nicht unter was

das dann fällt ne. Gemüse und is ja auch alles dann irgendwo heilsam, wenn man's richtig einsetzt.

17 [0:08:21.6] **Interviewer:** Mhm. Ja des kommt drauf an wie wie wie du das dann in dem Fall (interrupted by participant) verwendest, also.

18 **Participant:** [0:08:25.6] Naja also ich würde sagen, wie ich das, also ich würde sagen, dass es schon ah eh immer auf ne gute Mischung ankommt so. Also wenn ma jetzt zum Beispiel nur sich vom Smoothie ernährt, oder nur von Tomaten zum Beispiel, dass is ja auch irgendwann dann auch nich mehr gesund, also ich find ne gute Mischung is einfach wichtig, auch ähm Kartoffeln zum Beispiel hab ich die Jahre festgestellt, dass ich zum Beispiel eher 'n Mensch bin, die schnell ähm also die die Erdung braucht und dann eher auch Kartoffeln is ja auch 'n Gemüse, was eben wirklich er in der Erde is und deswegen sagt man auch im übertragenden Sinne einen auch 'n bisschen hilft, wenn man mehr ja viel in Gedanken is, oder einfach manchmal auch mehr Bodenständigkeit braucht, dass so'n Gemüse wie Kartoffeln oder auch Möhren, dass das dann gut is so und das auch viel zu essen und da hab ich dann auch zum Beispiel festgestellt, dass ich das total gerne mag so. Also ne gute Mischung ne, wenn man jetzt viele Äpfel isst, dann auch äh Kartoffeln zu essen (interrupted by interviewer sign of attention) so ne also jetzt nich so für mich hab ich jetzt gemerkt, mir tut das gut.

19 **Interviewer:** [0:09:28.9] Ja interessant. Du meintest eben, dass du jedes Jahr so'n bisschen neu neue Sachen ausprobierst und dass du permanent am lernen bist. Wie läuft dieser Prozess des Lernens ab, also wie informierst du dich über neue Sachen.

20 **Participant:** [0:09:43.5] Also Learning by Doing würd ich sagen (laughter), wenn ich hier irgendwas ähm pflanze und 's einfach nich wieder kommt, oder da auch die Schnecken ran gehen. Dieses Jahr hatten wir echt sehr viele Sch Nacktschnecken, also im ganzen Gebiet, also das kommt einfach durch diese Schwüle und durch den Regen dann auch ähm Juni, Juli dann ähm und dann wird auch vieles halt aufgefressen und dann musst du auch mit lernen ne, das also manches was vielleicht 'n bisschen resistenter is gegen verschiedene Arten von Tieren die her ja nun auch leben und wie man damit sich arangiert ne, das lernt man natürlich und dann auch ähm natürlich durch also ich hab viel durch Freunde einfach äh gelernt, ne, (interrupted by interviewer sign of attention). Ich hab ne Freundin die eben auch sich mit Pflanzenkunde sehr gut auskennt, die hier auch äh um die Ecke ihren Garten hat und dann ne andere Freundin die ähm auch sich sehr gut auskennt. Ich selber hab jetzt mich ähm entschieden den Fachberaterkurs zu machen, dass is so ne ähm ja für Garten äh Landshfts, also ich sag mal für die Kleingärtenvereine eine Möglichkeit sich weiterzubilden eben auch in allem äh Anbaumethoden von Gemüse oder überhaupt Gartengestaltung, Pflanzenkunde so ne und das wird äh über Bremen finanziert und dann bist du sozusagen ne Fachberaterin für Kleingartenwesen und kannst dieses Wissen auch weitergeben so und das möcht' ich diese kleine Aus ja is ne Ausbildungsform, geht so 'n halbes Jahr und gibts auch ne kleine Prüfung (interrupted by interviewer sign of attention) und das wird halt komplett finanziert und das find ich halt toll und die Freundin, die eine Freundin hat diesen Fachberaterkurs schon gemacht und ja die frag ich dann halt oft, wenn so wenn ich irgendwas nich weiß so ne. So 'n bisschen nen Grundwissen, oder n Gefühl hab ich halt auch durch meine eigene Familie mitbekommen, durch meine Oma. Einfach so diese mit der Natur sich zu verbinden halt. So. Da dass is halt glaub ich auch 'n Gefühl was man einfach ja sich sich erarbeiten kann, aber was man irgendwie ja immer also dieses wie man wie das dann geht, muss ja muss auch jeder natürlich selber gucken, wo is das Ventil ne. So. Und ich merke halt wenn ich hier bin, dann is das wirklich so 'n Runterkommen. So und dann ähm zu gucken, wie man sich auch mit den einzelnen Pflanzen verbindet, also das hat ja auch ganz viel mit zuhören und ja mit zuhören eigentlich zu tun und mit Geduld und mit sich drauf einlassen so und da bin ich auch nich immer gut mit ich hab dann so meine Vorstellung wo was wachsen soll und dann wächst das da plötzlich aber nich, weil die Pflanze was ganz anderes will und dann denk ich ah scheiße so. War wohl irgendwie nich richtig so (interrupted by interviewer sign of attention) und dann muss ich's halt dann nächstes Jahr anders machen oder so lern ich halt dann auch dazu einfach durch meine eigenen Erfahrungen.

21 **Interviewer:** [0:12:26.2] Hm okay. Gibt's äh informierst du dich äh über Bücher auch?

22 **Participant:** [0:12:32.4] Schon ja (interrupted by interviewer sign of attention) auch, also Internet

natürlich heute auch, was ja auch ja (interrupted by interviewer sign of attention) einfach so das, die Quelle is für vieles, aber ich hab auch viele alte Bücher oder Bücher halt auch äh geerbt teilweise auch von meiner Oma, aber auch mal auf Flohmärkten hier und da, oder ma geschenkt bekommen, also Heilpflanzenbücher. Einfach auch mit also so was ich total mag sind mit schönen Zeichnungen drinne, wo man dann was nachschauen kann auch ma ne Pflanze die man halt nich so kennt, oder wo man den Namen vergessen hat, ne man kann natürlich im Internet und ne App runterladen, die hab ich noch nich, aber hab ich mir überlegt, ob ich das mal mache, wo man dann einfach auf die Pflanze hält und das dann sofort ausspuckt, wie die heißt, das is manchmal ganz praktisch (interrupted by interviewer sign of attention) aber ich find's genauso schön einfach in ein Buch zu gucken, ne Art Lexikon, wo man dann was nachschlagen kann und dadurch lernt man natürlich auch. Ja.

23 **Interviewer:** [0:13:22.4] Du hast jetzt schon zum wiederholten mal deine Großmutter glaube ich erwähnt (interrupted by participant), die dich da anscheint rangeführt hat. Wie sah das dann früher aus, was ihr zusammen gemacht habt, oder ihr Garten, wie

24 **Participant:** [0:13:33.3] Naja es war halt Ackerland (interrupted by interviewer sign of attention) in Fischerhude ähm und da hat sie alles Mögliche angebaut an Gemüse natürlich auch, wir ham wirklich auch viel davon uns finanziert oder ernährt. Also wir hatten jetzt nich zum Verkauf, aber sie hatte, also ähm ich hab dann auch immer ma geholfen, obwohl ich sagen muss, dass war irgendwie so ihr Reich, das hat sie einfach gemacht und ich seh da heute, wenn ich es reflektiere, wie meine Kindheit da auch war, was das betrifft wirklich als riesen Geschenk (interrupted by interviewer sign of attention), also auch einfach ähm jeden Mittag frisches Gemüse und gekocht, also es hat sie auch gemacht, nich meine Eltern, sondern da war sie für zuständig und das war auch hat sie so als ihre Lebensaufgabe auch gesehen, ähm bis zum hohen Alter un ja, alles mögliche an Gemüse hat sie angebaut und da ham wir dann wirklich auch immer tolles Essen gehabt sowas wirklich auch was sehr besonderes is und äh. Ja, da muss ich sagen ich trag sie wirklich so in meinem Herzen auch un wenn ich dann hier so in meinem eigenen Garten wühle, dann denk ich auch viel an sie (interrupted by interviewer sign of attention). Also schon mit ihr verbunden. Ja.

25 **Interviewer:** [0:14:34.2] Was war das Reich von deiner Oma. Deine Eltern hatten mit dem Garten dann nichts zu tun?

26 **Participant:** [0:14:39.4] Doch, aber nich so intensiv. Also meine Mutter war Lehrerin äh und mein Vater ähm war auch ähm sehr beruflich sehr aktiv ähm und die hatten beide wenig Zeit und ham dann letztendlich sich auch ähm 's war ja auch 'n Geschenk, dass meine Oma äh zusagen, oder dass meine Eltern da angebaut haben und des wir, also ich bin halt in einem äh sozusagen Mehrgenerationenhaus aufgewachsen und war eben auch viel bei meiner Oma, als ich klein war. So und sie hat sich dann ja letztendlich viel um um die ja um das Essen gekümmert und auch teilweise um mich natürlich (interrupted by interviewer sign of attention), aber ja das war das war schon so ihr ihr Bereich, also so auf'n Ackerland dann da rumwühlen 's hat ihr einfach gut getan, sie is 94 geworden, hat unheimlich viel Kriegserfahrung, was ja nun viele aus unserem Großeltern ja äh unserer Gro also ne ich bin jetzt 40 geworden, also in meinem Alter, oder auch Menschen, die 'n bisschen alter sind, die Großeltern ham ja alle irgendwo den zweiten Weltkrieg erlebt und ähm ja ich mein, dass is natürlich 'n großes Thema für sich, aber meine Oma hat durch durch dieses sich mit der Natur verbinden un einfach ähm ja da was tun hat sie sich auch ganz viel ähm vielleicht auch äh unbewusst verarbeitet und äh hat sich damit gut getan so. Letztendlich die vielen Jahre auch noch, bestimmt 30, 40 Jahre, bis sie dann irgendwann nich mehr so konnte und sie war auch eigentlich nie krank, also interessant, also dadurch is es ja auch es is jeder Mensch is es auch wieder unterschiedlich. Man kann ja auch nich so pauschal sagen wenn man sich gesund ernährt wird man nie krank, das is quatsch, so würd ich das auch äh in allen Bereichen, wenn ma zu extremer is. Es kommen ja so viele Faktoren zusammen, aber ich würde sagen, dass auch die Ernährung, ne und wie man lebt, mit der Natur, also da kann man auch jetzt 'n una unabhängig von ähm äh Heilpflanzen (interrupted by interviewer sign of attention) jetzt ja auch abschweifen, aber so mit der Natur leben, zu gucken mit 'm Thema Nachhaltigkeit und eh ja irgendwie kann man kann so viel da auch machen und sich auch schützen vor Krankheiten. Thema aktuell Corona (interrupted by interviewer sign of attention) würd ich jetzt aus meinem Gefühl sagen, man kann durchaus viel machen.

- 27 **Interviewer:** [0:16:56.5] Hast du was spezielles, was du bei Atemwegserkrankungen, wie Corona, oder bei Corona benutzen würdest?
- 28 **Participant:** [0:17:02.9] Ähm ich hab tatsächlich ein, ja das das würde jetzt vielleicht 'n bisschen zu weit führen, also ich mein. **Salbei** ist zum Beispiel immer gut, aber ich würde jetzt sagen, bevor ich da jetzt auch zu tief eintauche wo ich auch einfach nicht mehr fachlich so kompetent bin (interrupted by interviewer sign of attention) es gibt also jeder kann da glauben und denken und fühlen, wie er das möchte, aber ich hab mit Homöopathie sehr gute Erfahrung gemacht und würde sagen, da gibt es einige Mittel die ich aktuell auch selber nehme ähm die ähm auf jeden Fall helfen bei ähm Atemwegserkrankung so und ich weiß auch, dass es unterstützend zu diesem Thema Corona auch in in dieser Richtung viel gibt, was Menschen erforschen, oder wo sie sich tiefer auch reinbegeben, die ja sowieso ihr Leben lang mit Naturheilkunde sich befassen und das ist ähm unglaublich äh spannend und kraftvoll so (interrupted by interviewer sign of attention) ja da könnt ich natürlich jetzt viel sagen, dass ich das unglaublich schade finde, dass es viel zu wenig in der Öffentlichkeit ähm ja natürlich ne (interrupted by interviewer sign of attention) ähm diskutiert wird, oder aber was heißt diskutiert wird, dass es es einfach ähm unterstützend zu allem anderen was was jetzt ja Thema ist ähm einfach ähm angeboten wird in der Öffentlichkeit. Nicht jeder hat vielleicht die Muße sich da so reinzubehalten im Alltag und zu wissen, was man auch alles machen kann. Klar, heute kann man das Internet natürlich durchforsten, das machen ja auch viele, aber ich würde sagen es gibt neben dem Thema der Impfung ganz viel was man auch machen kann um sich stabil zu halten. So Aus der Natur, sag ich mal ne. Unter anderem natürlich auch selber nicht im Stress sein und tausend andere Sachen, die dazu beitragen, dass man gesund bleibt das ist ja wie gesagt 'n kann man ja auch nicht so einfach so aus'm, so einfach sagen, das ist jetzt das einzige Heilmittel.
- 29 **Interviewer:** [0:19:00.3] Ja. Hast du was spezielles bei Verdauungsproblemen, oder bei bei ähm Magen Magenunwohlsein, Erkrankungen?
- 30 **Participant:** [0:19:12.8] Also ich würd sagen wenn man jetzt ne schl ähm sch ähm ja, dass kann man da fliegen, die fliegen wieder, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Ja ähm, bei Verdauung. Also ich würde sagen, da hat bei mir, also wenn ich Probleme hatte mit Verdauung auch manchmal geholfen einfach **Pflaumen** und sowas zu essen (interrupted by interviewer sign of attention), also das regt ja auch sozusagen an, ähm oder auch ich hab jetzt öfter in meinem Leben auch mal gefastet, Fastenkur gemacht, da ist ja auch **Sauerkraut** gut. Sauerkrautsaft, um das äh anzuregen äh, aber da ich würde da auch immer irgendwie gucken, was jeder so für sich braucht. Das kann man auch nicht einfach so pauschalisieren so, also ähm, wenn man jetzt zum Beispiel fastet. Das man da auch eventuell sich wirklich auch nochmal ärztlich äh beraten lässt, oder ernährungstechnisch so ne.
- 31 **Interviewer:** [0:20:07.7] Ja, aber gut.
- 32 **Participant:** [0:20:08.7] Also ei ähm also wo wo ich gute Erfahrungen mit gemacht hab, dass hab ich ja jetzt in dem Sinne nicht selber angebaut. Ist aber, es gibt so ne äh Heilerde, das ist auch ähm kann man auch nehmen, wenn man Probleme hat mit'm Magen und das hat mir auch als Kind immer gut geholfen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Also, was ich wirklich die Erfahrung mache und da ist mein Wissen längst nicht, also ich sag mal ich habe gefühlt viel, was ich auch nicht weiß und wo ich auch immer kleine Schritte gucke, äh wo ich weiter dazu lernen kann so ne. Aber ich, also was ich definitiv weiß, was einfach mein meine Erfahrung ist mit, oder mein auch mein Gefühl ist, die Natur so unglaublich viel für uns bereit hält und und die Menschen, die sie dann wissen und damit auch ähm kompetent äh in die Öffentlichkeit gehen, ja, dass mehr zu nutzen, das fänd' ich sehr sehr schön und, dass es schon ein Bedürfnis von mir auch, dass immer mal wieder anzuregen auch in Gesprächen. So.
- 33 **Interviewer:** [0:21:13.6] Hast du vor, in Zukunft, mehr im Garten zu nutzen, oder anzubauen? (interrupted by participant) Im Bezug auf Heilkräuter, oder Heilpflanzen?
- 34 **Participant:** [0:21:20.0] Also ich merk schon, dass ich über die Jahre viel mich mit auch verschiedenen

anderen Dingen beschäftigt hab, wie zum Beispiel mein Kunsthandwerk ne, also ich und auch mit meiner Arbeit, ich bin äh in ner Psychiatrie tätig, also Kunsttherapeutin bin ich äh gelernte und hab ähm jetzt 13 Jahre lang gearbeitet in einer Einrichtung mit Menschen, die psychisch sehr stark eingeschränkt sind und eben 2 Stunden Betreuung benötigen und die Arbeit hab ich sehr geliebt. Jetzt hab ich grad 'n Arbeitswechsel hinter mir und arbeite in der Klinik direkt und ähm ja, dass sind ähm ja Erfahrungen, die ich da mache, auch mit verschiedensten Menschen in Krisen in sehr heftigen Krisen und Menschen, die wirklich eine, ja, Lebensweg haben, den man wenn man sich da so reinbegibt, ähm wo man denkt wow, dass die das überhaupt überlebt haben, is schon 'n wunder, ähm und wenn man sich dann mit so Menschen beschäftigt und das äh ja einfach sei der Beruf auch einfach is, dann merke ich is das für mich total wichtig, 'n Ausgleich zu haben. Der Beruf äh selber macht mir Spaß, er gibt mir natürlich auch ganz viel, weil ich auch künstlerisch natürlich jetzt auch nochmal mehr fokussiert mit Menschen arbeite. Ähm aber ich merke auch einfach in meinem Garten hier zu sein und nich ähm ja mich mit ähm Krisen anderer Menschen auseinandersetzen zu müssen, oder einfach mit mir selber (interrupted by interviewer sign of attention) und äh vielleicht auch mit meiner eigenen Krisen, aber auch mit mir und der Natur einfach zu sein, also das is einfach heilsam, so und das empfehl' ich auch jeden Patienten, oder jeder Patientin tatsächlich jetzt, dass wir, dass sie sich verbinden mit der Natur in welcher Form auch immer und wenn ma jetzt in ner mitten in der Stadt wohnt und eben kein Garten hat, äh kann ma auch in' Park gehen und sich Blätter sammeln, oder Blumen und die äh zu Hause hinstellen, oder sich damit in irgendner Form künstlerisch auseinandersetzt, also das seh ich halt, das geht (interrupted by interviewer sign of attention) so, ne, und die Menschen da 'n bisschen auch zu abzuholen und ein bisschen mehr das Gefühl zu vermitteln, dass es das die Natur äh weil wir sind ja alle aus der Natur, dass das einfach heilt, so ne. So, dass is so'n großes Thema natürlich auch (laughter)

35 **Interviewer:** [0:23:31.1] Ja, aber sehr interessant.

36 **Participant:** [0:23:32.3] Also so und daher so die Frage nochmal genau, ähm ich ähm ja also ich hab vor mich äh auf jeden Fall so wie es die Zeit auch zulässt mehr an mehr hier noch äh so ja mit dem auch einzugrooven, was hier is so und de äh also vieles letztendlich merk ich auch manches ähm les ich dann und ich vergess' es dann wieder, oder ne dann weiß ich Namen von manchen Pflanzen auch nich mehr und dann merk ich so, okay das möcht ich mir dann auch nochmal besser aneignen so und das is natürlich ne Sache, die die man dann ja einfach sich drauf äh fokussieren muss so (interrupted by interviewer sign of attention), oder wo ich das auch die Jahre möchte halt ne, das auch zu gut zu integrieren so.

37 **Interviewer:** [0:24:15.4] Versorgst du dich über den Garten selbst?

38 **Participant:** [0:24:17.9] Nich komplett nein, das wär jetzt, das wär falsch. Also was ich immer mehr merke is über äh dies den Anbau von Gemüse, dass es schon ähm was ausmacht, so also sowieso vom Gefühl is je jetzt so die ersten frischen Kartoffeln aus der Erde zu holen und ähm die zu kochen und die äh frisch zu essen, also ich denk manchmal auch, eigentlich braucht man gar nich so viel, also klar Menschen die Fleisch essen, dass is dann auch nochmal 'n Thema, dass kann man dann ja auch machen aber es is auch einfach so lecker einfach ne zwei drei frische Kartoffeln zu kochen, also wenn ich die jetzt hier habe, ähm die einfach aus der Erde und dann in Topf und kochen und dann bisschen Lauch dazu un bisschen äh Quark dazu, öhm paar frische Tomaten und das is 'n bisschen Öl drüber, oder Basilikum, oder keine Ahnung wie ma sich das dann auch herrichtet, aber es is einfach mega leckeres Essen. Ich lieb das. Und so, das haben wir auch zuhause, bei meiner ähm meiner Familie früher gehabt, also so einfaches Essen, aber auch so unglaublich lecker, also man vergisst manchmal durch die Vielfalt halt auch wirklich, was is das Einzelne wert, so also einfach eine Kartoffel. Wie lecker und wie geil die is (interrupted by interviewer sign of attention). Klar gibts verschiedene Arten von Kartoffeln wieder, aber so also da merk ich so das is so einfach und ne Kartoffel kennt irgendwie jeder letztendlich fast jedes Kind würd ich ne, also man weiß einfach was is ne Kartoffel, aber eigentlich weiß man auch wiederum nich was ne Kartoffel is, weil sie wirklich bewusst zu essen (interrupted by interviewer sign of attention) und sich mit dieser mit diesem Gemüse ich nochma auseinandersetzen, das is dann auch nochma 'n anderes Ding. Also zum Beispiel hab ich ja vorher erwähnt Löwenzahn, ne jeder jedes Kind lernt irgendwann Löwenzahn kennen und jeder Mensch

kennt Löwenzahn, also oder zumindest hierzulande so, oder wo halt Löwenzahn wächst, aber dann hab ich irgendwann mal ähm über die Arbeit auch einen äh eine Kräuter äh Frau besucht, die sich halt rohkostmäßig beschäftigt und auch komplett Rohkost sich mit Rohkost ernährt und auch Kurse gibt und wir ham da diesen Löwenzahn dann uns halt damit beschäftigt und wirklich auch ja das nochma ganz anders vom Gefühl zu haben was ein Löwenzahn also, welche Vielfältigkeit nur eine Pflanze hat so ne und da muss man natürlich auch das braucht halt alles Zeit sich dann im einzelnen wieder im Detail dann auf aufzuhalten (interrupted by interviewer sign of attention) oder dem auch zeit zu geben, das kann ma natürlich auch nich mit allem, aber ich merke so mit diesem Sachen äh zum Beispiel Hokkaidokürbis is auch 'n super, also ich liebe den, ich hab äh den immer schon gern gegessen und da isst ma ja die Schale mit und das is einfach ma kann den so toll verwerten und den jetzt hier zu haben über die letzten Jahre oder auch immer mehr zu gucken wie wächst der gut, dass der möglichst en en üppigen Blüten die ja dann Früchte Tragen, oder auch die Kürbisse wirklich gut wachsen (interrupted by interviewer sign of attention), dass ähm und nich die Schnecken den alle wegfressen so, sondern möglich ja, also das is ja auch ne Übung (interrupted by interviewer sign of attention) Ja und das is halt wirklich 'n dankbares Gewächs so und das is total lecker und das dann, oder auch Zucchini, jetzt hab ich jetzt die ersten Zucchini geerntet, die letzten Tage und da ne Suppe gemacht, oder auch mal ne Sauce und damit auch zu experimentieren mit dem Gemüse, das is einfach klasse (interrupted by interviewer sign of attention). Also da haben manch andere hier, die hier ihre Gärten ham vielleicht noch einiges mehr auch noch, oder was heißt mehr, also anders vielleicht, oder vielfältiger, also ich merk auch immer ich ich denk immer, ich weiß eigentlich nich so viel, aber ich ähm geh ma Step by Step so jedes Jahr 'n bisschen, was man dann auch alles machen kann. (interrupted by interviewer sign of attention)

39 **Interviewer:** [0:27:48.5] Wie stehst du generell zum Thema Selbstversorgung?

40 **Participant:** [0:27:51.2] Ja 's find ich schon find ich auf jeden Fall 'n spannendes Thema und letztendlich da kommen wir ja alle her, 's is halt immer nur die Frage, was hat jeder Mensch für Möglichkeiten, so, ne, und das is natürlich 'n riesen Thema, wenn man das dann hm ja auch w also ich sprech' auch öfter mit Menschen, die halt ne w also die wenig Zeit ham, keine Ahnung meine Freundin, die du jetzt vorhin da (interrupted by interviewer sign of attention) kennen gelernt hast zwei Kinder, also die macht da auch viel in die Richtung, die hat ja nun auch hier ihren garten, aber es gibt ja auch dann Menschen, die dann beruflich mit vielen Kindern, oder ne dann kaum Zeit finden sich mit solchen Sachen auseinanderzusetzen und die ähm gehen dann eben schnell in Supermarkt und kaufen dies und jenes und da is immer so die Frage, wo knüpft man bei den Menschen dann auch an, oder wo können die Menschen anknüpfen (interrupted by interviewer sign of attention) um in die Selbstversorgung zu gehen. Für die wär's wahrscheinlich ne Überforderung jetzt zu sagen hier alles selber des is auch nich des, der Weg find glaube ich, dass is 'n überstülpen (interrupted by interviewer sign of attention) so find empfinde ich das auch, oder auch zu sagen, jeder soll jetzt alles biologisch kaufen, ich kaufe viel wenn ich einkaufe auch ähm biologisch, also auch im im Biomarkt, aber auch da is ja immer ne finanzielle Frage (interrupted by interviewer sign of attention) so und dann denke ich wieder ja, da kommen wir dann ganz weg von den Heilpflanzen, aber ich finde das sind das hängt ja alles irgendwo zusammen so ne, also auch da, dass is meine Meinung und auch meine Erfahrung, es hängt alles irgendwie miteinander zusammen und wenn wir jetzt Thema Fleischkonsum äh oder auch billig, äh alles muss billig sein, ne, also ich hab auch schon ne Mango gekauft und 'n Salat mit Mango gemacht. So Reis Mango Salat. Super lecker, aber ich hab auch schon dann gedacht ne jetzt nehm ich ma keine Mango sondern nehm meine Äpfel, die hier grad wachen, oder meine Mirabellen die jetzt grad reif sind und lass die Mango weg und hab den Salat auch schonma also is so'n bestes Beispiel hab den dann ohne Mango gemacht, weil die halt Flugmango und dann denk ich ja was soll das ne. Also ich verurteile niemanden, weil ich's ja auch selber dann manchma mache, wenn ma sich ma ne Mango kauft, oder Bana, also ich mein das is ja bei so vielen ja, aber dann zu gucken ne gute Mischung zu finden würd ich ma so sagen ne. Und jeder auf seine Art zu gucken, wie man im Alltag was umsetzen kann. Wollen wir vielleicht mal da rein gehen wegen tröpfeln?

41 **Interviewer:** [0:30:10.4] Gerne. Ich bleib auch im Regen sitzen, aber ich

42 [0:30:13.1] (unrelated to topic)

43 **Participant:** [0:31:07.2] Ja genau, also es is letztendlich ähm ein großes Thema mit dem äh ja Thema Nachhaltigkeit auch einfach auch ne und wie man mit mit der Natur halt umgeht so und (inaudible) da kann ma jetzt zehn Stunden drübe reden (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention)

44 **Interviewer:** [0:31:27.2] Lassen wir das mal lieber bleiben. Passt nicht ganz (interrupted by participant) auf die SD Karte drauf.

45 [0:31:31.7] **Participant:** Nein, also ich finde ich finde 's wichtig, dass zum Thema auch noch ma selbst sich versorgen ähm, also ja so wenn ma 'n kleinen Balkon zum Beispiel hat da schon eigenen Tomaten zu haben is ja auch schon 'n Teil also einfach 'n Stück in die Richtung und das is einfach ähm genau die Tomaten explodieren grade (interrupted by interviewer sign of attention). 'S war 'n ich hab die 'n bisschen zu eng gesetzt, aber das is egal. Müssen sie jetzt mit auskommen. Ähm ja, aber das is ja schon äh damit würd ich sagen, ja jeder wie er's kann irgendwie so und auch so dieses Thema wirklich wert wertschätzen, was man ja also d das was man hat auch wertzuschätzen und ja (interrupted by interviewer sign of attention) und damit umzugehen so und genau. Wenn ma dann eben ne kleine Stadtwohnung nur hat, ohne Balkon, dann kann man trotzdem noch andere Dinge tun, die äh in die Richtung vielleicht gehen. Indem man halt bisschen achtsamer einkauft, dass is meine mein Gefühl dazu und vielleicht nich jeden Tag Fleisch isst, sondern nur ja (inaudible) geringer, sodass man sich vielleicht auch ma 'n bisschen teureres leisten kann, wenn man dann auf 's Geld gucken muss ja auch (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm ja so, oder wo kauft man seinen Kaffee, ne also ja. Da gibt's jetzt viel, wo ich über eigentlich mein leben lang schon nachdenk', oder auch nicht nur nachdenke, sondern es auch lebe so. Immer im Rahmen, wie ich das kann (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Is ja immer so'n Abwegen ne und gucken, also ich hab auch mit hier tatsächlich hier in dem Gartenverein das würd ich gerne an dieser Stelle nochmal erzählen. Also wir ham hier immer auch öhm vor Corona und ich denk es wird ja auch irgendwann wieder kommen, viele Feste, wo auch alle Menschen, die hier ihre Gärten haben, also hier in unserem Gartenverein haben wir etwa 300 Gärten (interrupted by interviewer sign of attention) oder Parzellen und Menschen, die ja auch gerne mal zusammen kommen und wir ham unterschiedliche Feste und da hab ich eben auch in all den Jahren langsam angeregt eben ma zu gucken ähm ja mal 'n bisschen teureres Fleisch zu kaufen, wenn wir dann so Grillfeste haben, wo ich sag ma 50, 60 Leute teilnehmen, als dass man jetzt so an Großhändler fährt und es Fleisch aus der Massentierhaltung kauft, was ich, wenn ich mich weiter rein begeben, mich sehr wütend macht und auch sehr traurig so. Das Menschen, manche Menschen da überhaupt nich keine Gefühle zu haben bisher, aber ich hab dann auch gemerkt, ich kann nich mit der Keule kommen und einfach sagen was, wie könnt ihr jetzt hier nur so Fleisch essen, oder wie könnt ihr überhaupt also so, weil ich selbst (interrupted by interviewer sign of attention) bin viele Jahre vegetarisch, aber ich finde do dogmatisch etwas aufzusetzen is auch nich der richtige Weg, sondern ich bin irgendwie mit den Menschen ins Gespräch gegangen und dann i über die Jahre wurde das halt immer mehr anerkannt und äh ausprobiert, dass ich irgendwann das Fleisch gekauft hab bei einem kleinen Schlachter und wir halt so'n bisschen bessere Qualität auch hatten und die Menschen auch bereit sind bei unseren Veranstaltungen 'n bisschen mehr zu bezahlen so un das is ja 'n kleiner ne im kleinen Umfang, aber das is das was man als einzelner tun kann so. So un das find ich halt wichtig.

46 **Interviewer:** [0:34:58.4] Du meinstest eben du ernährst dich jetzt schon seit vielen Jahren vegetarisch (interrupted by participant). Hast du sonst irgendwelche Ernährungsgewohnheiten? Gewollt oder ungewollt, also Unverträglichkeiten, oder Sachen an die du dich versuchst zu halten?

47 **Participant:** [0:35:10.9] Ja, ich hab halt schon viele Jahre ne Laktoseunverträglichkeit, was eben ja auch viele Menschen heutzutage ham ähm und da hab ich überhaupt kein Problem mit das zum Beispiel auch komplett wegzulassen irgendwann hab ich auch ma mehr gemerkt ich ja Thema Milch trinken is ja auch noch ma 'n Thema für sich, aber dass das einfach auch überhaupt nich gesund is wir uns das in der Werbung auch einfach oder wo man reinerzogen wird, dass is alles Quatsch so. Letztendlich natürlich kann man Milch trinken, aber letztendlich is die Milch für die Kälber, oder für die Tiere die halt trächtig sind und ihre Kinder damit also wie wir Menschen ja auch und das ähm, also

ne wenn ma jetz das Thema nimmt unabhängig von meiner Unverträglichkeit will man jetz weiß ähm wenn man jetzt ja wenn ma sich ei wenn man auch dieses Thema am wieder am Detail betrachtet, dann denke ich is es eigentlich irgendwann jedem Menschen klar, was machen wir da eigentlich (interrupted by interviewer sign of attention) so, also na die kleinen Kälber sofort der Mutter wegzunehmen und also da kommen ja fast die Tränen wenn ich da so reingehe und das als selbstverständlich zu nehmen, nur weil wir als Mensch Milch trinken wollen in den Massen natürlich auch ne und die äh die Tiere halt dauerschwanger sind, damit sie ähm Milch trinken, äh damit wir Milch trinken können und das is einfach das Ding einfach an sich is so sch schrecklich eigentlich, wenn ma sich damit befasst so ne, dass ich dann denke, eigentlich sollte sollten wir überhaupt sowas nich mehr machen so zumindest nich in diesen Massen, weil dann würden ja würde das alles auch anders möglich sein mit dieser ganzen Massentierhaltung, aber 's is auch wieder Thema für sich, aber wie gesagt, 's gehört auch mehr doch mehr auch alles zusammen (interrupted by interviewer sign of attention) So und ich finde dann auch hier ich finde 's manchma nich also oder wo ich manchmal Mühe hab, dass zu verstehen es gibt hier diese ja Menschen, die in der Stadt äh Nachhaltigkeit leben wollen, oder leben teilweise ja auch und in den Gärten was anbauen, aber dann wiederum auf der anderen Seite is ihnen völlig egal, was sie für Fleisch essen, oder ob sie da die Billig-H-Milch kaufen, oder da auch nie so drüber nachdenken, so und das kann ich manchmal schwer nachvollziehen und ohne dann denjenigen dann ja irgendwie ähm jetz naja da au also äh zu sagen das is jetz 'n schlechter Mensch. Ich versuch dann ins Gespräch halt zu gehen so und darauf aufmerksam zu oder ne Frage zu stellen halt ne so, weil das find ich gehört ja auch damit zu wenn ma dann hier sich verwirklicht in solchen Garten, was ja 'n riesen Geschenk is, dass zu haben, ähm warum kauft ma dann Billigfleisch und es is einem egal. Das kann ich irgendwie so nich verstehen so und da dann mit den Leuten ins Gespräch zu gehen is einfach auch total interessant. (interrupted by interviewer sign of attention)

- 48 **Interviewer:** [0:38:03.3] Informierst du dich, weil du grade meintest es is gar nich so gesund was dann nich zu trinken. Informierst du dich zum Thema gesünder leben oder gesundes Leben?
- 49 **Participant:** [0:38:10.9] Ja schon (interrupted by interviewer sign of attention) also genau also ich also genau das hat der vorhin auch noch gefragt so ich äh hab zum Beispiel angefangen irgendwann ganz viel mit Smoothies, also so Obst äh Smoothies mir zu machen, was ja auch einfach super lecker is und auch mit Salat da rein, also so grüne Smoothies ähm ja alles Mögliche da rein zu mixen und ich hab auch wirklich gemerkt, dass ich wirklich wenig krank bin, so, das is einfach so, also ähm wie gesagt, das hängt an vielen Faktoren, warum ein Mensch krank wird, aber das äh unterstützend äh im Alltag zu machen, dass man sich jeden Tag vielleicht 'n als Beispiel wenn ma das mag, 'n Smoothie macht, oder andere Sachen, die in die Richtung gehen, man hat, jeder hat kann ja so seine Rituale finden, die dann so gut sind so ne. Ähm die helfen einfach ges sich fit zu halten. So und das merk ich, seit dem ich das auch regelmäßig mache so. Oder ich ess total genr Müsli, manche würden sagen, ne mag ich nich, aber dann findet man halt andere Sachen vielleicht, die dann lecker sind für einen, den anderen Menschen so. (interrupted by interviewer sign of attention) Und was ich auch mach is halt viel Bewegung ne, also einmal hier durch den Garten hat man den sowieso (laughter), aber ich fahr viel Fahrrad und mach auch sonst Sport, also das sind ja auch Dinge, die einen fit halten (interrupted by interviewer sign of attention) Das öhm das im Gesamtkontext so ne. Ja.
- 50 **Interviewer:** [0:39:30.7] Hast du irgendwann in der Schule ma was zu Heilpflanzen mitbekommen?
- 51 **Participant:** [0:39:35.3] Ähm ja j puh wir hatten da immer mal äh ich muss sagen, da wo ich wenig, also Biologie natürlich, wo man verschiedene f äh sp äh spezifische Themen hat, aber jetz nich so dass ich mich jetz dran erinnern könnte, dass wir das da wirklich so äh ne, also viel hab ich durch mein äh eigenes Leben halt; Die Schule Leben, äh Lebensschule, gelernt, oder eben wie gesagt durch meine Familie.
- 52 **Interviewer:** [0:40:05.9] Okay, also wenig Schule im Sinne von auf medi auf Medizinpflanzen, oder Heilpflanzen. (interrupted by participant)Schade.
- 53 **Participant:** [0:40:15.6] Ja es is interessant ne also (interrupted by interviewer sign of attention) finde ich auch ja. Also es also ich finde auch ja, dass is auch dann wieder ganz anderes Thema, also was in

Schulen in Schwerpunkten is ka is ausbaufähig (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) also ich würd nich sagen, dass ähm äh Biologie ja total schlecht war, aber ich kann mich also es is nich so also anscheint ja auch nich so viel hängen geblieben, sonst wüsst' ich 's heute noch, so ne es gibt ähm innerhalb meines Studiums oder Ausbildung, ich hab erz äh Erzieherausbildung gemacht also ich dann mit der Schule fertig war, dass ähm da gab's Fächer wie Psychologie natürlich auch und da ham wir sehr praktisch orientiert auch ja gelernt und as sind Dinge, die werd ich nie vergessen so, was bestimmte Begriffe bedeuten und das auch in der Praxis so bisschen anschaulicher. Sowas is immer toll, das kann ma natürlich immer im Fach Biologie ohne Ende machen ne. Also aber jetzt so ganz speziell zur Heilpfl, in der Grundschule, da weiß ich ham wir auch viel gemacht. Wir hatten da 'n Garten vor nem Klassenzimmer. Wir ham die Eichhörnchen beobachtet. Wir sind raus gegangen und ham auch Pflanzen ma gesammelt und die abgemalt und solche Sachen, das denk ich, das weiß ich auch noch, aber da is jetzt nichts wo ich sagen würde, da hab ich jetzt total viel gelernt über die und die Pflanze so ne. Das, also zumindest nich in den Jahren danach, dass da wüsstest ich jetzt nich mehr (interrupted by interviewer sign of attention)

54 **Interviewer:** [0:41:40.7] Wie kam's dann, dass du dich dazu entschieden hast den Garten hier zu bekommen?

55 **Participant:** [0:41:50.1] Ich glaub, weil ich einfach auch ähm merke, dass ich merke, dass die Natur mir gut tut. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich hab mit meinem ersten Freund, also mit meiner ersten Partnerschaft, als ich vom Land dann in die Stadt gezogen bin ein Garten gehabt, also im anderen Stadtgebiet hier in Walle. Also der hatte den Garten sozusagen gepachtet bevor wir und kennen gelernt haben und als wir uns dann kennen lernten ham wir den eigentlich zusammen gewirtschaftet oder auch genutzt so und auch sechs Jahre glaub ich bis wir uns dann getrennt haben, ja, haben wir da viel Zeit verbracht so und dann hab ich gemerkt ich brauch irgendwie die Natur um mich rum auch in der Stadt so. Ich selber fahr kein Auto ich hab kein Führerschein aus w äh den Gründen, dass ich nich äh, also das ich ne Sehschwäche habe und irgendwann für mich äh festgestellt hab unter anderem weil natürlich auch teuer is und wieder Zeit is 'n Führerschein zu machen, aber auch gemerkt hab, ich glaube es is nich gut für mich 'n Führerschein zu machen. Ich fühl mich sehr unsicher da un hab es akzeptiert irgendwann. Ich würd sagen ich sag niemals nie (interrupted by interviewer sign of attention), aber bisher hab ich kein Führerschein halt und komme sehr gut auch so zurecht mit dem Fahrrad, auch längere Strecken mit dem Fahrrad zu fahren und ähm genau, da war dann eben so dieses Thema auf'm Land zu wohnen für mich auch schwierig, weil ich in der Stadt arbeite, oder äh ja eigentlich seit dem ich arbeite, also seit dem ich 19, 18, 19 bin arbeite ich ähm, dann immer zu pendeln vom Land ohne Auto in die Stadt, das war für mich damals auch ja einfach war n das wollt ich nich so und dann hab ich mich entschieden in der Stadt zu wohnen und als ich dann diese Beziehung oder als wir die beendet hatten fehlte mir eigentlich auch 'n Garten. Also da hatte ich auch ich auch paar Jahre keinen gehabt, hab in einer ganz tollen WG gelebt, aber mir fehlte einfach das Grün um mich rum und ich hab gemerkt, wie kann ich en aus meinem Leben heraus mir helfen ohne, dass ich jetzt auf's Land ziehen muss (interrupted by interviewer sign of attention), oder irgendwie sowas und so kam ich dann dazu, dass ich mir 'n eigenen Garten hier gesucht hab. Ja mh hier am See am Werdersee.

56 [0:43:46.2] **Interviewer:** Okay, is auf jeden Fall schön. Den, die Parzelle wie lang hast du die jetzt schon?

57 **Participant:** [0:43:51.0] Zehn Jahre jetzt schon.

58 **Interviewer:** [0:43:51.8] Zehn Jahre (interrupted by participant). Ja das is ja schon ne Zeit ne.

59 **Participant:** [0:43:54.6] Ja und das is wirklich ähm wie gesagt jedes, aber es ist dann auch wieder nich lang, weil mache ham hier vierzig fünfzig Jahre (interrupted by interviewer sign of attention) ihre Gärten (interrupted by interviewer sign of attention), also die könnten dir noch weitaus mehr erzählen, auch wie sie da mit Anbau und also so unterschiedlich halt ne, aber es is auf jeden Fall ähm gibts schon Leute mit ner langen Geschichte hier auf auf dieser Gartenkolonieranlage (inaudible) die hier auch wirklich ihre Kinder ah aufgezogen haben und die wirklich dieses Fleckchen Erde innerhalb

der Stadt wirklich über viele Jahrzehnte wirklich für sich nutzen. (interrupted by interviewer sign of attention) so ne.

60 **Interviewer:** [0:44:28.8] Du hast mir ja jetzt schon bisschen über Kräuter erzählt, die du hier im Garten hast. (interrupted by participant). Kannst du dich erinnern, wie du von den jeweiligen Kräutern erfahren hast, oder wo du das Wissen her hast, also wir ham ja eben gesagt, dass du dich über Bücher gern informierst, oder auch über das Internet und viel aus der Kindheit schon mitgenommen hast, aber das is ja hauptsächlich Interesse dann, aber wo kommt das Wissen her, weißt du das? Kannst du dich daran erinnern?

61 **Participant:** [0:44:54.0] Das Wissen?

62 **Interviewer:** [0:44:54.9] Ja wann du, wann du das aktiv gewusst hast, was du jetzt weißt. Is ne schwierig Frage, ich weiß.

63 **Participant:** [0:45:01.3] Na durchs durch ähm na durch schon durch lesen, also wenn ich jetzt zum Beispiel ähm und durch's ausprobieren halt auch, (interrupted by interviewer sign of attention) also Salbei jetzt zum Beispiel zu verwenden bei Tee, was ich halt regelmäßig mache, was ja auch an viele Menschen kennen auch durch äh sich informieren, äh was macht ma wenn ma krank is so; Salbeitee trinken is ja eigentlich klassisch so, würd ich ma sagen, aber den Salbei frisch zum Beispiel anzubauen und jetzt so'n, so 'ne Pflanze zu ham, die jedes Jahr größer, größer wird, dass is auch für mich immernoch ähm ne Sache, die bew, also die ich bewunder', wenn ich den Salbei jetzt hier sehe, wie der die Jah Jahre jetzt immer größer wird und nachher fast schon Bau ba bäum ja so'n kleiner Spaum fast schon ne, so und dass hab ich wirklich durch jahrelang immer wieder neu ausprobieren und so ähm und natürlich durch Kontakt mit Freunden, ne die sich da vielleicht vorher schon auskannten, oder man äh hört ma von dem und ma Mensch machst du dat, also so is es ja, wenn ma zum Beispiel ne tolle leckere Marmelade einkocht. Ja wie hast'n das gemacht, ach ja und dann Rezepte irgendwie austauschen, oder einfach hören Mensch, ja so, Mensch, das probier ich auch ma aus, das kann ich ja auch ma anbauen so und so bin ich halt nach und nach da, oder bin ich ma noch äh mitten drinne, so dass ich auch vieles auch auch wo ich dann sage, das hab ich schon wieder vergessen, wo ich dann einfach ähm das nachlese nochmal, oder nochmal meine Freundin frage, ja wie hieß dann jetzt nochmal so, ne, und das dann einfach jedes jede jedes Jahr wieder 'n bisschen dazu lerne so.

64 **Interviewer:** [0:46:34.9] Okay. Das is auf jeden Fall sehr interessant ja. Was (interrupted by participant)

65 **Participant:** [0:46:43.2] Manchmal denk ich, ich könnte viel mehr wissen so und da fehlt mir dann so geht's ja vielen Menschen so ne, also deswegen hab ich auch gedacht, den Fachberaterkurs zu machen, damit ich mich auch noch mal gezielter auskenne, manchmal denk ich ich könnte viel mehr wissen, das wär vielleicht sich da manchmal auch unter Wert verkaufen, weil, aber es is so, dass ich in manchen Dingen wirklich denke, ja ich möchte da eigentlich viel mehr eintauchen, aber dann fehlt mir wirklich die Zeit (interrupted by interviewer sign of attention). Und dann merk ich, man hat hier 'n bisschen Ahnung und da 'n bisschen Ahnung und, ne, wenn ich in der Psychiatrie arbeite 's is so'n riesen Feld für sich Menschen in Krisen zu begleiten und die einzelnen Krankheitsbilder und therapeutisch äh gut zu arbeiten und das is ähm da äh ja wenn du dich da auch noch mal richtig tief eingibst, dann hast du eigentlich kaum Zeit für andere Dinge, oder Natur äh Heilkunde, sich da zu belesen auch ne, also es is ja immer die Frage, was schafft man und ich hab noch keine Kinder und da frag ich mich manchma, wie andere Menschen das machen mit Kindern und ne äh riesen Hausstand, ja, dass is schon interessant. Aber so is es halt. Man kann ja immer nur das, was man irgendwie kann.

66 **Interviewer:** [0:47:51.9] Vielleicht weißt du das ja irgendwann, wie Leute das mit Kindern machen.

67 **Participant:** [0:47:54.8] Wer weiß. (laughter)

68 **Interviewer:** [0:47:55.8] Wer weiß.

- 69 **Participant:** [0:47:56.4] Ja, kann noch kommen.
- 70 **Interviewer:** [0:47:59.9] Du möchtest ja diesen Beraterkurs machen. (interrupted by participant) Is bei dir dann, machst du das eher für dich, oder is bei dir da Interesse vorhanden, dass dein Wissen dann auch weiterzugeben?
- 71 **Participant:** [0:48:11.0] Beides. (interrupted by interviewer sign of attention) würd ich sagen. Ich find's total schön Menschen zu beraten, dass du ich ja auch in anderen Gebieten, jetz über meine Arbeit zum Beispiel therapeutische äh Hilfe anzubieten, oder auch äh im privaten Bereich Dinge die ich weiß auch weiterzugeben und das find ich schon richtig schön so. Also das einfach auf meine Art dann ja auch zu teilen so und das weiter zugeben, oder einfach auch das was ich ja auch tue zum Beispiel sich mit Menschen zu unterhalten, wie sie sich ernähren, oder Mensch verändert auch, oder überlegt doch ma mit dem Fleischkonsum, ob das nich auch anders gehen kann und was wäre wenn du ma beim kleinen Schlachter kaufst (interrupted by interviewer sign of attention) wo's nich aus der Massentierhaltung kommt, also das is ja auch, da hab ich auch Wissen angereichert und meine Überzeugung, wo ich ganz vorsichtig auf die Menschen zu geh, die's dann komplett anders machen, weil's is ja immer leicht mit Menschen zu reden, die sowieso so denken, wie ich, ne dann brauch ich nich groß äh diskutieren, dann is man sich einer Meinung und fertig. Man kann da natürlich dann sich feiern und sagen, ja das is toll, w as wir jetz hier machen, aber so richtig herausfordernd is es ja dann auch erst, wenn du mit Menschen sprichst, die komplett das anders sehen und fühlen, wie du selbst und dann zu gucken, dass du mit denen gut in's Gespräch kommst und nich mit de Keule gleich kommst so und sagst, du bist scheiße, nur weil du jetz bei Aldi Fleisch kaufst für 1,99 (interrupted by interviewer sign of attention), sondern ja zu zu hinterfragen, oder mit den Menschen wirklich ins Gespräch zu gehen ohne das der gleich abhaut und voll genervt is, weil dann kommst du nich weiter. Also es is ja auch bisschen weitergeben (interrupted by interviewer sign of attention) is ja auch die Frage, wie ne. So und dann ja, das is sehr spannend, weil man viel mit Menschen wirklich tiefer ins Gespräch geht, also wo auch man spürt, man hat's da auch mit Menschen zu tun, die fühlen und äh Emotionen haben, nur äh vielleicht mh ja sie anderswo haben und da nich drüber nachdenken, oder plötzlich ins nachdenken kommen. Also is ja auch hoch spannend, aber auch das braucht wieder Zeit (interrupted by interviewer sign of attention) So
- 72 **Interviewer:** [0:50:11.7] Würdest du sagen, du hast professionellen Kontakt zu Heilkräutern mal gehabt, im Sinne von, dass du damit mal gearbeitet hast?
- 73 **Participant:** [0:50:18.2] Mh ja 's is halt die Frage, was professionell heißt. Ich würde sagen eher nicht (interrupted by interviewer sign of attention). Ne, also, dass wär jetz zu viel äh wär übertrieben gesagt. Wir ham en innerhalb meiner Arbeit ham wir über, aber, dass hab ich dann ja nich, ich hab dann ja auch gelernt, hab ich mit Klienten, früheren Klienten von mir, ähm die eben sehr stark psychisch eingeschränkt sind, da ham wir eben diese Frau, die sich mit Rohkost auseinandersetzt besucht und ham bei ihr gemeinsam den Löwenzahn an zu bereitet gepflückt und zubereitet und auch andere Pflanzen und sind dann gemeinsam mit ihr dann ins Gespräch gegangen, oder ham Erfahrungen für ein Tag gemacht und sie hat auch mehrmals uns besucht, in der Einrichtung, und so is es natürlich dann gemeinsam mit dieser Fachfrau dann ja auch noch ma ins lernen zu gehen, so dass hab ich ein ja so dann auch und das äh vielleicht auch zu ähm Werbung zu machen, das es toll is in ähm auch Bereich, im Bereich Psychiatrie ähm so sowas zu integrieren so dass is würd ich sagen (interrupted by interviewer sign of attention) war eher dann in meinem Profession enthalten, aber ich kann jetz nich sagen ich bin da jetz mit meinem Fachwissen auch reingegangen.
- 74 **Interviewer:** [0:51:32.5] Was würdest du als dein höchsten Bildungsabschluss bezeichnen?
- 75 **Participant:** [0:51:36.7] Also ich hab öhm ne also Diplom Kunsttherapeutin bin ich ja und hab 'n Fachhochschulreife, also in ner Fachhochschulreife bin ich ins Studium gegangen und hab halt 'n Diplom erworben dann. Das war letzter Diplomjahrgang, wo's bevor's so aus aus (interrupted by interviewer sign of attention) auslief in Bachelor genau. Fünf Jahre hab ich studiert. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja also ich hab mir dann auch Zeit gelassen. Man kann das auch in vier schaffen, aber mit der Diplomarbeit und allem und nebenher arbeiten; es war'n dann fünf Jahre ja.

- 76 [0:52:02.6] **Interviewer:** Is vielleicht manchma nich so schlecht oder?
- 77 **Participant:** [0:52:04.9] Es war gut.
- 78 **Interviewer:** [0:52:05.4] Sich 'n bisschen Zeit zu lassen.
- 79 **Participant:** [0:52:06.5] Es war gut, (interrupted by interviewer sign of attention) also genau, weil man ja auch einfach reift so und ich mein ich hab mit 21 angefangen, damals und ich hab die Jahre einfach auch gebraucht also, de des andere kommt ja von allein, man wird einfach, meine Oma hat immer gesagt, da zitier' ich sie dann auch äh: "Alt wird man von alleine." Also des is ja so ne und ich denke, dass kann man sich ja auch im positiven zu nutzen machen. Man hat einfach irgendwann mehr Erfahrung und kann dar und kann da auch reich von profitieren, vor allem wenn man das gut einsetzt, so.
- 80 **Interviewer:** [0:52:34.9] Ja, okay. (interrupted by participant) Ich schau mein Büchlein nochmal durch, ob ich was wichtiges vergessen habe (interrupted by participant). Vielleicht noch. HAST du Zierpflanzen hier, oder baust du aktiv Zierpflanzen an?
- 81 **Participant:** [0:52:52.1] Zierpflanzen? (interrupted by interviewer sign of attention) Also jetzt einfach nur so, weil sie schön aussehen, oder also ich hab hier meine ähm Geranien in dem Topf da, dass würde ich für mich jetzt äh halt vor einfach sagen, die sind zur Zierde, die ess ich ja nich und glaub die sind auch giftig. Weiß ich (interrupted by interviewer sign of attention) nich seit weiß ich das auch nich heh?
- 82 **Interviewer:** [0:53:09.1] Dann besser nich essen.
- 83 **Participant:** [0:53:10.0] Ne. Ja manches wo ich dann sagen würde es is vielleicht jetzt nich so gut weiß ich dann vielleicht auch nicht was man damit dann auch wieder alles machen kann, müsste man jetzt nachlesen, was man mit Geranien machen kann, die hab ich halt, weil ich sie einfach mag und weil ich es tatsächlich, dass diese Pflanze mich auch an meine Oma erinnern, weil die die immer auf'm Balkon hatte (interrupted by interviewer sign of attention) so Klassiker ne (interrupted by interviewer sign of attention), aber ich liebe das einfach, genau. Und ähm ja hier die ähm Männertreu heißen die da, die hab ich auch, also klar, man hat natürlich auch, also ich hab natürlich viele Pflanzen, der Bambus den esse ich jetzt auch nich. Ich glaube, da kann ma auch, wart das müsst ich also müsst ich jetzt auch nich, kann man sicher auch was unterschiedlich verwerten ne, aber klar man kann mit Bambus bauen so ne. Also ohne das man ihn jetzt isst zum Beispiel hab ich Bambus auch schon anders ver ähm genutzt um halt damit was zu bauen zum Beispiel ne (interrupted by interviewer sign of attention), aber den hab ich natürlich auch, weil ich ihn mag, weil ich die Struktur der Pflanze mag und deswegen hab ich den hier eingepflanzt (interrupted by interviewer sign of attention) und auch die Rosen kann man ja auch sagen ich ja jetzt auch nich jede Rose (laughter) ich sag ma viele hab ich natürlich hier, weil ich's schön finde und weil ich mich verbunden fühl mit der Pflanze, oder weil ich sie einfach mag so auch vom Aussehen mag, oder von der Art mag, die ihr Blattwerk is und deswegen hab ich sie hier stehen oder angepflanzt so ja (interrupted by interviewer sign of attention)
- 84 **Interviewer:** [0:54:29.9] Also du hast sowohl Nutzpflanzen, die du so du verzehrst, also auch Kräuter oder Heilkräuter. Mh weißt du wofür das Interesse zuerst da war von deiner Seite?
- 85 **Participant:** [0:54:43.2] Ich glaub das is so gleichwertig gewesen. Kann ich gar nicht so sagen. Ich glaube zum Beispiel, ja vielleicht doch eher erstma für da es irgendwie dass ich mich wohlfühle, dass es schön auch aussieht, also so oder ich hab also so dieses zum Beispiel äh ich liebe Rosen, (interrupted by interviewer sign of attention) also da hab ich äh auch hier diesen Hügel, als ich den Garten übernommen hab, (interrupted by interviewer sign of attention) das ähm ja so ganz viele Rosen ah ah äh auch teilweise geschenkt bekommen, aber dann auch gesetzt und die sind hier auch jedes Jahr wieder neu und ähm nich jeder mag halt Rosen gerne, aber ich lieb des halt

unterschiedliche Arten von Rosen hier zu haben und das war glaub ich schon das was ich auch einfach viel im Fokus hatte die ersten Jahre, oder ich sag ma auch gedega Gartengestaltung, das is auch einfach mein Ding. Also was ich total liebe sind Steine äh hier so ähm auch vom Meer Steine sammel und ähm so so'n bisschen äh chinesischer, japanischer Gar, also diese Steingärten lieb ich auch, also einfach so Gestaltung in der Natur, mit der Natur, das is glaub ich das, was ich glaub ich so das was doch am ehesten was in mir auch so mein Herz berührt so und dann natürlich zu gucken im besten Sinne und da fehlt einfach, oder was da da darf man sich immer mehr weiter da reinbegeben, was es was es wo wo is der beste Nutzen, dann auch ne. es sieht schön aus und man kann es trotzdem nutzen ne also so beides zusammen (interrupted by interviewer sign of attention) und da kann man sein ganzes Leben natürlich dran rumfeilen so und da merk ich auch da sind 10 Jahre eigentlich kurz, weil ich einfach ja wenn ma so viel anderes dann auch noch nebenher hat, dann freut man sich eigentlich grade ma so die Rosen halbwegs richtig schneidet. Also das is ja auch das Ding, also wie gesagt ich wüsste gerne viele mehr, aber ich merk auch einfach also 'n die Zeit, also is die Zeit oft ja auch begrenzt 'n dann kann ma sich auch nur um bestimmte Sachen kümmern und, obwohl ich jetzt viel mich ähm über die Jahre auch mit auseinandergesetzt hab is halt mein Beruf Kunst, künstlerisch auch therapeutisch zu arbeiten, aber auch für mich künstlerisch zu arbeiten, das is a natürlich in dem Sinne jetzt nich mit Heilpflanzen zu tun, aber das kann ich am besten in der Natur und muss ich sagen, also auch künstlerisch für mich selber zu arbeiten, wenn ich frei habe und Zeit für mich hab innerhalb dieses Gartengrundstückes hier einfach meine Ruhe 's zu haben und mein Gedanken nachzugehen, oder mich künstlerisch zu betätigen, das könnt ich nich in ner kleinen Stadtwohnung, das (interrupted by interviewer sign of attention) schaff ich einf, oder das das würd da würd ich mich beengt fühlen, also das is einfach auch mein Wesen so. Gibt ja Menschen, die das nich stört, aber ich könnte das nich (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Zum Beispiel hab ich, das war'n unglaublich schönes Erlebnis vor einigen Jahren hier ma Waldohreulen äh direkt hier 'n dem Baum gehabt, die hier genistet haben (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm warte ich kann dir da Fotos ich ähm ja das kann das nicht ah das nimm das das seh ich jetzt nich vor.

86 **Interviewer:** [0:57:34.1] Das sind nich die Fotos oder wa. Es nimmt auf, dass mir Fotos gezeigt werden.

87 **Participant:** [0:57:39.7] (inaudible) Ja ich hab da'n ganzen ganz viele Bilder gemacht, also das war das Männchen (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm der hat die seine Junge (interrupted by interviewer sign of attention). Und das war te ganz tolles naja ne ganz tolle Phase, also 's war'n ja 6 Wochen wo die hier etwa saßen und geschlüpft sind die irgendwo anders hier in der Nähe, das hab ich dann nich mitbekommen und irgendwann war'n die Jungen fl die ersten Flugversuche und da saßen die wirklich sechs Wochen in dem Baum und ham sich dann auch abends füttern lassen und das dann so ähm zu beobachten zum Beispiel, ohne dass ich jetzt 'n Studium über Waldohreulen für mich äh dann wieder angegangen bin, dann aber einfach zu sehen diese unglaublich prachtvollen Tiere sind hier und äh (inaudible) kann die abends hören wie die äh gefüttert werden und äh das is einfach so schön.

88 [0:58:37.9] (unrelated to topic)

89 **Participant:** [0:59:03.3] Ja also das so das is das is unheimlich schön dann so mit den Tieren oder ich sag ma mit der Natur sich so verbunden zu fühlen innerhalb der Stadt; Trotzdem so einen Ort zu haben, wo auch diese Waldohreulen zum Beispiel ähm sich weiter ähn äh weiter äh ähm hier vermehren und einfach (interrupted by interviewer sign of attention) ihren ihren Platz finden so und as find ich total schön einfach.

90 **Interviewer:** [0:59:30.7] Würdet du dich als neugierig bezeichnen?

91 **Participant:** [0:59:33.5] Ja schon (interrupted by interviewer sign of attention) ne natürlich nich in anderen in eh allen, so kann ma ja gar nich, aber.

92 **Interviewer:** [0:59:40.4] Dafür is die Zeit zu knapp ja.

93 **Participant:** [0:59:41.8] (laughter) ja

- 94 **Interviewer:** [0:59:42.9] Ja schade eigentlich oder?
- 95 **Participant:** [0:59:45.3] Ich glaube wichtig ist den Fokus irgendwann zu haben auf etwas, oder auf weil ich kenn das das ich zum Beispiel neugierig bin in verschiedensten Bereichen (interrupted by interviewer sign of attention) in meinem Leben und immer wieder feststelle, dass das dann ähm, also ja 's dann 's da und die Frage des Anspruches so ne, also ich kann jetzt nicht unglaublich viel über Heilpflanzen wissen, wo ich behauptete, ich weiß ähm 'n Bruchteil von dem, was andere vielleicht auch wissen und trotzdem hab ich ja auch in anderen Gebieten wo ich mich vertiefe, in kunsthandwerklichen Sachen zum Beispiel und auch da merk ich, da könnt ich jetzt ganz viel Wissen anreichern, wie ich mit dem Putz und des sin Sachen, wo ich mich auch grade mit beschäftige, ähm, aber (interrupted by interviewer sign of attention) ja aber dann man muss sich dann entscheiden, wo man wirklich sich (interrupted by interviewer sign of attention) vertiefen will und da natürlich 'n Fachwissen zu erreichen, dass es ja dann darum geht's ja dann, oder eben in vielen Gebieten etwas zu wissen es ja auch ne Möglichkeit so (interrupted by interviewer sign of attention), also (interrupted by interviewer sign of attention) das so. Genau.
- 96 **Interviewer:** [1:00:53.0] Ne ich versteh das gut ja. Is ne Wahlsache.
- 97 [1:00:57.1] **Participant:** [1:00:57.6] Oder ich glaube wichtig is, ich glaub das aller wichtigste is, das man sich das man sich gut fühlt mit sich und glücklich is so mit dem, was man tut so ähm, oder zu gucken, was macht einen glücklich so und wenn man dann natürlich voll akribisch nur weil man in einer Sache so perfekt sein will und dann nachher aber letztendlich voll gestresst is und unglücklich damit is, dann is es ja auch eigentlich nicht gesund für einen selber. 'S hat ja auch was mit gesund sein zu tun. Irgend zu gucken, was was was is wirklich angesagt für einen selber, ne. Nur weil der eine das jetzt kann, also ich ne würde, könnte jetzt auch sagen, meine Freundin weiß viel mehr. Vielleicht hättest du die mal lieber interviewen sollen, über Heilpflanzen so ne, also ne die hier ihren Garten um die Ecke hat, also nicht die Freundin, sondern ne andere. Ähm die weiß wirklich auch viel und ich find das toll und manchmal denk ich oh man ich möchte auch mehr wissen, aber dann merke ich so, ne, kann ich ja vielleicht nach und nach, aber bevor man sich unter Druck setzt, das is halt eigentlich Quatsch so ne, weil ich weiß doch für andere Sachen, wo (interrupted by interviewer sign of attention) sie dann nicht so viel Ahnung hat und das is ja auch, das is ja auch richtig. Jeder hat so sein Ding, was er dann, ja wo man sich (interrupted by interviewer sign of attention) danach austauschen kann sag ich ma so.
- 98 **Interviewer:** [1:02:02.9] Ja is Arbeitsteilung. (interrupted by participant) irgendwo.
- 99 **Participant:** [1:02:06.0] Oder so lernt man ja auch dazu irgendwie im Leben.
- 100 **Interviewer:** [1:02:10.0] Ich hab vergessen, ob ich gefragt hab, ob deine Eltern auch aus der Region kommen. Hab ich das schon gefragt?
- 101 [1:02:16.0] **Participant:** Das hast du noch nicht gefragt, aber (laughter) macht ja nix. Also meine Mutter is in Bremen geboren (interrupted by interviewer sign of attention), aber is sozusagen dann mein Vater in Hamburg und meine Oma is Ostfries äh Ostfriesin gewesen, äh öhm in Ostfriesland geboren, aber sie ist dann nach Bremen gezogen, un meine Mutter is sozusagen ähm ja, ähm im jungen Erwachsenenalter ähm dann mit meinem Vater gemeinsam irgendwann hat sie halt entschieden, nach Fischerhude zu ziehen, wo meine Oma eben 'n Haus gebaut hat und dann bin ich dort aufgewachsen, so hat sich das entwickelt. (laughter) ja (interrupted by interviewer sign of attention) also auf jeden Fall ein Nordlicht.
- 102 **Interviewer:** [1:02:49.6] Ein Nordlicht. (interrupted by participant) schöne Bezeichnung ja.
- 103 **Participant:** [1:02:52.6] Ja ja ich merk das auch, das ich mich da so sehr verbunden fühle, also ich glaube ich könnte nicht in den Bergen wohnen, weil ich einfach merke ich brauch also die Verbindung zum Meer is auch einfach schon da. Küste, Meer, Weite. Das is so irgendwo merk ich einfach so in mir so drinne. (interrupted by interviewer sign of attention)

- 104 **Interviewer:** [1:03:07.8] Ja und noch eine letzte Frage: Trinkst du(interrupted by participant) viel Tee?
- 105 **Participant:** [1:03:12.5] Ich trink viel Tee ja (interrupted by interviewer sign of attention).  
Verschiedene Formen aber auch gern schwarzen Tee.
- 106 **Interviewer:** [1:03:18.1] Okay. Das wären alle meine Fragen gewesen (interrupted by participant). Is dir vielleicht noch irgendwas eingefallen, was du im Garten hast, mir zeigen möchtest? Spezielle im Bezug auf Heilpflanzen bezogen?
- 107 **Participant:** [1:03:29.4] Öh, was ich dir zeigen, also ich kann dir natürlich jetzt im einzelnen den ganzen Garten zeigen, aber das weiß ich nicht, ob dir das jetzt da so weiterhilft.
- 108 [1:03:39.2] **Interviewer:** Wenn dir das in den Kram passt.
- 109 **Participant:** [1:03:44.0] Äh ich hab so dieses Kräuterbeet da vorne, also auch Oregano und also so Liebstöckel zum Beispiel, dass hat ich auch nich gesagt, dass sind so Sachen, die also Liebstöckel liebe ich lieb Liebstöckel (interrupted by interviewer sign of attention) liebe ich zum Beispiel auch, das äh das äh ich hatte ma hier 'n riesen Busch fast schon, den ich aber irgendwann umgesetzt hab und der is leider dann äh fand er nich so gut und is nich wieder gekommen (interrupted by interviewer sign of attention) und dann hab ich 'n neuen ne auch 'n (inaudible) angepflanzt genau und Liebstöckel is auch ich zum Beispiel wenn du jetzt im Kö im Herbst die Kürbisse so weit sind, oder bald ähm ne Kürbissuppe machen mit Liebstöckel (interrupted by interviewer sign of attention) dass find ich toll, oder so mache Kräuter, da äh jeder hat ja so sein Geschmack und da steh ich irgendwie drauf auf Liebstöckel (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Zum Beispiel ne. Darum hab ich dann auch Liebstöckel angebaut. Andre würden das vielleicht jetzt gar nich so toll finden und hätten auch kein Liebstöckel, also so ma guckt ja auch dann , was m möchte man selber, oder ne Hokkaidokürbis zum Beispiel mach ich jetzt auch klar es äh viele ham Hokkaidokürbisse oder Kürbisse ne im Garten, aber ich äh ich äh ess den einfach auch total gerne und deswegen hab ich ihn auch (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) und ähm dann zu gucken, was nutzt man wirklich selber auch voll gerne und dass dann auch möglichst anzubauen, wär is ja eigentlich dann auch ähm ne feine Sache so (interrupted by interviewer sign of attention), oder auch hier die Tomaten äh ne äh so, ich liebe auch Tomaten essen; Tomatensalat keine Ahnung alles mögliche mit Tomaten, dann is es natürlich auch schön (interrupted by interviewer sign of attention) wenn man eigene anbauen kann, oder pflanzt.
- 110 **Interviewer:** [1:05:12.2] Ja ich versteh das, is auch sehr schön hier auch mit dem Boden. Ja.
- 111 [1:05:15.7] **(unrelated to topic)**
- 112 **Participant:** [1:05:31.7] Ja ich überleg grade, ob ich dir noch, also ich hab bestimmt auch v v einiges nich gesagt oder auch vergessen, oder weiß grad nich. Ähm naja sowas wie Erdbeeren oder so ne hab ich jetzt auch so im Kleinen w dass ähm ja Früchte halt ne, also is halt s in dem Sinne Heil kam äh kann man ja auch als weiß nich ob das äh für dich als Heilpflanze, aber ne also
- 113 **Interviewer:** [1:05:59.7] Je nachdem wie du's verwendest. Verwendest du's als Heilpflanze?
- 114 **Participant:** [1:06:01.9] Naja wenn's mir gut tut schon, aber ne (interrupted by interviewer sign of attention) zum Beispiel ähm. Naja Vitamine halt im klassischen Sinne, also wenn ma jetzt Apfel isst äh is es natürlich super wenn ma den selber hat so und auch mosten fahr, also ich hab ne ne ne Phase ab ich sehr regelmäßig Apfelsaft selber äh gem also bin ich mosten gefahren zum Apfelsaft pressen gefahren und (interrupted by interviewer sign of attention) dann eigenen Apfelsaft zu ham über den ganzen Winter is schon cool so (interrupted by interviewer sign of attention). Oder auch Saft machen mit Johannisbeeren oder manche machen hier auch Liköre ne hier paar Gärten weiter, Gartenfreund die die machen ham sich spezialisiert mit Likören, die machen dann ihre li Kirschenlikör keine Ahnung was. Na das is auch toll so ne. Da kenn ich mich jetzt nich so aus, aber (interrupted by

interviewer sign of attention); Ja manchmal mach ich essen und denk so, ach das könnt ich doch vielleicht die Jahre ma versuchen anzubauen. Ja so gehts mir dann manchmal, dass ich mich irgendwie spezialisiere auf etwas, was ich voll gerne esse und dann denk ich ja, könnt ich ja ma im mich mehr mit beschäftigen so (interrupted by interviewer sign of attention) hm (interrupted by interviewer sign of attention) Ja das könnt ich jetzt noch so sagen

115 **Interviewer:** [1:07:17.4] Na is voll okay. Ich mein ich hab noch'n Datenschutzhinweis

116 [1:07:22.9] **(unrelated to topic)**

117 **Participant:** [1:14:48.4] Mir fällt dabei nur ein, dass ich noch ganz viel lernen will dazu zu dem Thema, dass fällt mir jetzt auf jeden Fall ein und ja. 'S gibt mir ja auch eine Impuls nochmal ja da weiter mich mit zu beschäftigen auf jeden Fall in meinem Leben

118 **Interviewer:** [1:15:05.1] Okay, dann hab ich wenigstens äh eine Sache angestoßen.

119 **Participant:** [1:15:07.8] N äh v ah bestimmt einiges sowas ändern ja ist später meistens bewusst wird (interrupted by interviewer sign of attention). Ja ich glaube, dass also einfach so nochma den Gedanken so dieser was ja auch eigentlich da reingehört in dieses ganze Thema, also du hast natürlich den Schwerpunkt mit Heilpflanzen. Ich weiß nich wie weit du diese Gedanken dann auch mit rein nimmst nachher, aber so dieses Thema ja wie wir wirklich mit un mit der Erde umgehen so dass is eigentlich mein Haupt ähm äh also wirklich so 'n Herzthema von mir Thema Tierha, Umgang mit Tieren auch so ne und ähm da da und auch dass das für das es wirklich alles miteinander zusammenhängt, dass man, dass das alles irgendwie aufeinander auch aufbaut so und das is ähm finde ich ähm ja irgendwie, also ich finde dieses Thema Massentierhaltung und dass sich da irgendwie was ändern muss und wie das dann alles geht, des is ja auch immer ne riesen Thema wieder wie das gehen kann, aber das find ich unglaublich wichtig (interrupted by interviewer sign of attention) so dass man wirklich äh zurück zu der eigene ja auch zu der eigenen Natur zu der eigenen Natur, also auch zu der Natur, also auch dieses ähm und das da es auch ein Garten für gut, also auch so dieses wirklich Verbindung mit sich selbst, also das is wirklich verdammt schwer manchmal und auch manchmal für manche Menschen nich aushaltbar, aber dann auch so die frage, wie kommt man dahin, dass man sich besser aushält so ne. Ich kann das auch nich immer, wenn das komplett still um mich rum is (interrupted by interviewer sign of attention) ne ähm n also es gibt Momente, wo ich das brauche, aber es gibt Momente, wo ich dann lieber Musik anmache, weil ich's grade nich so gut aushalte, aber w un was dann aber sich damit aber dann auch bewusst mein ich zu konfrontieren, was mit einem selber is und was dann so hoch kommt und das kann man we also in der Stadt, oder wo Menschen auf einem gro ähm engen Raum zusammenleben, in in in Ballungsgebieten, ja da is das natürlich umso schwerer irgendwie zu sich selber äh zu finden so und ähm da is ja auch die Frage, wie weit macht man immer mehr Wohngebiete, klar da is die Thema Wohnraum äh ähm ne also es fehlt Wohnraum und auch bezahlbarer Wohnraum und dann werden wie da natürliche Flächen bebaut und äh neue Wohnungen entstehen, wo dann die Einen Sachen, klar, wir brauchen das, aber w was is mit der Natur wenn man alles zubaut, dann gib gibt's nachher keine Waldohreulen mehr, die hier rumfliegen und ihre nze Nachzucht haben und ja de diese also ich wir könnten nich ohne die Natur und das irgendwie zu verstehen im Angesicht der aktuellen Geschehnisse in der Welt, dass wir einem irgendwann um die Ohren gehauen wieder, also das is ja dann einfach auch so, ob das jetzt die Flut is oder auch mei mein Gefühl also meiner Meinung nach auch Corona is ein Thema so, wo die Natur, wie auch immer man jetzt selber dazu steht, aber wo man ähm es is irgendwie doch hausgemacht is. Also durch diese ja durch den Umgang durch Missbrauch mit mit mit der Natur einfach solche Krankheiten auch entstehen, damit man irgendwie so ne Reset erfährt, oder einfach ja da w da denk ich auch viel drüber nach über solche Dinge, also m man denkt natürlich jeder Mensch denkt grad in dieser Phase jetzt durch Corona natürlich auch nochmal viel über solche Sachen vielleicht nach, oder vielleicht viele Menschen so nich jeder, aber viele. Is ja auch ne Chance ne, aber ich denke sowieso da aber auch viel über solche Sachen nach und mich wundert das nich, dass so'n Thema wie Corona jetzt aufgetaucht is und dann is aber auch die Frage, wie geht man dann damit um und da fang ich manchma an mich auch zu wundern, oder auch zu ich merke meine Wut manchma auch, dass auch in dieser Thematik auch jetzt, wo ich dann manchma n denke, ja es geht trotzdem wieder eine Richtung,

wo ich dann auch m merke ich werd wütend und traurig, dass is halt auch da wieder viel zu wenig die Natur eingebunden wird, also das kannst du gerne einrahmen, wenn du das ma verwendest schriftlich, also ja also wo wird bitte jetzt wirklich in den öffentlichen Medien darüber gesprochen, was außer der Impfung wirklich gut is für ein gesundes Immunsystem. Es wird einfach nicht diskutiert (interrupted by interviewer sign of attention) und das, was mich wirklich wütend macht und da kommen mir auch beinahe die Tränen, dass wirklich Menschen und das hat überhaupt nichts mit Verschwörung zu tun, oder mit Menschen die einfach nur scheiße labern wollen, sondern wirklich Menschen, die wirklich Wissen haben, von Heilkräutern, von natürlichen Arzneimitteln, von ob das jetzt homöopathisch is, oder nicht homöopathisch is is egal, aber naturheilkundlich, oder einfach auch nat ähm ich sag mal ganzheitlich denkend, dass all diese Menschen, die jetzt auch sich traun wirklich äh öffentlich was zu sagen, dass die gar nicht ne Chance bekommen, oder so ganz wenig, oder eigentlich belächelt werden grade. So und ich kenn einige, wo ich v von diesen Menschen viel halte und die ja eigentlich ja grad in diese Ecke gedrängt werden, wo sie einfach jetzt hingedrängt werden nicht in diese rechte, oder Verschwörungsecke (interrupted by interviewer sign of attention) so und das, das macht mich traurig. Natürlich muss man das trennen und ich möchte auch nicht mit Rechten auf die Straße gehen, aber ich finde, aber so dieses Thema wirklich denen hat Natur mit einzubinden und das is das einfach kann nicht sein kann, dass wir das ausblenden und auch zu diesem Coronathema es immernoch ausblenden. Die Impfung is das einzige was grade hilft anscheinend und das seh ich irgendwie nicht ein und das macht mich ärgerlich so und ja das is so'n großes Thema natürlich auch, was aber aktuell aber einfach is und wo ich auch zu stehe und sage, ich finde das einfach zu wenig und zu einfach gedacht und auch gefährlich so, wenn man die Impfung als einziges richtiges H einzige richtige Hilfe ähm ernst nimmt finde ich das gefährlich. (interrupted by interviewer sign of attention) Wann man die Natur einfach wieder ausgrenzt und dann gehts immer so weiter und irgendwann sind wir alle a g a g ausgestorben, weil wir's nie verstanden haben vielleicht worum es wirklich geht so und ähm ja, aber da kann ich mich jetzt in Rage reden (laughter) ja weil äh genau es is, da gibt's sicher auch Ansätze, die da wieder die da wie äh die da auch äh irgendwo dem ne Chance lassen, aber ja. Ve viel zu wenig grade noch finde ich. Also ne, warum lässt man Ärzten, die wirklich 'n Wissen haben und dein Thema jetzt zum Heil Naturheilkunde, oder Heilkunde mit Pflanzen, warum lässt man die jetzt nicht zu Work kommen. Es ist wirklich ne Frage, die ich einfach nicht versteh das nicht. Auch äh müssen ja gar nicht groß bekannt sein und es is auch völlig wuppe wenn er's dann is, aber wenn ein Mensch ein Wissen hat, die wirklich, das wirklich hilft, also weil's geht ja anscheinend um die Gesundheit und da frag ich mich, gehts wirklich um die Gesundheit bei diesem Thema (interrupted by interviewer sign of attention) und ich glaub's teilweise nicht mehr so, weil sonst würden diese Menschen ja ein ein Raum bekommen, um etwas zu sagen, von dem Wissen, was sie haben ja, dann könnte auch ein Wolk Dieter Stohl zum Beispiel so'n ganz bekannter, toller, spezieller Mensch so ja kann man ja auch, oder Menschen, die wirklich sich so tief mit der Natur, mit dem Wissen der Natur auseinandergesetzt haben ihr Leben lang und Bücher geschrieben ham und da einfach voll drin sind, warum lässt man solche Menschen nicht zu diesem Thema jetzt wirklich in der breiten Öffentlichkeit reden, damit es den Menschen hilft, so. Man kann ja trotzdem impfen. Das is ja überhaupt nicht ausgeschlossen, aber im im besten Sinne beides so (interrupted by interviewer sign of attention) und

120 **Interviewer:** [1:23:13.3] Ja ich versteh was du meinst glaub ich.

121 **Participant:** [1:23:15.0] Und das Hand in Hand so und darum find ich das auch ganz sch äh schlimm äh dass zum Beispiel ja Thema Homöopathie da kann man natürlich auch sagen na oder äh sagen, dass daran glaub ich nicht oder so, aber es is ja auch ein ein ganz tiefes Wissen die Energie der Pflanzen mit einzubinden in in die in in ein Arzneimittel so und ähm ob das jetzt Naturheilkunde is, oder Homöopathie oder beides, aber das in in bester Kombination mit dem mh herkömmlichen Pharmahilfen so und ich ich kenn Ärzte die das beides anbieten (interrupted by interviewer sign of attention) und ich finde mh das diese gesunde Mischung is das, wo ich denke, da hat jeder kann ja es is äh einfach gut ich finde äh kein Extrem is irgendwie gut also und da da f da werd ich manchmal ganz traurig, weil ich sehe es. Es is immer extrem so und wenn man sich jetzt bekämpft äh is es auch äh nicht richtig (inaudible) ja bringt ja auch alles nix, oder? (interrupted by interviewer sign of attention) Also so da da würd ich mir wünschen, dass mehr Menschen zu Wort kommen, die wirklich Ahnung haben ähm von Heilkräutern, Heilwissen und aber auch dann in dieser Öffentlichkeit stehen und sagen, dass könnt ihr tun Leute um euch zu schützen vor Krankheiten und auch vor Corona, oder vor damit ihr

euer Immunsystem ähm gestärkt wird so ja und das in der Tagesschau wird des nich gebracht und auch in allen anderen (interrupted by interviewer sign of attention) äh Nachrichtensendern nich, da werden wird nur auf die Defizite geguckt und die Menschen weiter Angst gemacht und wie wie wir ja wissen macht Angst einfach auch mh irgendwann ne Abwärtsspirale und man wird krank davon. Also meine Mutter ähm wenn die Nachrichten schaut, dann kannst du die eigentlich vergessen danach (interrupted by interviewer sign of attention) wenn sie den Fernseher dann ausmacht und ich sag ganz bewusst, mach den Fernseher aus. Hör auf damit dich weil das tut ihr einfach nich gut so und naja. Jetzt hab ich ganz viel gesagt, aber ja aber das gehört ja allen Fach alles da mit rein 's jetzt vielleicht nich speziell mit deiner Arbeit nur, aber es is ja doch, also ich finde grade jetzt, wo dieses Corona Thema is, mit so 'ner sich Arbeit sich zu beschäftigen und dann zu gucken wie was is eigentlich der der Sinn ne so, also ich finde es is 'n mh ja ich ich frag mich, warum ist das Impfen das das was jetzt plötzlich das einzig einzige is, was was irgendwie hilft so das seh ich nich ein so.

122 **Interviewer:** [1:26:02.0] Ja ma schauen was meine Arbeit dann in dem Bereich (interrupted by participant) macht.

123 **Participant:** [1:26:08.7] Also ich könnte jetzt auch Werbung machen für Menschen, die du interviewen kannst, wenn ich das darf, so also (interrupted by interviewer sign of attention) Also zum Thema Nat, also Heilkunde (interrupted by interviewer sign of attention) Pflanzenkunde, aber auch eben weiter öh ja auch zu diesem aktuellen Thema halt dann auch noch viel mehr sagen könnten so ne.

124 [1:26:29.4] **Interviewer:** Ja äh ich muss schauen, wieviele Leute ich jetzt schon habe, äh weil ich nich mehr so lang in Bremen bin, also ich bin bis Freitag in Bremen und (interrupted by participant) dann geh ich nach Rostock

125 [1:26:44.6] **(unrelated to topic)**

### **7.3.1.7 Interview BY 7**

- 1 [0:00:00.0] **Participant:** [0:00:01.7] Machst das (interrupted by interviewer sign of attention) so frei Hand? (inaudible)
- 2 **Interviewer:** [0:00:03.5] Ja also ich krieg gleich noch meine, die hab ich vergessen, aber ja erstma frei Hand ja genau. (interrupted by participant) Also ähm genau hallo erstma äh du weißt ja jetzt schon, dass ich meine Masterarbeit zu äh Heilpflanzennutzung und Wissensweitergabe schreibe und wie wär's, wenn wir einfach anfangen, wenn du mir erzählst, was du so für dich hast im Garten oder auf'm Balkon und wie du das verwendest, wann du das verwendest (interrupted by participant) an Pflanzen.
- 3 **Participant:** [0:00:30.2] Also ähm ich hab tatsächlich 'n richtigen Garten und ich hab ähm ähm versucht 'n Gemüsebeet anzulegen, aber das is das so irgendwie zu chaotisch irgendwie ich hab jetzt das Gefühl ich müsst jetzt ganz straight reden.
- 4 **Interviewer:** [0:00:46.2] Nein nein, danke.
- 5 [0:00:47.6] **Participant:** Damit du das dann hinterher mega (interrupted by interviewer sign of attention) irgendwie ich kann das immer nich so gut so ganz geradeaus
- 6 **Interviewer:** [0:00:51.1] Es is voll okay schweif' ruhig ab, es wär cool, wenn wir wieder irgendwann auf's Thema zurückkommen (interrupted by participant), aber also (interrupted by participant) zu Nutzpflanzen würd ich auch sowieso noch was fragen (interrupted by participant) also bitte.
- 7 **Participant:** [0:00:58.5] Okay also dir geht's jetzt tatsächlich jetzt eher um Kräuter?
- 8 **Interviewer:** [0:01:01.0] Mir gehts eher um Kräuter und Heilkräuter, aber mich interessiert auch, was du sonst noch so im Garten hast.
- 9 **Participant:** [0:01:04.6] Okay genau, also Gemüsebeet hatte nicht funktioniert wegen Schnecken und dann ähm hab ich mega viele Kräuter, aber tatsächlich nur so in Töpfen, aber schon (interrupted by interviewer sign of attention) auch viele, also und ich mach das auch mega gerne und zwar weiß ich nich halt so Küchenkräuter und so'n bisschen so ja genau. Soll ich sagen welche?
- 10 [0:01:22.7] **Interviewer:** Äh bitte. Gerne.
- 11 **Participant:** [0:01:24.0] (laughter) Is jetzt auch nicht nicht äh nichts ausgefallenes, also halt Salbei, Basilikum ähm Zitronenverbene, Petersilie, Schnittlauch, solche Sachen also Küchenkräuter (interrupted by interviewer sign of attention) genau. Und ja genau und so so keine Ahnung Rucola, Salat, Tomaten ja genau.
- 12 **Interviewer:** [0:01:44.9] Und das Gemüsebeet meintest du hat es dieses Jahr nich geklappt.
- 13 **Participant:** [0:01:47.1] Ne genau. Das war irgendwann hab ich aufgegeben, weil einfach zu viele Schnecken da waren ja.
- 14 **Interviewer:** [0:01:51.3] War das de erste Versuch?
- 15 **Participant:** [0:01:52.1] Ne, ne überhaupt nich, also ich tatsächlich auch irgendwie so also ich das is schon so auch'n bisschen, ich interessier' mich da voll für und ähm also ich hab auch mal so ne Gemüsebauausbildung ähm gemacht und zweieinhalb Jahre, aber nicht abgeschlossen und irgendwie mach ich das voll gern, hab voll lang auch auf Parzelle, oder hatte ne Parzelle ganz lange und ähm ja, also is schon irgendwie sowas was ich voll liebe und jedes Jahr auch mache.
- 16 **Interviewer:** [0:02:17.9] Okay. Jetzt der Garten is keine Parzelle meintest du?
- 17 **Participant:** [0:02:21.0] Ne genau, dass is, also ich wohn' auf nem Wagenplatz und da is der is halt voll grün und (interrupted by interviewer sign of attention)

- 18 **Interviewer:** [0:02:27.2] Was is ein Wagenplatz, wenn ich fragen darf?
- 19 **Participant:** [0:02:29.5] Mh naja da wohnen Leute in LKWs ausgebauten LKWs und Bauwägen (interrupted by interviewer sign of attention) genau und da is halt es is halt einfach ne Wiese sozusagen und ähm ja genau und da hab ich halt schon auch voll voll viel Möglichkeit Garten zu machen.
- 20 **Interviewer:** [0:02:45.0] Ich war ma auf nem ge Garten auf so so nem Wagenplatz vor 'n paar Tagen (interrupted by participant) äh des is angeschlossen an ne Kleingartenanlage is es bei dir auch da?
- 21 **Participant:** [0:02:54.5] Wo wo denn, in Walle?
- 22 **Interviewer:** [0:02:56.1] Kennst du eine (name)?
- 23 **Participant:** : [0:02:57.4] Ah ähm ja kenn ich. In Lesen warst du dann wahrscheinlich ne? (interrupted by interviewer sign of attention) Also in Bremen Nord?
- 24 **Interviewer:** [0:03:02.8] Ich weiß nich mehr genau wo's is, aber es wird von den Leuten der wilde Westen oder sowas genannt oder so (interrupted by participant)
- 25 **Participant:** [0:03:08.3] Achso ah okay, aber das is (name)? Heißt sie (name) (interrupted by interviewer sign of attention)
- 26 **Interviewer:** [0:03:12.1] Ne (name)
- 27 **Participant:** [0:03:13.3] (name) okay. Ne dann (interrupted by interviewer sign of attention) weiß ich glaub ich (interrupted by interviewer sign of attention) dann is es nich die, die ich meine, aber ja okay.
- 28 **Interviewer:** [0:03:16.8] Nich so wichtig.
- 29 **Participant:** [0:03:17.4] Ja das ähm voll, dass hier in Waldmannshausen ne (interrupted by interviewer sign of attention) mhm ja.
- 30 [0:03:20.3] **Interviewer:** Also okay aber du, genau, da da is generell äh viel grün. Du meinstest du dann äh was in die Richtung gelernt?
- 31 **Participant:** [0:03:26.5] Ja genau, also ich hab halt irgendwann, dass is ganz lange her, ähm über 10 Jahre her, da hab ich so ne Ausbildung ähm angefangen und auch genau so ne Zeit lang nh also diese zweieinhalb Jahre gemacht und dann aber wieder abgebrochen, weil ich irgendwie das dann irgendwie (interrupted by interviewer sign of attention) war, genau.
- 32 **Interviewer:** [0:03:42.4] Also würdest du sagen, du hast darüber professionellen Kontakt zu dem Thema mal gehabt?
- 33 **Participant:** [0:03:46.6] Ja auf jeden Fall (interrupted by interviewer sign of attention) ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ich hab Bio studiert auch, also genau. Irgendwie glaub ich schon, dass is schon auch so ja.
- 34 [0:03:55.2] **Interviewer:** Wa und als was würdest du deine höchsten Bildungsabschluss dann bezeichnen?
- 35 [0:03:58.7] **Participant:** Generell?
- 36 **Interviewer:** [0:04:00.9] Ja

- 37 **Participant:** [0:04:01.5] 'N Bachelor (interrupted by interviewer sign of attention) mhm.
- 38 **Interviewer:** [0:04:03.2] Okay gut. Aber du äh versuchst du versuchst du weiter öhm nächstes Jahr dann Gemüse auch anzubauen? Also hast du das Interesse noch?
- 39 [0:04:13.4] **Participant:** Mhm ja.
- 40 **Interviewer:** [0:04:14.6] Was glaubst du wo das herkommt ursprünglich, also wie is sieht dein Erstkontakt damit aus, mit mit Garten, oder Pflanzen anbauen?
- 41 **Participant:** [0:04:22.5] Ich glaub voll auch in meiner Kindheit schon (interrupted by interviewer sign of attention) genau. Wir hatten auch'n Garten also oder genau so in meiner Familie und da hat ich halt auf jeden Fall auch schon Interesse im Garten und hab auch (inaudible) so'n bisschen mitgemacht und so.
- 42 **Interviewer:** [0:04:35.7] Weil du wolltest, oder weil du musstest?
- 43 [0:04:37.7] **Participant:** Beides, glaub ich (interrupted by interviewer sign of attention), aber ich glaube ich hatte das schon auch als Kind auch schon Interesse voll dran ja.
- 44 **Interviewer:** [0:04:43.6] Kommen deine Eltern auch aus der Region hier?
- 45 **Participant:** [0:04:45.5] Ja, also meine Mutter zumindest, aber auch aus'm Umland von Bremen ja.
- 46 **Interviewer:** [0:04:49.7] Auch aus Bremer Umland oder Umland von Bremen okay. Ja also is ja alles (interrupted by participant)
- 47 **Participant:** [0:04:51.7] Nich in Bremen, sondern Außerhalb schon.
- 48 **Interviewer:** [0:04:54.6] Okay. Aber das is ja schön. Was würdest du denn verwenden, wenn du Atemwegserkrankungen hättest, also klassisch jetzt gesehen ne Erkältung mit Husten zum Beispiel?
- 49 **Participant:** [0:05:09.0] Ähm also ich weiß, dass tatsächlich der **Thymian** tatsächlich so gegen bei Husten gut is und ähm aber ich benutz das tatsächlich irgendwie selber nich, (interrupted by interviewer sign of attention) aber ich hab auch selten Husten, aber (interrupted by interviewer sign of attention), aber es is zum Beispiel, genau. Was ich zum Beispiel benutze is ähm **Salbei** irgendwie bei so, wenn ich so Halsschmerz hab, weil ich öfter Halsschmerzen habe (interrupted by interviewer sign of attention) genau. Das (inaudible)
- 50 **Interviewer:** [0:05:38.4] Welchen teil vom Salbei verwendest du?
- 51 **Participant:** [0:05:40.8] Die Blätter.
- 52 **Interviewer:** [0:05:41.3] Die Blätter und was machst du dann mit denen?
- 53 **Participant:** [0:05:42.7] Ähm so'n Tee kochen (interrupted by interviewer sign of attention) ja.
- 54 **Interviewer:** [0:05:45.0] Okay. Fällt dir noch was ein, was du machen würdest, wenn du dann Husten zum Beispiel hättest? Andere Kräuter, oder Pflanzen, die du selbst verwendest?
- 55 **Participant:** [0:05:54.1] Also ich glaub, was mir noch einfällt is so ich glaube das is **Spitzwegerich**, ähm das ja eher so 'n Wildkraut (interrupted by interviewer sign of attention) das man das auch bei Husten benutzen kann und ich glaube da endet auch enden auch enden meine Ideen.
- 56 **Interviewer:** [0:06:06.9] Okay na da is überhaupt kein Problem. Äh hast du was spezielles was du bei

Magenunwohlsein verwenden würdest?

- 57 **Participant:** [0:06:14.3] Tatsächlich auch Salbei (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Aber dann genau und ich glaub bei Halsschmerzen würd ich das eher gurgeln und bei ähm Magen dann eher trinken logischerweise ja.
- 58 **Interviewer:** [0:06:26.3] Okay. Woher weißt du das? Kannst du dich daran erinnern? (interrupted by participant)
- 59 **Participant:** [0:06:31.8] Ich glaub teilweise von meiner Mutter und teilweise aber auch aus Büchern, weil ich schon auch so, als ich so diese Gärtnerinnenausbildung gemacht habe so da auch so ne kleine Faszination mal ne Zeit lang für hatte und manchma auch so und so Bücher gelesen hab, ich hab auch immer noch Bücher, wo ich manchmal reingucke auch, genau.
- 60 **Interviewer:** [0:06:47.8] Interessant. Is das die einzige Art und weise, wie du dich informierst Über pflanzenbezogene Themen, die dich interessieren?
- 61 **Participant:** [0:06:53.4] Ne voll auch im Internet natürlich (interrupted by interviewer sign of attention) ja klar, weil (interrupted by interviewer sign of attention)
- 62 **Interviewer:** [0:06:58.0] So meintest du hast mit deiner Mutter dann Kontakt gehabt, oder deine Mutter hatte des ursprünglich vielleicht ma beigebracht, Selbstinteresse dann über Bücher und das Internet. Bist du in Kontakt mit anderen Leuten und tauschst dich da mit denen aus?
- 63 **Participant:** [0:07:10.6] Zu diesen diesem Themen?
- 64 **Interviewer:** [0:07:11.9] Zu dem Thema ja, nich generell ja. Generell glaub ich das schon.
- 65 **Participant:** [0:07:15.2] Ähm ich glaub nich so nich so explizit tatsächlich, also es is auch irgendwie jetzt nich so'n es is nich so'n Thema, wo ich grade so total für brenne, sondern eher so, dass is irgendwie so da und ähm (interrupted by interviewer sign of attention) genau ja.
- 66 **Interviewer:** [0:07:32.2] Also ich hab dich ja hier jetzt gefunden bei dem "Ab geht die Lucie" is das das Gartenprojekt, oder? (interrupted by participant) Bist du da engagiert? Wenn ich fragen darf. Kannst übrigens auf alle Sachen, wenn die dir unangenehm sind einfach nich antworten. Das hätt' ich vielleicht vorher noch sagen sollen, aber.
- 67 [0:07:45.5] **Participant:** Ja ähm ja tatsächlich is äh die Neustadt nich mein Stadtteil, deswegen bin ich ja ähm irgendwie in gewisser weise engagiert, aber ich arbeite hier, also ich mach hier grad so'n Bundesfreiwilligendienst ähm (interrupted by interviewer sign of attention) das heißt es is irgendwie so'n bisschen mein Job. Fühlt sich so an und ich glaube so in meiner Freizeit find ich das auch schon 'n cooles Projekt, aber s is jetzt dadurch, dass es die Neustadt nich mein Stadtteil is und ich halt irgendwie ne halbe Stunde Fahrrad fahren muss um hier her zu kommen (interrupted by interviewer sign of attention) is mach ich das irgendwie nich, aber (interrupted by interviewer sign of attention) ja genau ja.
- 68 **Interviewer:** [0:08:15.5] Weil du eben meintest, dass du, dass du Gemüse auch versuchst anzubauen, wie stehst du zum Thema Selbstversorgung?
- 69 **Participant:** [0:08:24.4] Ähm ich glaube ähm ich find das irgendwie n interessant auch, aber ich glaube ich hab da nicht so 'nen Ehrgeiz das zu machen, also. Ich glaub auch weil ja mir so Ressourcen dafür fehlen und ich glaub ich auch nichts genau ich hab mh hätte sozusagen nich den Ehrgeiz das zu schaffen, ja, genau, nee genau, dass glaub ich so steh ich dazu, aber ich find's trotzdem spannend und cool.
- 70 **Interviewer:** [0:08:52.0] Also wenn ich jetzt sagen würde, du stehst dem positiv gegenüber, aber

würdest es selbst für dich nicht umsetzen, würdest du dem zustimmen?

71 **Participant:** [0:08:59.8] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) ich glaub schon ja.

72 **Interviewer:** [0:09:02.6] Hast du in der Schule mal was über äh Pflanzen, Nutzpflanzen oder Heilpflanzen gelernt?

73 **Participant:** [0:09:09.1] Ähm wenig würd ich sagen, glaub ich (interrupted by interviewer sign of attention) ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Vielleicht halt in meiner Ausbildung, aber das würd des meinst du wahrscheinlich nicht.

74 **Interviewer:** [0:09:18.4] Is ja dann ja wieder spezialisierter, also (interrupted by participant) wär schade wenn du in deiner Gärtnerausbildung war das oder, wenn du da nichts über Pflanzen gelernt hättest wär schon wär schon sehr komisch ja.

75 **Participant:** [0:09:28.6] Mhm. Achso ne du meinstest Pflanzen allgemein, oder eher Heilpflanzen?

76 [0:09:33.5] **Interviewer:** Na eher Heil- und Nutzpflanzen.

77 **Participant:** [0:09:35.7] Nutzpflanzen oder Heilpflanzen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ne ich glaub wenig würd ich sagen, ja doch irgendwelche keine Ahnung eher wenig ja.

78 **Interviewer:** [0:09:44.2] Okay. Wenn du krank bist, weil du meinstest du äh benutzt dann eher weniger Kräuter aus'm Garten oder vom Balkon, was würdest du benutzen, oder was würdest du verwenden? Wie würdest du dich verhalten generell wenn du krank bist?

79 **Participant:** [0:09:58.5] Ich glaub ich mach tatsächlich irgendwie, aber also wenn ich das gar nicht so cool finde ich mach halt dann so Symptombekämpfung und dich glaub ich versuch dann viel zu trinken und ich trink auch eh voll viel Tee zum Beispiel so Kräutertee (interrupted by interviewer sign of attention) und auch voll gerne also Zitronenverbene zum Beispiel hab ich auch im Garten und find ich auch ähm voll den geilen Tee und ich glaub ich trink viel und ich mach Symptombekämpfung falls es mir richtig schlecht geht zum Beispiel benutz ich Nasenspray oder Schmerztabletten oder so (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Jetzt nicht in rauen Mengen, aber ja schon auch jetzt nicht ja.

80 [0:10:33.1] **Interviewer:** Darf ich dich fragen, wann du geboren bist in welchem Jahr?

81 **Participant:** [0:10:36.0] 91

82 [0:10:36.7] **Interviewer:** 91, passt du perfekt schön in meine zweite Gruppe rein.

83 **Participant:** [0:10:40.6] Ja? (interrupted by interviewer sign of attention) sehr gut.

84 **Interviewer:** [0:10:42.0] Is gut, dass ich dich gefunden hab. Ja. Würdest du dich als neugierig bezeichnen?

85 **Participant:** [0:10:46.9] Ähm auf was bezogen?

86 **Interviewer:** [0:10:49.0] Generell

87 **Participant:** [0:10:49.5] Allgemein? (interrupted by interviewer sign of attention) Irgendwie wär ich gerne neugierig, aber ich würd auf ne Skala von 1 bis 10, 10 is mega neugierig und 1 gar nicht neugierig, würd ich mich echt eher so bei 5 oder sechs (inaudible) oder so einordnen ja.

88 **Interviewer:** [0:11:07.7] Okay bist du gerne draußen?

- 89 **Participant:** [0:11:09.9] Ja mega gerne und mega viel (interrupted by interviewer sign of attention) ja.
- 90 **Interviewer:** [0:11:15.2] Wo kommt das her, was denkst du? Dass du gerne draußen bist?
- 91 **Participant:** [0:11:19.8] Wo ursprünglich wo das her kommt? (interrupted by interviewer sign of attention) Weiß ich nicht, aber ich glaub es is auch 'n bisschen so zu sagen mein Life Style geschuldet, weil ich halt ja auch voll viel draußen lebe sozusagen (interrupted by interviewer sign of attention) ja.
- 92 **Interviewer:** [0:11:33.6] Ja gut.
- 93 **Participant:** [0:11:34.3] (inaudible)
- 94 **Interviewer:** [0:11:35.9] Hast du spezielle Ernährungsgewohnheiten äh oder Sachen, auf die du achten musst?
- 95 **Participant:** [0:11:40.4] Also auf die ich achten muss nicht. Ich ähm ess sehr sehr sehr selten Fleisch ja genau, aber bin auch überhaupt nicht dogmatische Vegetarierin und ich glaub ansonsten bin ich ah äh insgesamt undogmatisch, also ich kauf zum Beispiel auch nicht nur Bio ein oder so.
- 96 **Interviewer:** [0:12:02.3] Mhm okay. Interessant. Is dir noch was eingefallen an Kräutern, die du benutzt, oder die du hast? Is überhaupt nicht schlimm (interrupted by participant) wenn nicht. Es is
- 97 **Participant:** [0:12:12.8] Die bei mir wachsen?
- 98 **Interviewer:** [0:12:14.2] Kein Wettbewerb wer die meisten Kräuter aufzählen (interrupted by participant) kann.
- 99 [0:12:16.1] **Participant:** Was ich richtig geil finde is zum Beispiel Rosmarin, das hab ich aber nicht, weil der gestorben is (interrupted by interviewer sign of attention) ja traurig (interrupted by interviewer sign of attention) ja, aber irgendwie find ich Rosmarin zum Beispiel is find ich auch es is jetzt so ich laber jetzt einfach so ne, wenn dir dass zu wie weit abschweift (inaudible)
- 100 **Interviewer:** [0:12:32.9] Bitte, bitte.
- 101 **Participant:** [0:12:33.2] (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) ich find Rosmarin riecht mega gut, aber schmeckt halt, also ich würd den halt nicht, als Tee zum Beispiel find ich Rosmarin nicht so geil (interrupted by interviewer sign of attention) ja.
- 102 [0:12:44.6] **Interviewer:** Hast du dir ma so Kissen aus irgendwas gemacht, was gut riecht?
- 103 **Participant:** [0:12:49.2] Ne, ja voll genau Lavendel zum Beispiel fällt mir bei Kissen irgendwo direkt ein, aber ne, ich glaube nicht (interrupted by interviewer sign of attention), aber ich hab so sa Lavendelsträußchen in (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) in meinem meinem Laster hängen ja.
- 104 **Interviewer:** [0:13:03.2] Sehr schön. Ja Lavendel bin ich 'n ganz großer Fan von, einfach weil's gut riecht und hübsch aussieht.
- 105 **Participant:** [0:13:08.8] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) voll und ich bin glaub ich bin so wie du so vielleicht großer Fan von Lavendel bist, bin ich großer Fan von Rosmarin.
- 106 **Interviewer:** [0:13:14.6] Rosmarin ja?
- 107 **Participant:** [0:13:15.0] Der is so richtig geil.

- 108 [0:13:15.4] **Interviewer:** Kann gut sein ja. Schade, dass du keinen hast ja. (interrupted by participant) vielleicht solltest du dir einen anschaffen.
- 109 **Participant:** [0:13:19.8] Ich glaube auch (interrupted by interviewer sign of attention) ja (laughter) ja.
- 110 **Interviewer:** [0:13:24.5] Mach das mal (interrupted by participant) Okay, ich lass die Aufnahme weiter laufen. Ich hab die Meisten meiner Fragen beantwortet bekommen, oder eigentlich ich hab alle meine Fragen beantwortet bekommen, (interrupted by participant) wenn dir noch irgendwas einfällt ähm ich würd jetzt einfach dir des des den Datenschutz raus holen
- 111 [0:13:38.8] **(unrelated to topic)**

## **7.3.2 Interviews Bremen older age group**

### **7.3.2.1 Interview BO 1**

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Joa genau. Okay. Ja hallo (interrupted by participant). Mein Name is Leon, ich schreib meine Masterarbeit zu Medizinpflanzenutzung und Wissen, Wissensweitergabe in der Bevölkerung (interrupted by participant) und ich hab gehört Sie kommen ursprünglich aus Bremen.
- 2 **Participant:** [0:00:14.5] Ja, gebürtig, genau.
- 3 [0:00:16.3] **Interviewer:** Gebürtig aus Bremen, ja das is doch schön. Und ja wir können ja mal damit anfangen, wenn ich ihnen sage Heilpflanzen, was ihnen da so zuerst in den Kopf kommt.
- 4 **Participant:** [0:00:27.5] Was wir an Heilpflanzen zuerst äh in den Kopf kommt äh is als erstes die Pflanze Cistus, oder Cistrose, ganz große Heilpflanze mit wundersamen Wirkungen und äh der Löwenzahn. Völlig unterschätzte Pflanze in der Bevölkerung, äh is auch ne gute Heilpflanze. Kräftigt und macht stark. Ähm
- 5 **Interviewer:** [0:00:52.4] Welche Teile von den Pflanzen wären das dann?
- 6 **Participant:** [0:00:54.6] Kann man Stängel und Blätter nehmen (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm dann ham wir ähm Schachtelhalm, denn ham, also hier im Garten auch ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Dann haben wir ähm, ham wir nich im Garten, aber ist ne große Heilpflanze, Oregano (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Oreganoöl is'n natürliches Antibiotikum. Sollten viele mal verwenden, damit se nich die harten Pillen nehmen müssen (interrupted by interviewer sign of attention) und dann die im Krankenhaus da nix mehr wirkt ne. Was ge was äh ich ke kenn eigentlich so viele, aber wenn man, dass is so wie Quiz im Radio ne, wo man dann äh hinterher, wenn ma auflegt ne, dann fe fällt einem alles ein. Öhm
- 7 **Interviewer:** [0:01:39.7] Wir könnten ja (interrupted by participant) einfach damit anfangen, was Sie zuletzt benutzt ham.
- 8 **Participant:** [0:01:44.8] Oreganoöl (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Tatsächlich.
- 9 **Interviewer:** [0:01:48.2] Als antibakterielles (interrupted by participant) Wirkmittel.
- 10 **Participant:** [0:01:50.7] Genau, das kann man, was sehr heftig is, wenn ma das auf a Haut tut, is das schon 'n sehr aggressiv und ätzend (interrupted by interviewer sign of attention). Auch pur öh kann ma's nich nehmen, das muss man dann in Trägeröl rein machen, Olivenöl (interrupted by interviewer sign of attention) und 'n paar Tropfen rein, dann kann man's runter kriegen, is aber selbst dann noch echt ätzend, also wirklich.
- 11 **Interviewer:** [0:02:10.7] Wie verwenden sie das Öl, äh wird das wird nich, sie meinten ja grad es wirkt ätzend wenn man's aufträgt, aber
- 12 **Participant:** [0:02:15.1] Ja ich also ich f äh wenn ich ma so'n Zeckenstich hab, oder so ne, beobacht' ich das gut, ob's dann diese Borreliosesymptome gibt, aber allein um die Entzündung rauszukriegen mach ich'n bisschen was rauf. Aber ich nehm's auch so, wenn ich merke, dass ich 'n Infekt kriege, nehm ich'n paar Tropfen Oreganoöl morgens mittags abends. (interrupted by interviewer sign of attention) Natürliches Antibiotikum.
- 13 **Interviewer:** [0:02:34.7] Und sie schlucken das dann?
- 14 **Participant:** [0:02:36.4] Ich (interrupted by interviewer sign of attention) schluck das dann mit'm Trägeröl (interrupted by interviewer sign of attention) und dann mach ich aber gleich warmes Wasser nebenbei, weil ma muss gleich spülen, sonst äh (interrupted by interviewer sign of attention), also ich bin echt nich zimperlich, aber das is heftig (interrupted by interviewer sign of attention), das is wirklich heftig, ja. So. Cistus is äh 'n ganz toll, kann man auch als Öl, als Tee, Cistustee is auch 'n natürliches Antibiotikum, ne gute Heilpflanze. Löwenzahn als Stärkungsmittel.

- 15 **Interviewer:** [0:03:02.7] Pur gegessen?
- 16 **Participant:** [0:03:04.4] Äh den Löwenzahn? (interrupted by interviewer sign of attention) Den kann ma als Tee zubereiten (interrupted by interviewer sign of attention). Tee geht eigentlich immer, also aus allen Pflanzen kann ma eigentlich 'n Tee machen. Oder halt auch'n Sud, ne wenn man's dann einkocht und dann ordentlich verdampfen äh lässt, also aufkocht, lange kocht, dass is dann, dann wird's 'n Sud, der is noch etwas wirksamer. Ja öh. Gib noch viele öh andere, aber im Moment, was eben halt, is aber keine Heilpflanze, is aber auch, wird auch unterschätzt, der schöne Giersch hier ne, über den sich jeder ärgert. Kann man Salat draus machen, is aber keine Heilpflanze. (interrupted by interviewer sign of attention) Also meines Wissens nach nich.
- 17 **Interviewer:** [0:03:41.1] Das äh, ja is gar nich so verbreitet. Giersch schmeckt grade de die jungen Blätter schmecken recht gut. (interrupted by participant), als als wild en oder im Wildkräutersalat (interrupted by participant) ja kenn ich auch.
- 18 **Participant:** [0:03:48.6] Kann man echt essen. Löwenzahnsalat kann man ja auch übrigens gut essen. Also (interrupted by interviewer sign of attention) 's is kein Thema.
- 19 **Interviewer:** [0:03:55.6] Ja das seh ich schon. Gibt's noch mehr, was sie im Garten haben?
- 20 **Participant:** [0:04:00.5] Ja. Heilpflanzen willst jetzt ähm bisl bisele schwierig. Wahrscheinlich sind Sie nachher weg und dann fallen mir die ganzen Heilpflanzen ein (interrupted by interviewer sign of attention), (laughter) die ich sonst noch so ha so habe äh. Es gibt noch'n paar, aber es wächst eben auch viel wild ne (interrupted by interviewer sign of attention) so. Und das muss man halt ähm erstens erkennen, aber da sind auch solche, ich hab sie nich, aber ich weiß, dass es sie gibt, so Erkennungsapps (interrupted by interviewer sign of attention) ne, auf'm Handy, kam ma kann ma so'ne App installieren. Das is schon ganz gut. Ähm ne typische Heilpflanzen würd ich jetzt äh nich sagen. Walnuss is nich ne Heilpflanzen, aber Walnüsse, da hat ma so'n Fernseharzt gesagt, 6 Walnüsse am Tag halten ein gesund. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Hademar Bankhofer war das.
- 21 **Interviewer:** [0:04:57.0] Ah also ihr Baum is auch echt schön groß ne.
- 22 **Participant:** [0:04:59.1] Der is groß und wirft auch eigentlich was ab. (interrupted by interviewer sign of attention) Sieht man ja jetz schon, was da dranhängt. (interrupted by interviewer sign of attention) Allerdings is das auch nur, ich sag's ma Schmerzensgeld. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, weil die Arbeit, de äh der mh die Blätter wegzumachen und die äh um die Nüssen herum is ja so'ne grüne Schale (interrupted by interviewer sign of attention) und das war früher Färbemittel, als 's noch keine synthetischen Farbstoffe gab (interrupted by interviewer sign of attention), da hat man Leder und sowas mit braun gefärbt und das is echt ne Schweinerei. Also 'n da, wenn ma da reintritt mit nem guten Schuh, is er gleich versaut äh.
- 23 **Interviewer:** [0:05:31.1] Schmecken sie wenigstens?
- 24 **Participant:** [0:05:32.0] Ne die Schalen nich (interrupted by interviewer sign of attention), die die Nüsse schmecken gut, ja die hab ich schon ja jahrelang, die tats tatsächlich irgendwann, bin ich nich mehr hinterhergekommen und da bin ich auch auf die Idee gekommen welche zu verkaufen. (interrupted by interviewer sign of attention) Die kann man inserieren bei Ebay Kleinanzeigen.
- 25 **Interviewer:** [0:05:45.7] Tatsächlich? Walnüsse aus'm eigenen Garten? (interrupted by participant) Ah das merk ich mir ma. .
- 26 **Participant:** [0:05:48.7] Mhm. Ich hab da so 10 10 Liter Eimer hab ich letztes Jahr da.

- 27 **Interviewer:** [0:05:56.0] Ja das is einiges ja.
- 28 **Participant:** [0:05:58.0] Joa, da wie äh das is dann Schmerzensgeld, da is dann so'n Eimer für 10 Euro weggegangen und ähm, aber we ähm, alleine das wegzufahren, (interrupted by interviewer sign of attention) das äh, kennen Sie solche Bausäcke? So mit vier Henkeln dran? (interrupted by interviewer sign of attention) Diese diese großen (interrupted by interviewer sign of attention), da hab ich alleine Laub ich meine 3 oder 4 Säcke weggebracht.
- 29 **Interviewer:** [0:06:15.7] Is'n Kubikmeter, oder? Müssten die Säcke sein.
- 30 **Participant:** [0:06:17.5] Ja. Ja. Da hat man echt zu tun (interrupted by interviewer sign of attention). Das is richtige Arbeit. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 31 **Interviewer:** [0:06:21.9] Bauen sie im Garten sonst noch was an? So Nutzpflanzenmäßig?
- 32 **Participant:** [0:06:27.3] Ja anbauen is äh übertrieben äh. Ich hab halt äh ich hab hier Wein (interrupted by interviewer sign of attention), der is auch reichlich, also komm ich nich gegen an, was da alles is. Sowieso ne Schande, was in Kleingärten alles verkommt und nich geerntet wird (interrupted by interviewer sign of attention). Da hab ich auch schon so manches Ma drüber nachgedacht. Eigentlich müsst man ne konzertierte Aktion machen und alle äh irgendwie so'n Trupp rum fahren und alles einsammeln und.
- 33 **Interviewer:** [0:06:52.6] Ich hab heut schon eine getroffen, die meinte äh aus aus Wut über die übergelassenen Sachen bricht sie da ab und zu ein (interrupted by participant) und erntet einfach. Also sie macht nicht's kaputt, sie (interrupted by participant) nimmt einfach nur das, was überreif schon is nimmt sie dann ab und dann verwendet sie des.
- 34 **Participant:** [0:07:05.4] Hab ich hier auch schon erlebt äh und dann ausgerechnet (laughter) äh mh beim Garten, wo dann doch geerntet wurde (interrupted by interviewer sign of attention). Jah. Gut steht halt nich dran, ich ernte oder ich ernte (interrupted by interviewer sign of attention) nich ne.
- 35 **Interviewer:** [0:07:16.2] Müsste man eigentlich 'n Schilder äh Schilderpass einführen für.
- 36 **Participant:** [0:07:18.1] Ja genau. Aber es gibt einige, also ich hab hier äh Brombeeren, stachellose Brombeeren. Brombeeren wachsen ja sonst überall (interrupted by interviewer sign of attention). Für die eins der schlimmsten
- 37 **Interviewer:** [0:07:26.7] Aber stachellos gefällt mir.
- 38 **Participant:** [0:07:27.9] Stachellos is is gut, aber ma muss dazu sagen, schmecken nich so gut wie die stacheligen.
- 39 **Interviewer:** [0:07:34.2] Das is oft so, auch bei den bei den kernlosen Orangen (interrupted by participant), oder Mandarinen (interrupted by participant). Das is h halt schon so'n (interrupted by participant) Trade Off so'n (interrupted by participant)
- 40 **Participant:** [0:07:40.6] Da scheint die Natur irgendwie gesagt zu haben, also als Ausgleich dafür, dass du so'ne fiese, stachelige Pflanze bist, schmeckst du dafür besser (interrupted by interviewer sign of attention) oder irgendwie so. Ja (interrupted by interviewer sign of attention), 's is tatsächlich so ja, oftmals.
- 41 [0:07:51.4] **Interviewer:** Aber ich seh da jetz zum Beispiel auch Apfelbäume.

- 42 **Participant:** [0:07:54.0] Apfel is hier, dann is hier Eierpflaume äh Kirsche is da hinten, drei verschiedene Äpfel genau. Öhm Mirabelle hab ich, hab ich noch, das sind Mirabellen. (interrupted by interviewer sign of attention) Joa, also Obst hab ich ne Menge.
- 43 **Interviewer:** [0:08:13.1] Und Sachen, die sie im Boden anpflanzen, sowas wie Kartoffeln?
- 44 **Participant:** [0:08:15.8] Mach ich nich mehr. Hab ich aber gemacht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja (interrupted by interviewer sign of attention). Mach macht mir aber zu viel Arbeit, tatsächlich und ich will auch einfach mehr mehr Grundstück haben, weil hier sitzen wir auch oft mit, wenn Corona nich wäre, ne, aber, hab das ja schon paar Jahre länger, da mit 10 Leuten mal und dann brauchst auch'n bisschen Platz. Also hier waren früher Beete. Wo wir hier sitzen waren Beete (interrupted by interviewer sign of attention). Die hab ich dann weggemacht. Genau.
- 45 **Interviewer:** [0:08:42.8] Aber das heißt, sie haben auch ne Vergangenheit mit Garten, Gartenarbeit.
- 46 **Participant:** [0:08:45.8] Joa 12 Jahre jetz.
- 47 **Interviewer:** [0:08:48.3] Hatten (interrupted by participant) sie professionellen Kontakt dazu, oder war das nur äh immer im privaten?
- 48 **Participant:** [0:08:53.5] Das äh war immer im privaten. Ne immer im privaten. Ich bin quasi über diese Parzelle bin ich gestolpert im f Fitnessstudio war damals, heute machen se das gar nich mehr, war so'n schwarzes Brett mit'm Aushang und ich bin da ma reingegangen. Ja, so kam das. War war inseriert und dann (interrupted by interviewer sign of attention) hab ich da zugeschlagen.
- 49 **Interviewer:** [0:09:14.2] Wie lang is das her?
- 50 **Participant:** [0:09:14.9] 12 Jahre.
- 51 **Interviewer:** [0:09:15.8] 12 Jahre. (interrupted by participant) Hatten sie vorher Gärten, oder einen Garten?
- 52 **Participant:** [0:09:22.2] Äh Campingplatz mit Garten, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, is aber schon paar Tage länger her. (interrupted by interviewer sign of attention) Eigentlich hätt ich auf die Idee, einen Kleingarten zu erwerben schon eher kommen können. Irgendwann ging's mir so durch'n Kopf und hab ich gedacht mh, ganz schön spät daran gedacht, dass das ja auch'n ganz guter Ersatz is. (laughter)
- 53 **Interviewer:** [0:09:42.1] Besser spät als nie, oder?
- 54 **Participant:** [0:09:43.6] Besser spät als nie. In der Tat.
- 55 **Interviewer:** [0:09:46.5] Sind sie gerne draußen?
- 56 **Participant:** [0:09:47.6] Ja, absolut! Ich hab auch schon, ich wusste's vorher, es gab auch ma ne Reportage so aller Terra X, oder sowas, oder Welt der Wunder, oder irgendwie so, die hieß tatsächlich dann auch äh grün macht glücklich (interrupted by interviewer sign of attention), weil wir Menschen halt aus'm Grünen kommen und je mehr grün wir um uns herum haben, desto besser is das für die Seele.

- 57 **Interviewer:** [0:10:07.6] Ja is nachgewiesen. Gibt's äh (interrupted by participant) ganz viele Studien dazu zu äh Pflanzen am Arbeitsplatz. Wenn'n gewisser Grünanteil da is, oder Blick auf Grünanlagen (interrupted by participant) s steigt die Zufriedenheit und die Produktivität gleichzeitig (interrupted by participant) Ja.
- 58 **Participant:** [0:10:21.4] Und es gibt ja viele Menschen, die ja äh zurecht behaupten, dass ihnen Gartenarbeit, was ja nun auch Arbeit is, aber irgendwie äh is man am Ende des Tages relativ zufrieden mit sich so. (interrupted by interviewer sign of attention) Das macht schon was aus. Ich wäre auch wirklich dafür, gibt ja schon so irgendwo so Pilotprojekte, äh Dächer zu begrünen. (interrupted by interviewer sign of attention) Das wäre wirklich großes Kino, wenn ma ma bedenkt, dass die Verstädterung immer zunimmt, immer weiter zunimmt und wir immer weniger Flächen haben, warum begrünt man nich alle alle Dächer? Das wäre wirklich auch für CO2 ne.
- 59 **Interviewer:** [0:10:54.4] Nich nur dafür. Es kühlt auch, grade in Städten (interrupted by participant) 2 bis 4 Grad (interrupted by participant) kühlen (interrupted by participant) Grünflächen runter.
- 60 **Participant:** [0:11:00.1] Anders könnten wir ja jetz auch gut gebrauchen ne.
- 61 **Interviewer:** [0:11:02.2] Können wir jetz langsam gut gebrauchen (interrupted by participant) ja.
- 62 **Participant:** [0:11:04.1] Im Zuge des Klimawandels.
- 63 **Interviewer:** [0:11:05.8] Ja. Ma sehen was das noch gibt. (interrupted by participant) Wie sind sie dazu gekommen generell zu zu Garten, oder Gartenpflanzen, Anbau?
- 64 **Participant:** [0:11:15.5] Ich hab mich schon f (laughter) ich hab als als Teenager hab ich von meiner Mutter ein Buch bekommen, das hab ich heute auch noch. Heilkräfte der Natur. Das hat sie von ihrem Vater geschenkt äh bekommen, also von meinem Opa, hat sie an mich weitergereicht, oder stand bei mir immer rum im Kinderzimmer und da hab ich drinne geblättert und ich hab schon sehr früh äh, ich ich sag mach ma so aus Spaß ich bin Druide. Also ich äh ähm 'n Arzt sieht mich nie oft. (interrupted by interviewer sign of attention) Es gibt so viele Sachen, die man nehmen nehmen kann, wenn man irgendwie nich auf'm Posten is. Eigentlich bietet die Natur alles (interrupted by interviewer sign of attention). Man braucht die pharmazeutische Industrie kaum und es wäre auch gut, wenn wir sie weniger br gebrauchen würden, wegen der ganzen Keime und, wie heißt das? MSR irgendwie so dieser (interrupted by interviewer sign of attention) multiresistente Keim genau ja (interrupted by interviewer sign of attention). Ja irgendwie ja (interrupted by interviewer sign of attention) genau, genau. Und ich hab in meinem Leben auch nich oft Antibiotika öh bekommen. Also vor einem Jahr musst ich welches nehmen, das hat sich auch gleich gerächt, da hat mich nämlich 'n Hund gebissen (interrupted by interviewer sign of attention) und dann hab ich so'n Produkt gekriegt, von so'ner großen amerikanischen pharmazeutischen Firma, die mit P anfängt (laughter) und dann war ich eine Woche krank. Mein (interrupted by interviewer sign of attention) ganzer Magendarmtrakt war hinüber (interrupted by interviewer sign of attention). Also ich war richtig doll krank und danach war ich, musst ich mehrere Wochen mein Magendarmsystem wieder auf vordermann bringen. Nur durch Antibiotika.
- 65 **Interviewer:** [0:12:52.7] Ja das Problem Antibiotika is, die meisten wirken nich selektiv, also die killen ihre (inaudible) (interrupted by participant) Darmflora mit (interrupted by participant). Die muss erst wieder aufgebaut werden. Ja das'n Problem ja. Na seh ich. (interrupted by participant) Seh ich.

- 66 **Participant:** [0:13:03.6] Gibt auch'n schönes Buch, wo äh Darm mit Charme, kennen Sie vielleicht (interrupted by interviewer sign of attention). Hab ich gelesen. Junge, talentierte Autorin und äh ja man sagt ja nich umsonst auf Bauchgefühl. Der Darm is tatsächlich 'n kleines Gehirn. Also im Buch stand geschrieben, und das glaub ich auch, dass der Darm ungefähr so intelligent is, wie ein Hund. Und so dumm is ja'n Hund nich unbedingt ne, die können ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Deswegen, das sin wirklich zwei kleine Gehirne, also ein großes und ein kleines Gehirn, die miteinander kommunizieren ne.
- 67 **Interviewer:** [0:13:37.4] Ja, gibt's auch viel Forschung zu ja. (interrupted by participant) Bin ma gespannt, was da langfristig noch alles rauskommt.
- 68 **Participant:** [0:13:43.3] Ich bin da auch sehr gespannt. Also ich bin für solche Themen immer offen. Ich bin sehr (inaudible) .
- 69 **Interviewer:** [0:13:50.1] Achten sie auf so Themen wie gesünder leben, oder informieren sie sich dazu auch?
- 70 [0:13:54.8] **Participant:** Ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Mach ich.
- 71 **Interviewer:** [0:13:58.3] Aktiv, oder eher passiv?
- 72 **Participant:** [0:13:59.8] Aktiv. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Ich hab auch ne gute Quelle. Ich will jetzt keine Werbung machen, aber im Internet gibt's ne gute Webseite. Soll ich sie nennen?
- 73 **Interviewer:** [0:14:10.2] Können sie gerne machen, ja.
- 74 **Participant:** [0:14:11.4] Zentrum der Gesundheit. (interrupted by interviewer sign of attention) Da kann man alles nachlesen. Is ne wirklich echt auch Fundus; Echter Fundus.(interrupted by interviewer sign of attention) Also an die Autoren dieser, oder äh Betreiber der Webseite 'n großen Dank, ich hab da schon sehr viel rausgezogen. Das machen die echt gut. Ja und dann guck ich da äh nach, also (interrupted by interviewer sign of attention). Oder zum Beispiel is is mittlerweile in aller Munde ähm, aber ich nehm's schon seit Jahren. Kurkuma. (interrupted by interviewer sign of attention) Is'n wahnsinnig tolles Antioxidans. Killt freie Radikale und so weiter und da sin jetzt mittlerweile in den letzten Jahren ganze Bücher zu aufgekommen ne. So, aber ich nehm das schon sehr sehr lange.
- 75 **Interviewer:** [0:14:55.6] Meine Mitbewohnerin macht da viel mit und zu. (interrupted by participant) Überall so'n bisschen ein Schuss Kurkuma rein.
- 76 [0:15:00.7] **Participant:** Ja, also ich nehm's tatsächlich jeden Morgen (interrupted by interviewer sign of attention) mit zusammen mit Kokosöl in heißem Wasser (interrupted by interviewer sign of attention). Kokosöl soll langfristig gegen Demenz wirken (interrupted by interviewer sign of attention), das ma ma so später nich dement wird und Kurkuma hat auch eben halt ganz andere antioxidative Eigenschaften. 'N guter Gesundheitstrank.
- 77 **Interviewer:** [0:15:24.0] Okay, merk ich mir vielleicht ma ja.
- 78 **Participant:** [0:15:26.0] Ja, kann man sich echt an (inaudible). Kann man sich auch dran gewöhnen. Is jetzt kein, is kein Cocktail, den ma gerne trinkt, aber ähm ma muss auch nich das Gesicht dabei verziehen, das geht schon. Gut trinken.
- 79 **Interviewer:** [0:15:39.2] Also sie merken ja am Anfang, dass sie, dass sie sich dazu belesen

haben, also dass sie vor allem dieses Buch von ihrer Mutter, dass Sie das sehr geprägt hat (interrupted by participant) und dann informieren Sie sich über das Forum. Gibt's auch andere Quellen, oder noch andere (interrupted by participant) Kanäle?

80 **Participant:** [0:15:52.5] Ja ich hab im Laufe meines Lebens viel auch äh Bücher, ich stamm' ja noch aus der Zeit von Jean Pütz, ne äh der ja mit Le Löwenzahn da irgendwie sich'n Meilenstein, oder äh gesetzt hat sozusagen und der hat ja auch viele tolle Bücher geschrieben über äh Pilze und was weiß ich, also ich hab viel in meinem Bücherregal stehen solche Sachen. (interrupted by interviewer sign of attention) Vor langer langer Zeit gelesen, jetzt nichts aktuelles mehr, aber sind halt auch Nachschlagewerke, wo ma ma reingucken kann.

81 **Interviewer:** [0:16:25.4] Tauschen sie sich persönlich mit zum Beispiel anderen Kleingartenbesitzern aus?

82 **Participant:** [0:16:29.1] Das wie, also über Heilpflanzen jetzt, oder sowas öh Pflanzen? (interrupted by interviewer sign of attention) Das, das weniger. Da hab ich eher so meine Quellen in meinem mh Freundeskreis, oder Partnerin, die is Heilpraktikerin, gelernte (interrupted by interviewer sign of attention). Is aber auch noch keine so alte Beziehung, also im Sinne, dass ich da jetzt irgendwie schon 10 Jahre lange mit ihr mich da austausche, aber ähm gibt immer wieder Leute, die auch (inaudible) 'n großes Interesse an an solchen Dingen haben.

83 **Interviewer:** [0:17:01.5] Ja, aber es hört sich ja, also es hört sich so an, also korrigieren sie mich, aber das sie dann schon auf auch spezielle Leute zugehen würden, wenn die Fragen haben.

84 **Participant:** [0:17:07.1] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich geb auch viel Tipps ne, (interrupted by interviewer sign of attention) also das mit Oreganoöl, das hab ich äh schon weiß nich wie vielen Leuten erzählt und und ähm ja. Manche hat's auch schon echt geholfen.

85 **Interviewer:** [0:17:22.2] Des is erste Mal, dass ich das höre. Deswegen is besonders interessant für mich. Also ich werd da auch mal schauen (interrupted by participant), was ich dazu finde, oder wie man das herstellt, wenn ich was dazu finde. Ja. Na aber das, also deswegen mach ich das auch, oder deswegen mach ich dann mehrere Interviews mit mehreren Leuten (interrupted by participant), um mir dann die verschiedenen Teile zusammenzupuzzeln, die verschiedene Leute dann machen um so'n so'n ganzheitliches vielleicht so'n Katalog zu erstellen (interrupted by participant), von Sachen, die gemacht werden.

86 **Participant:** [0:17:46.8] Wenn Sie weiter nach hinten laufen, auf der linken Sei auf (interrupted by interviewer sign of attention) auf der linken Seite, da is (name), (interrupted by interviewer sign of attention) Old (name), grauer Mann, etwas über 70.

87 **Interviewer:** [0:17:59.3] Ja, mit dem hab ich heute Morgen schon gesprochen. (interrupted by participant) Er fällt'n bisschen raus, weil nich äh im Norden, also fällt für mich 'n bisschen raus, weil er nich im Norden äh geboren is, er kommt ja aus (interrupted by participant) Bayern, irgendwo (interrupted by participant) Franken.

88 **Participant:** [0:18:13.4] Augsburg, ich meine Augsburger, oder so (interrupted by interviewer sign of attention) ja.

89 **Interviewer:** [0:18:15.5] Un dich musste das alles 'n bisschen eingrenzen ja. (interrupted by participant) Sind sie mit Garten aufgewachsen.

90 **Participant:** [0:18:20.9] Ja (interrupted by interviewer sign of attention). Durch Camp Campingplatz

(interrupted by interviewer sign of attention). Meine Eltern ham 'n Campingplatz gekauft, als ich 3 war, also kann man schon so sagen. Ich bin das, ich weiß nich, ob's diesen Begriff heute noch gibt, aber ich bin immer ein Butcha gewesen. (interrupted by interviewer sign of attention) Nich eins ein ehr in die Wohnung reinzukriegen war immer schwer (interrupted by interviewer sign of attention) Immer draußen, immer immer (interrupted by interviewer sign of attention) draußen.

91 **Interviewer:** [0:18:45.0] Wurde dann auch dann auf dem Campingplatz, wurden da Sachen angebaut?

92 **Participant:** [0:18:48.5] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. 'S war jetz auch keine unendlich großen Flächen, aber mh wir hatten, wir hatten aber auch so 'n eigenen äh Nutzgarten auch äh unabhängig vom Campingplatz (interrupted by interviewer sign of attention) und da hat mein Vater Bohnen angebaut, Kartoffeln angebaut, Erbsen genau solche Sachen. Was hatten wa denn noch? Obstbäume halt auch ja. Da hat er ordentlich immer umgraben müssen (laughter) nu is ja Kartoffeln muss ma ja richtig, ah das war immer ne (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Ja, also da bin ich schon, klar, herangeführt worden. Ja.

93 **Interviewer:** [0:19:26.6] Okay. Hatten Sie Kontakt zu ihren Großeltern?

94 **Participant:** [0:19:30.5] Äh leider nein (interrupted by interviewer sign of attention). Leider nein, die sind alle sehr früh verstorben. (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm (interrupted by interviewer sign of attention) irgendwie is das genetisch in der (laughter) in der Familie nich so, dass wir alle steinalt werden, aber die ham jetz auch nich ma äh die die die Heilkräfte genutzt, oder so, aber meine Großeltern sind einfach früh verstorben. Ja. Das äh is leider so. 10 war ich. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Da is der erste gestorben und so weiter, also die mh ham mich nich lange begleitet. Leider.

95 **Interviewer:** [0:20:05.5] Ja (interrupted by participant) leider. Ja schade.

96 **Participant:** [0:20:07.8] In der Tat, ja.

97 **Interviewer:** [0:20:08.9] Aber das is manchmal so.

98 **Participant:** [0:20:10.2] Das is manchmal so. Ja. Der eine geht eher, der andere geht später also. (interrupted by interviewer sign of attention) Da steckst nich drinne.

99 **Interviewer:** [0:20:20.0] Wurde Ihnen in der Schule was beigebracht?

100 **Participant:** [0:20:22.5] Ich würde mal vermuten ja, aber ich kann mich nich wirklich dran erinnern. Natürlich hatten wir Biologie, aber wenn ich mich echt frage, was man da überhaupt gelehrt bekommen hat, fällt mir nich zu viel zu ein. Ich weiß nur, dass ich Biologie immer gut fand (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Das fand ich schon gut. Aber Naturwissenschaften war eh mein Ding, auch Physik und und Chemie fand ich auch gut.

101 **Interviewer:** [0:20:47.2] Also sie sind da schon immer interessiert dran.

102 **Participant:** [0:20:49.4] Ja.

103 **Interviewer:** [0:20:51.3] Muss kurz einma mein Büchlein reinschauen, damit ich auch nichts vergesse.

104 **Participant:** [0:20:53.8] Ohja gerne.

105 **Interviewer:** [0:20:57.7] Sie hatten auch lange äh ge ähm Gemüsebeete, oder? Waren die für Sie Selbstversorgung, oder sie meinten ja auch, sie hätten ma Walnüsse verkauft. (interrupted by participant) Is das darauf angelegt gewesen (interrupted by participant) das zu veräußern?

106 **Participant:** [0:21:08.8] Gar nich, nur weil einfach die die Masse, ich hatte noch welche von den

Vorjahren und ich wusste schon gar nicht mehr, wohin und äh da muss man die ja auch trockenen und all so'n Kram und das hat mich einfach überfordert und dann hab ich auch gesagt, ja bevor ich se wegschmeiße ähm genau. Und das is auch auf regen Anklang. 'S gab sogar Leute, die gesagt, ich komm nächstes Jahr wieder, geile Nüssen (interrupted by interviewer sign of attention), also äh auf jeden Fall können Sie mich wieder auf die Liste schreiben ne. Un is auch so passiert dann halt (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm, ne aber so klar, Gurken und Ge und und Zucchini und solche Geschichten ja, dass angebaut wurde und Tomaten. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich liebe Tomaten.

107 **Interviewer:** [0:21:47.8] Ja Tomaten, wenn sie gut sind. (interrupted by participant) Also meine Meinung, wenn sie gut sind (interrupted by participant) viele sind auch (interrupted by participant) dann eher wässrig (interrupted by participant) und dann bin ich kein so'n Tomatenfan, aber

108 **Participant:** [0:21:55.2] Genau. Aber und Tomaten sind auch tatsächlich sehr gesund ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Sowieso ja. Alles was äh in der Natur rot is, is sehr gesund.

109 **Interviewer:** [0:22:04.5] Is das ne Faustregel ja?

110 **Participant:** [0:22:05.8] Das kann man so sagen. Ja. Ja (interrupted by interviewer sign of attention). Rot is in der Natur äh steht äh, also das heißt nich äh, dass Dinge, die nich rot sind, nich gesund sind. Löwenzahn is auch nich rot und is super gesund und Cistus is auch nich rot, aber rot is schon auch ne äh ne äh äh ich glaub, ich gefährliches Halbwissen jetzt, Polyphenole, oder, also irgendwas is da äh in in diesen roten Früchten und Gemüse (interrupted by interviewer sign of attention) mehr drinne, als in den anderen und deswegen sind sie gesund. Ja.

111 **Interviewer:** [0:22:36.7] Hm. Das erste Mal, dass ich das so als Faustregel hör, also mir fallen jetzt mehrere Sachen ein, ja, (interrupted by participant) aber aber das is das erste Ma was das is das ich das hör, so als Faustregel höre. Wie stehen sie generell zur Selbstversorgung?

112 **Participant:** [0:22:49.3] Ich find das is schon wich äh äh schon wichtig. Also m man sollte schon in der Lage sein, auch äh mal'n paar Tage überleben zu können, ohne dass die Supermärkte auf haben ne. (interrupted by interviewer sign of attention). Also is jetzt klar, wir äh w äh kriegen ja alles just in time geliefert ne, ham wir schon irgendwie in Coronazeiten ma gel äh gemerkt, was passiert, wenn die Lieferketten zusammenbrechen ne. Merken wir ja noch, also in sofern macht das schon schon Sinn. Ich muss grad ma'n bisschen in' Himmel gucken. Kriegen wir Regen?

113 **Interviewer:** [0:23:21.2] Des weiß ich nich. Morgen auf jeden Fall.

114 **Participant:** [0:23:22.8] Ja, weil ich muss drüben noch was machen, (interrupted by interviewer sign of attention) was auf jeden Fall; dazu darf es nich regnen. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)

115 **Interviewer:** [0:23:30.9] Ich kann'n paar Fragen jetzt einfach noch stellen (interrupted by participant), also'n Großteil hab ich jz schon (interrupted by participant) beantwortet bekommen, von den Fragen, die ich auf äh geschrieben hab und dann generell sehr interessante Sachen erfahren. Ähm ich würd gern noch fragen, wenn das für sie okay is, wann Sie geboren sin in welchem Jahr.

116 **Participant:** [0:23:43.4] 67

117 **Interviewer:** [0:23:44.7] 67. Und was ihr höchster Bildungsabschluss is.

118 **Participant:** [0:23:48.9] Univer, also ich bin Diplomkaufmann (interrupted by interviewer sign of attention), also Fh, Fachhochschule.

119 **Interviewer:** [0:23:55.1] Sie sind, ham sich als neugierig und gern draußen beschrieben, oder?

- 120 **Participant:** [0:23:57.7] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Neugierde is immer der erste Schritt um Wissen aufzubauen (interrupted by interviewer sign of attention). Wer nich neugierig is auf irgendwas, baut nie Wissen auf. (interrupted by interviewer sign of attention) Erst muss ma sich für eine Sache interessieren (interrupted by interviewer sign of attention) und wie gut ham das, also ich meine ich bin auch jemand. Is zwar jetzt auch, aber is ja schon schon Begriff, wie wie wie man Tempo sagt zum Taschentuch, sagt ma ja Google, googlen zum suchen (interrupted by interviewer sign of attention) im Internet (interrupted by interviewer sign of attention) ne, steh ja als Synonym dafür (interrupted by interviewer sign of attention) und äh ich google jeden Tag irgendwas so, ne und da beneide ich echt die, die äh junge jetzt die Generation, die mit google aufgewachsen is, weil mir kann keiner mehr erzählen, dass er nich an wissen gelangt is. Früher war Wissen einfach nur Leuten vorbehalten, die sich auch'n Brockhaus ge äh leisten konnten (interrupted by interviewer sign of attention) und dann da gute Ausbildung und so. Heute muss man nur das Internet befragen, wenn man was wissen will.
- 121 **Interviewer:** [0:24:51.6] Führt zu anderen Problemen allerdings. Man muss auch lernen zu suchen und mit Informationen umzugehen.
- 122 **Participant:** [0:24:56.0] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Information Overload is das Problem. (interrupted by interviewer sign of attention) Genau. Das is äh
- 123 **Interviewer:** [0:25:01.9] Wir schlagen grad in die andere Richtung (interrupted by participant) Is (interrupted by participant), is, aber das wird hoffentlich kommen.
- 124 **Participant:** [0:25:06.2] Das is in der Tat, ich hab letzt auch mit Freunden zusammen gesessen, da ham wa uns gefragt, ob wirklich Internet überhaupt 'n Segen is, oder vielleicht sogar eher 'n Fluch.
- 125 **Interviewer:** [0:25:15.2] Ich glaub, dass wird sich dann erst später zeigen. (interrupted by participant) Postapokalyptischen Welt vielleicht.
- 126 **Participant:** [0:25:19.3] Ich finde das steht auch grade auf der Kippe, wenn ma ma so bedenkt, was da alles so passiert. Betrug und Mobbing (interrupted by interviewer sign of attention) und all diese Dinge ne, dass is also auch nich nur schön ne.
- 127 **Interviewer:** [0:25:29.0] Ja 's geht mittlerweile schneller, als der Mensch das verarbeiten kann an dieser Fortschritt.
- 128 **Participant:** [0:25:33.9] Genau. Genau.
- 129 **Interviewer:** [0:25:35.3] Aber vielleicht hat das schon vorher angefangen, vor'm Internet. Ich weiß es nich.
- 130 **Participant:** [0:25:38.6] Ja, das kann gut sein. Mit der Computerisierung. Ham wir letzt auch noch so gesagt. Da gab's doch auch'n sch äh schlaun Spruch. Der Computer nimmt und auf der einen Seite die Zeit, die er uns auf der anderen Seite äh schenkt (interrupted by interviewer sign of attention), weil ständig haste ja mit damit zu tun. Update hier und Virus da und un und ma muss sich sicher und dies und da letztendlich is es ja irgendwie kein großer Gewinn (interrupted by interviewer sign of attention) Zeit Zeitgewinn. Ne.
- 131 **Interviewer:** [0:26:05.7] Ich glaube es is'n mächtiges Werkzeug mit dem man umzugehen wissen muss. (interrupted by participant) Aber das ja. Ne letzte Frage noch, ham sie irgendwelche speziellen Ernährungsgewohnheiten, oder Allergien?
- 132 **Participant:** [0:26:16.8] Äh Allergien hab ich gar keine (interrupted by interviewer sign of attention) gar keine.
- 133 **Interviewer:** [0:26:20.9] Gut für sie.

- 134 **Participant:** [0:26:21.5] Da hab ich wirklich großes Glück gehabt, war aber auch eben halt 'n Butcha. Immer viel mit Dreck, oder so. Heute weiß ma ja, je mehr Kinder im Dreck spielen (interrupted by interviewer sign of attention), desto gesünder sind sie, vielleicht es ist (inaudible) und Ernährungsgewohnheiten, ne ich bin jetzt kein Vegetarier, oder Veganer, oder sonst irgendwas, also einfach von allem was. Kann auch ma ne Pizza sein, aber dann darf's auch ma wieder 'n selbstgemachter Salat sein (interrupted by interviewer sign of attention), also da äh geht wirklich alles, da bin ich nich so dogmatisch festgelegt, dass ich nur irgendwie von der einen Seite was nehme und von der anderen nich (inaudible)
- 135 **Interviewer:** [0:27:04.1] Gut. Das wär's glaub ich von meiner Seite aus. (interrupted by participant) Ich hab noch so'n Datenschutzhinweis, da bräucht' ich noch ne Unterschrift drunter (interrupted by participant) , also (interrupted by participant) muss nich (interrupted by participant), kann. Hoffe ihnen is klar, dass das hier alles freiwillig is.
- 136 **Participant:** [0:27:22.6] Fühlte sich auf jeden Fall so an.
- 137 **Interviewer:** [0:27:24.0] Fühlte sich freiwillig an, ja. Genau ich beende auf jeden Fall die Aufnahme. (interrupted by participant) Bedanke mich.
- 138 [0:27:29.8] **Participant:** Gerne gerne.

### 7.3.2.2 Interview BO 2

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** So genau, dann hallo.
- 2 **Participant:** [0:00:03.9] Hallo.
- 3 **Interviewer:** [0:00:04.3] Sie ham sich dazu bereit erklärt, mir was über Heilpflanzen in ihrem Garten zu erzählen. Seh ich da richtig?
- 4 **Participant:** Ganz genau.
- 5 **Interviewer:** [0:00:11.7] Wollen wir nur noch grad anfangen und Sie erzählen mir einfach ma aus'm Bauch raus, was Ihnen grade so einfällt dazu, zu zu dem Thema.
- 6 **Participant:** [0:00:17.6] Ge ja was mir spontan einfällt is halt äh **Salbei**, den ham wir um Garten angebaut, über Jahre schon und den äh ernten eben halt im Sommer natürlich, um da Fleisch mit zuzubereiten, so Saltimbocca is dem einen oder anderen sicherlich 'n leckere Begriff, (interrupted by interviewer sign of attention) oder aber auch eben halt öh getrocknet nachher, im Winter is teils schwer, wir ernten den aber dann ab äh trocknen das, das braucht sehr lange eben halt bis das getrocknet is, weil ja auch viel Öle drin sind und so weiter, grad im Salbei, und dann wird's halt in Gläser und so weiter aufgehoben um dass dann bei Hustensaft, Erkältung und, also äh general eben hat ma ma auch welche Halsprobleme hat den anzuwenden.
- 7 **Interviewer:** [0:00:56.6] Okay interessant. Welchen Teil vom Salbei verwenden sie dafür?
- 8 **Participant:** [0:00:58.9] Das sind die Blätter (interrupted by interviewer sign of attention). Das is schon bisschen mühselig, dass dann nachher praktisch vom Strauch zu trennen (interrupted by interviewer sign of attention), äh da muss man eben halt doch sehr sorgsam sein, weil man möchte die Äste natürlich nachher nich in seinem Tee haben (interrupted by interviewer sign of attention), aber das is (interrupted by interviewer sign of attention), also is alles machbar.
- 9 **Interviewer:** [0:01:12.7] Okay. Ham sie sonst noch was im Garten, was sie verwenden würden?
- 10 **Participant:** [0:01:15.8] Puh also wir äh haben äh Rosmarin, wobei äh da wüsst ich jetzt w äh über medizinische Wirkung gar nicht so, dass is äh eher was, wat man eben halt in der Küche dann verwendet. Äh meines Wissens eher unter Küchenkräuter. Klar man kann das auch zum Baden benutzen, eben halt, wir machen viel Rosmarinbäder (inaudible) die Nadeln dann eben halt auch abgeerntet und dann kann man in die, ins Badewasser lässt. Ja.
- 11 **Interviewer:** [0:01:38.8] Okay. Ham sie noch was, was sie äh verwenden, wenn sie, wenn sie krank sind?
- 12 **Participant:** [0:01:43.5] Ähm, **Minze** würde noch dazu fallen eben halt also, wird so wie in der Art, gleiche Art und Weise eben halt verwendet, wie äh Salbei. Gehört auch getrocknet und dann im Winter eben halt auch für Tee und solche Sachen auch, dass is ja was äh was wir so generell bei Unwohlsein eben halt (inaudible) hilft dann so Pfefferminztee halt auch ma'n bisschen äh bisschen wieder auf die Füße kommt.
- 13 **Interviewer:** [0:02:02.6] Okay, für welchen für welchen Teil des Körpers würden sie's speziell verwenden, wenn sie sich unwohl fühlen im Bezug auf was?
- 14 **Participant:** [0:02:08.0] Öh gute Frage. Öhm beim Pfefferminze. Ja ich denke eher sag ma so, je wenn ma sich schlecht fühlt halt, also sag ma, wenn ma öh ja öh vielleicht 'n bisschen fiebrig is, oder äh wenn man eben so so allgemeine Winterbeschwerden hat, dass man sich unwohl fühlt.
- 15 **Interviewer:** [0:02:27.0] Okay. Meine sie damit so so ungefähr Abgeschlagenheit?
- 16 **Participant:** [0:02:30.4] Zum Beispiel.

- 17 **Interviewer:** [0:02:30.9] Zum Beispiel Abgeschlagenheit. Ja interessant.
- 18 **Participant:** [0:02:33.4] Hat ja ne gewisse Frische an sich dann.
- 19 **Interviewer:** [0:02:35.0] Ja. Ham sie sonst noch was, außer'm, natürlich medizinische Kräuter, würden mich speziell intertessieren, aber (interrupted by participant) ham sie sonst noch Sachen im Garten, die sie?
- 20 **Participant:** [0:02:42.0] Mir fällt so speziell nichts ein. Wir können gerne mal gucken, ob sie was entdecken, was äh da in Frage kommt.
- 21 **Interviewer:** [0:02:46.7] Das wäre super.
- 22 [0:02:54.2] **Participant:** Ne, das sind hier so die Kräuterecke, also so ich denke mal hier ähm. Nah, äh 's hab ich vergessen. Es is Maggikraut (interrupted by interviewer sign of attention) Liebstöckel. Genau, wüsst' ich jetzt über ne medizinische Wirkung (interrupted by interviewer sign of attention) , so gar nichts, eben so weit. Dann gibt es äh die Zitronenmelisse, Rosmarin, Petersilie und dann eben halt so verschiedene Sorten an Minze. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja wie gesagt, das sind so dann die, die wir halt auch verwenden, (interrupted by interviewer sign of attention) irgendwo, genau. Hier wächst auch Dill, aber auch den is auch eins eher der Küchenkräuter und denk ich hat so medizinische so gar keine Wirkung. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention)
- 23 **Interviewer:** [0:03:35.8] Ja das wird aktiv angepflanzt. Ham sie irgendwas wild stehen? (interrupted by participant) Was äh was sich vielleicht nutzen würden? Einfach was, was da is?
- 24 **Participant:** [0:03:43.7] Also was immer da is, is halt Rucola, eben so, aber auch das is ja eher'n Salat, als sonst irgendwas, also nix was mir bewusst is, was wir benutzen.
- 25 **Interviewer:** [0:03:52.5] Okay. An Nutzpflanzen, was ham sie den, wenn ich fragen darf an an Nutzpflanzen so im Garten?
- 26 **Participant:** [0:03:57.1] Also wir ham ähm über äh vom vom Kürbis, über jetzt äh na denk ich grade, wie heißt es denn grade, äh **Fenchel**, genau Fenchel hatte vie hat vielleicht noch ne medizinische Wirkung. (interrupted by interviewer sign of attention) Dann kann man das Kraut glaub ich auch verwenden.
- 27 **Interviewer:** [0:04:14.5] Wie würden Sie's verwenden, oder (interrupted by participant) verwenden Sie's?
- 28 [0:04:16.2] **Participant:** Ah das hab ich so, wüsst ich nich, nein (interrupted by interviewer sign of attention). Kenn ich äh wa nein. Wüsst ich jetzt noch gar keine Verwendung. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber ich meine, das Fenchelkraut hat auch ne medizinische Wirkung halt. Ja aber, da sind sie der Fachmann (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) wissen bisschen mehr dadrüber. Ja was ham wir noch, also an Nutzpflanzen verschiedene Salate eben, ja äh, pflanzen ähm Zwiebeln an, Lauchzwiebeln, Kohlrabi, Brokkoli (interrupted by interviewer sign of attention), Kartoffeln. Joa
- 29 [0:04:45.5] **Interviewer:** Kürbis (interrupted by participant) seh ich noch.
- 30 [0:04:47.0] **Participant:** Genau, Kürbis. Dann gibt es noch Kohl, genau Spitzkohl.
- 31 **Interviewer:** [0:04:53.6] Mais seh ich (interrupted by participant) hier, ne.
- 32 **Participant:** [0:04:55.0] Den, genau Mais dis is es, Mais steht vor unserer Nase (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) ganz genau

- 33 **Interviewer:** [0:04:59.0] Sieht man den Wald vor lauter Bäumen nich. Ja.
- 34 **Participant:** [0:05:00.3] Ja manchma is es so, genau. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne, Zucchini ham wa noch, ham wa die wir hier anpflanzen ja und ansonsten eben halt viel äh (interrupted by interviewer sign of attention) Baumobst eben halt, Kernobst und ne Beerenobst,
- 35 **Interviewer:** [0:05:14.9] Zwetschgen, Brombeeren seh ich.
- 36 **Participant:** [0:05:16.7] Ja das sind Himbeeren.
- 37 **Interviewer:** [0:05:17.9] Himbeeren auch.
- 38 **Participant:** [0:05:18.8] Genau Himbeeren und äh Heidelbeeren gibt es hier. Ja (interrupted by interviewer sign of attention), Pflaumen, Kirschen, Äpfel, Birnen
- 39 **Interviewer:** [0:05:24.9] Tomaten.
- 40 **Participant:** [0:05:25.7] Tomaten!
- 41 **Interviewer:** [0:05:26.4] Fällt jetzt 'n bisschen aus'm Obst, ach ne is der ja andere Garten, oder.
- 42 **Participant:** [0:05:28.3] Des der Nachbargarten, (interrupted by interviewer sign of attention) aber wir hab den Gewächshaus, da gibt's Tomaten (interrupted by interviewer sign of attention) und äh Salatgurken.
- 43 **Interviewer:** [0:05:34.8] Sind sie auch an Zierpflanzen interessiert?
- 44 **Participant:** [0:05:36.4] Ähm ja, also wir ham äh diverse Zierpflanzen, insbesondere aber auch Stauden. (interrupted by interviewer sign of attention) Also viele Sachen, die wir selber aussähen und dann äh hier im Garten zum blühen bringen (interrupted by interviewer sign of attention), ja. Also so, das wäre so der Bereich, der in die Richtung Zierpflanzen fällt würd ich denken. Mh ja. Aber eben auch viele Stauden, eben so weit. Sag ma großen Wert legen wir halt dadrauf Bienenfreundlich zu sein, eben halt (interrupted by interviewer sign of attention) da vorne so, kleines Bienen (interrupted by interviewer sign of attention), Hummelparadies, dass is so, so'ne Ecke mit lauter Lavendel und äh ja mal diesen ganzen äh Lauchgewächsen eben halt, die dann zum blühen kommen und da fühlen sich Hummel und Bienen unglaublich wohl. (interrupted by interviewer sign of attention) kann ich gern auch zeigen, wenn's interessant is
- 45 **Interviewer:** [0:06:19.8] Gerne, bitte.
- 46 **Participant:** [0:06:21.8] Also **Lavendel** kann man übrigens auch anbauen, äh so im Winter dann verwenden, ne, oder auch in Richtung Heilkräuter verwenden.
- 47 **Interviewer:** [0:06:29.0] Würden sie's verwenden?
- 48 **Participant:** [0:06:30.5] Nich bisher noch nich gemacht, weil ich mit dem äh (inaudible) sagen wa ma überhaupt nich auskenne. (interrupted by interviewer sign of attention) Weiß aber man kann Lavendelkissen zum Beispiel ja machen. (interrupted by interviewer sign of attention) Da geht's dann eher um den Duft. (interrupted by interviewer sign of attention) und äh könnte aber auch ne heilende Wirkung vorstellen und wenn's nur für den Kopf is. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja das is so. (interrupted by interviewer sign of attention) Das mit den ganzen Hummeln, Bienen eben halt an diese ganze Lauchgewächse eben halt lieben. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja genau. (interrupted by interviewer sign of attention) das is so. Ja.
- 49 **Interviewer:** [0:06:58.9] Jetzt ham sie mir ja schon einige Sachen gesagt, die sie kenne, (interrupted by

participant) was glauben sie denn, wo sie das Wissen her haben, also w, wenn sie jetzt nachdenken, wo haben sie das gelernt.

- 50 **Participant:** [0:07:08.6] Ähm (laughter) des hat'n tatsächlich 'n Ursprung, ich habe äh Kinder, beziehungsweise mein Mann auch, also (interrupted by interviewer sign of attention) wir beide haben Kinder, tatsächlich und wir haben unsere Kinder von einem äh Homöopathen behandeln lassen als Kinderarzt, also ein Arzt, der praktisch auf viel auf Homöopathische Behandlung Wert gelegt hat und äh, wenn man vorher schon so'n leihenhaftes medizinisches Interesse gehabt, eben so weit und damit haben wir, dadurch haben wir das für, wollten, dass unsere Kinder eben halt sag man mit natürlichen Heilmitteln eben halt behandelt werden, wenn sie krank werden, hat sich das einfach im Laufe der Jahre so angesammelt. Gibt's natürlich das eine der andere Buch. Tatsächlich gab's zu denen Zeiten auch eher Bücher, als das Internet (interrupted by interviewer sign of attention), wo man sich da schlau machen konnte und äh, da hat sich einfach dies und das angesammelt und ja ist einfach auch Lust dran eben halt eher auf eine natürliche Art und Weise zu behandeln und nicht immer gleich zu Chemiekeule zu greifen.
- 51 **Interviewer:** [0:08:02.5] Mhm. Versteh ich, versteh ich ganz gut. Wann wäre das gewesen, als sie mit dem Homöopathen, also mit Ihrem Kinderarzt in Kontakt gekommen sind, vor?
- 52 **Participant:** [0:08:09.7] Äh der äh begann, als mein jüngstes Kind äh mein ältestes Kind ist 1990 geboren (interrupted by interviewer sign of attention). Oh genau und das ist äh sag man weiß nicht, ob der Name für Sie von Relevanz ist, aber äh
- 53 **Interviewer:** [0:08:19.4] Nein nicht (interrupted by participant)
- 54 **Participant:** [0:08:20.1] Auf jeden Fall äh, damals bekannter Kinderarzt in der Neustadt gewesen (interrupted by interviewer sign of attention) und der aus der einfach auch äh ja äh viel Wissen noch mit vermittelt hat eben so und da war Ringelblumen fällt mir bei der Gelegenheit ein (interrupted by interviewer sign of attention), Ringelblumen (interrupted by interviewer sign of attention) Ringelblumensalbe (interrupted by interviewer sign of attention). (inaudible) halt, die gibt's hier auch, die wachsen. Das ist was, was zum Beispiel immer wieder wild kommt eben. Da hat man man auch man was gehabt und dann äh ja setzt sich das über viele Jahre dann letztendlich fort.
- 55 **Interviewer:** [0:08:44.4] Gegen oder für was, (interrupted by participant) würden sie das einsetzen?
- 56 **Participant:** [0:08:47.5] Als, als äh Creme auf jeden Fall. Klar, Blüten sind essbar, das ist die eine Geschichte halt, aber man kann auch Cremes anrühren. Selbst noch nicht gemacht, aber (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) ich benutze eine Salbe, die ich aber allerdings kaufe. (laughter)
- 57 **Interviewer:** [0:09:00.3] Okay. Aber sie wüssten, dass man Ringelblumen in ihrem Garten benutzen könnte (interrupted by participant) um solche Salben
- 58 **Participant:** [0:09:05.6] Ganz genau, das kann man irgendwie mit ner Butter und so weiter kann man das machen, also da (interrupted by interviewer sign of attention) gibt's auf jeden Fall Varianten. Ja.
- 59 **Interviewer:** [0:09:11.8] Ziehen sie Informationen aus dem Internet, oder aus anderen Quellen, noch? (interrupted by participant)
- 60 **Participant:** [0:09:15.8] Auf jeden Fall (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Also wenn mich irgendwas interessiert eben so weit und da sagen wir nämlich, möchte ich man Wissen, ja äh insofern auch gerne erweitern und da ist das Internet heute natürlich eine ganz andere Quelle, als Bücher, die wir erst mal heute eher selten, weil das äh Internet halt immer greifbar ist. (interrupted by interviewer sign of attention) Dann halt zumindest über's Handy eben halt immer eine Möglichkeit sich auch ganz schnell zu informieren und soweit (interrupted by interviewer sign of attention) ist das. Auf jeden Fall.

- 61 **Interviewer:** [0:09:38.3] Ham sie spezielle Foren, in denen sie unterwegs sind, oder speziellen Seiten, denen (interrupted by participant) sie mehr vertrauen (interrupted by participant), oder?
- 62 **Participant:** [0:09:42.1] Nein, ich versuche sag ma äh Seiten zu finden praktisch, die auch ähm ja äh, wie soll ich sagen, auf mich äh auf mich eine guten Eindrucken machen. (interrupted by interviewer sign of attention) So damit man äh ja auch weiß'de, wo wo man auch'n gewisses Vertrauen reinsetzen kann eben soweit und äh ja versuche da eben halt mich zu informieren, aber in der Regel sind ma, streut man bisschen breiter eben halt um dann nachher irgendwann (inaudible) hinzuziehen dann.
- 63 **Interviewer:** [0:10:07.7] Okay. Okay interessant. Sind sie mit Garten aufgewachsen?
- 64 **Participant:** [0:10:11.2] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Definitiv.
- 65 **Interviewer:** [0:10:13.7] Okay. Wie lang ham sie den Garten jetzt hier schon?
- 66 **Participant:** [0:10:15.6] Diesen Garten ham wir mittlerweile seit mh 35 Jahren.
- 67 **Interviewer:** [0:10:20.2] Mit fünf und dies diese Parzelle auch?
- 68 **Participant:** [0:10:21.9] Ja ja. (interrupted by interviewer sign of attention) ja, genau. Übernommen eben halt, also mein Mann und ich sind beide praktisch äh damit großgeworden, also mein Mann war schon bisschen älter, als seine Eltern den Garten gekauft haben. Meine Eltern ham den Garten äh mit dem Jahr meiner Geburt gekauft (interrupted by interviewer sign of attention) und so bin ich selbst halt in so'm Kleingartengebiet auch aufgewachsen, also (interrupted by interviewer sign of attention) auch unweit von hier. Ja und sag ma, dass hat sich dann fortgesetzt und unsere Kinder äh sag mal sind dann genauso hier im Garten viel unterwegs gewesen eben halt und ham viel Liebe für Garten und Gemüseanbau und Kräuter und so weiter mitgenommen und praktizieren das jetzt in ihren eigen vier Wänden beziehungsweise entsprechenden Gärten.
- 69 **Interviewer:** [0:10:59.7] Haben sie aktiv versucht, das an ihre Kinder weiterzukommunizieren?
- 70 **Participant:** [0:11:02.7] Das sin Selbstläufer gewesen. Alles da ham wir äh sag mal äh wenn das Interesse da is, wenn ma dann das offen gibt natürlich Informationen weiter. Es is heute ich sag mal äh wo du äh meine Kinder erwachsen sind natürlich äh nochmal ne andere Fragestellung, als als Kind. (interrupted by interviewer sign of attention) Das war für meine Kinder völlig natürlich eben halt so aufzuwachsen. Wir ham allerdings auch seinerzeit Grundschulklassen hier von unseren Kindern im Garten gehabt und die waren sehr erstaunt, das Äpfel nicht im Gemüseregal beim Supermarkt wachsen, sondern auf einem Baum, oder auch Kirschen oder andere Dinge (interrupted by interviewer sign of attention) da äh waren wir damals sehr erstaunt, aber es zeigt einfach, dass Kinder unterschiedlich aufwachsen.
- 71 **Interviewer:** [0:11:40.9] Ja das is interessant, aber man hört ja immer wieder solche Sachen, oder auch das bekannte Beispiel mit der Milkakuh, dass Kinder Kühe dann als Lila einordnen würden. Ja, aber das is interessant. Wo glauben sie kommt Ihr Interesse für, also wir ham ja geklärt gehabt, dass ihr Interesse für Heilkräuter dann aufgeblüht is, als ihr oder als mit mit ihrem Kinderarzt (interrupted by participant) und das Interesse für Garten als Entität?
- 72 **Participant:** [0:12:07.9] Ich denke einfach äh durch's Elternhaus schon sag ma mit gegeben so (interrupted by interviewer sign of attention) 'n Stück weit, aber auch äh hör ma Garten is ja nich nur Lust und Freude eben halt, es is ja auch viel Arbeit (interrupted by interviewer sign of attention) und es äh sag ma ich hab 'n Verwaltungsjob und ich brauch einfach 'n Ausgleich zu dem, was ich im Büro mache eben halt (interrupted by interviewer sign of attention). Draußen sein. Also eigentlich klassisch.
- 73 **Interviewer:** [0:12:27.6] Ja, okay. Hatten sie Kontakt zu ihren Großeltern, wenn ich fragen darf?

74 **Participant:** [0:12:32.5] Auf jeden Fall ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

75 **Interviewer:** [0:12:34.5] Sind die auch Gartenmenschen gewesen?

76 **Participant:** [0:12:39.0] Ähm also es is so, (inaudible) äh als ich das bewusst wahrgenommen habe eben, lebte n äh nur noch eine Oma und ein Opa. (interrupted by interviewer sign of attention) und ich weiß aus den Erzählungen, dass sie selbst früher Gärten hatten. Äh da äh is mir aber nichts von bekannt, also es war schon nich mehr (interrupted by interviewer sign of attention) gegen, als ich äh eben halt (interrupted by interviewer sign of attention) in dem Alter war, dass da das da (inaudible)

77 **Interviewer:** [0:12:58.4] Haben sie in der Schule was dazu gelernt, oder hatten sie irgendwelche pflanzenbezogenen Kurse?

78 **Participant:** [0:13:03.1] Eher wenig. (interrupted by interviewer sign of attention) Eher wenig. Äh sagen mal so zu meiner Schulzeit gabs klassisch eben halt Biologie, aber gab's auch schon diese Spezifikation, die's heute gibt eben so, dass man da halt auch (inaudible) in der Naturwissenschaftlichen Bereich mehr geht, dass war einfach klassisch Biologie oder 's teilte sich eben halt in dieses so'n paar Sparten. Das war aber (interrupted by interviewer sign of attention) wenig wenig detailliertes.

79 **Interviewer:** [0:13:26.1] Wie stehen sie zu Selbstversorgung.

80 **Participant:** [0:13:29.0] Öh find ich total interessant, also wir machen's tatsächlich äh im Sommer, also ich find's super, sag ma 'n Salat zu mache, der sag ma zu äh 80% aus meinem Garten kommt, (interrupted by interviewer sign of attention) wo ich dann vielleicht nochmal äh jetzt gib jetzt gibt's Mais, aber der Mais is ja nich das ganze Jahr über (inaudible) in soweit. Einfach dit äh vielleicht nochmal 'n Mais dazu kaufe, oder äh das, was ich grade nich habe, (interrupted by interviewer sign of attention), oder was ich dazu möchte, äh das macht mir unglaublichen Spaß eben halt dieser im Garten zu ernten eben halt und eben selbst zu verzehren.

81 **Interviewer:** [0:13:55.9] Ja. Professionell ham sie kein Kontakt zu Pflanzen?

82 [0:13:59.2] **Participant:** Nein (interrupted by interviewer sign of attention) nein.

83 [0:14:00.7] **Interviewer:** Verwaltungsmäßig nich mit Pflanzen.

84 **Participant:** [0:14:02.7] Nein.

85 **Interviewer:** [0:14:03.4] Okay. Da heißt im Sommer im Sommer wirft der Garten Sachen ab und ich denk ma im Herbst das Obst

86 **Participant:** [0:14:11.0] Genau.

87 **Interviewer:** [0:14:11.2] Aber ganzjährlich is es nich drauf angelegt, sie zu versorgen, (interrupted by participant) oder?

88 **Participant:** [0:14:15.0] Nein nein nein (interrupted by interviewer sign of attention). Es is sag ma was man ganzjährlich ernten kann, also viele Dinge gehen ja auch in Winterruhe eben halt (interrupted by interviewer sign of attention) beziehungsweise gehen ja auch so weit zurück, dass man se nich mehr verwenden kann, also Salbei kann man halt im Winter noch ern ernten (interrupted by interviewer sign of attention) Öhm Grünkohl oder sowas sag ma hatten wir bisher nich, planen wir dieses Jahr tatsächlich ma anzubauen (interrupted by interviewer sign of attention) wo wär's dann doch im Winter auch ne Selbstversorgung, wenn ma so möchte, aber es reicht halt für eine Mahlzeit und dann nich äh für mehr, als 'n (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention) Selbstversorgung eben halt übertrieben.

- 89 **Interviewer:** [0:14:41.6] Grünkohl is doch typisch für die Region, oder?
- 90 **Participant:** [0:14:43.5] Absolut.
- 91 **Interviewer:** [0:14:44.1] Wundern sie sich nich, ich muss kurz mal in meinen Spickzettel schauen (interrupted by participant). Hätten sie irgendwas spezielles, was sie bei beim Magenbeschwerden verwenden würden?
- 92 **Participant:** [0:14:54.7] Also ich persönlich habe tatsächlich hin und wieder Magenbeschwerden und dann nehme ich allerdings Lakritze (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Das hilft meinem Magen (interrupted by interviewer sign of attention). Äh ja. Warum auch immer. Es funktioniert aber. Aber manchma versetzt Glaube ja auch Berge.
- 93 **Interviewer:** [0:15:08.4] Das kann sein. Es könnte aber auch am Anis liegen, der da drin is Anis soll (interrupted by participant) meines Wissens nach (interrupted by participant) gut für'n Magen. (interrupted by participant)
- 94 **Participant:** [0:15:15.8] Es funktioniert. (interrupted by interviewer sign of attention) sagen wir's ma so. Das is äh
- 95 **Interviewer:** [0:15:17.2] Ei des is, ich mein des is ich mein des is die äh das is die Hauptsache ne? (interrupted by participant) Meine is ja egal wieso es funktioniert, Hauptsache es äh (interrupted by participant) funktioniert. Okay. Is ihnen noch sonst irgendwas eingefallen, was sie mir hier im Garten zeigen wollen?
- 96 [0:15:28.2] **Participant:** Achso, das Gewächshaus könn's sich gern nochma anschauen.
- 97 **Interviewer:** [0:15:30.5] Gerne. Gerne gerne. Na, aber sie ham schön viel Platz, also. (interrupted by participant) 'S gefällt mir gut, sie ham schön viel Platz.
- 98 **Participant:** [0:15:38.5] Ähm (inaudible) is'n Garten (inaudible) Kinder und Erwachsene angelegt is eben so. Unsre Kinder haben's früher halt einfach toll gefunden, sagen wa ma unabhängig von uns (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) um den blauen (inaudible) seh sie nich eben heut, da vorn auf der Wiese zu sein.
- 99 **Interviewer:** [0:16:02.7] Hallo.
- 100 [0:16:03.1] **Other Person:** Hallo
- 101 **Participant:** [0:16:07.2] So und da des dürfen sie gerne rein schauen.
- 102 **Interviewer:** [0:16:10.9] Aja.
- 103 **Participant:** [0:16:11.4] (inaudible) so'n kleiner (inaudible) sein und was die Tomaten für Probleme haben, die scheinen nämlich irgendwie so mehr Arten von Krankheiten zu bekommen.
- 104 [0:16:16.8] **Interviewer:** Ja das öh hör ich oft. 'S kann gut sein, dass sie zu viel Wasser, zu wenig Licht ham.
- 105 **Participant:** [0:16:22.4] Ja äh das (interrupted by interviewer sign of attention) wir ham schon befürchtet, b äh verbrannt, weil's einfach auch sehr heiß war zwischendurch.
- 106 **Interviewer:** [0:16:28.0] Na, dann wären die nich so, also die Blätter sin ja relativ feucht noch. (interrupted by participant). Es kann Pilzbefall sein, dass (interrupted by participant) das hier Pilzsporen sind.

- 107 **Participant:** [0:16:38.3] Ah siehst'e, das hab ich gestern auch (inaudible) Abend sogar ah.
- 108 **Interviewer:** [0:16:41.0] Ja. Öhm ja is dies Jahr überhaupt kein gutes Tomatenjahr.
- 109 **Participant:** [0:16:44.9] Ne, also ham wir ja immerhin ham wir ja schon ma geerntet und wir ham gesagt, dass was wir ernten. (interrupted by interviewer sign of attention) Nehmen wir und dann wars das. (interrupted by interviewer sign of attention) Weder (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention) ja die Paprika, Tomaten. Is immer einma so (inaudible) hier wächst immer ma eine Pflanze, ja w Kohlrabi ham wir gestern grad geerntet, wobei der im Gewächshaus halt einfach schneller wächst. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is so. Ja
- 110 **Interviewer:** [0:17:06.5] Ich würd noch ein zwei Sachen vorne dann abfragen (interrupted by participant), die mir zur Auswertung dann helfen würden. Ihre Eltern kommen die auch aus der Region?
- 111 **Participant:** [0:17:22.3] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) ja.
- 112 **Interviewer:** [0:17:23.6] Also sind sie Urbremer, Bremerin?
- 113 **Participant:** [0:17:25.8] Ganz genau Urbremer. (laughter)
- 114 **Interviewer:** [0:17:26.7] Okay. Sie leben auch immernoch in Bremen direkt?
- 115 **Participant:** [0:17:29.6] Ja.
- 116 **Interviewer:** [0:17:30.0] Okay. Wann sind sie geboren, wenn ich sie das fragen darf?
- 117 **Participant:** [0:17:33.1] 1964.
- 118 **Interviewer:** [0:17:34.0] 64, okay. Ähm haben, sie arbeiten in der Verwaltung, was is ihr höchster Abschluss?
- 119 **Participant:** [0:17:42.0] Äh mein höchster Bildungsabschluss is äh die also MSA, also mittlere mittlerer Schulabschluss. (interrupted by interviewer sign of attention) also Realschulabschluss hat man den früher genannt. (interrupted by interviewer sign of attention), heute MSA (interrupted by interviewer sign of attention) genau.
- 120 **Interviewer:** [0:17:53.2] Würden sie sich als neugierig bezeichnen?
- 121 **Participant:** [0:17:55.0] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Definitiv.
- 122 **Interviewer:** [0:17:58.5] Und gerne draußen auch?
- 123 **Participant:** [0:18:00.2] Ja.
- 124 **Interviewer:** [0:18:00.8] Ja, auch. Okay. Trinken sie viel Tee?
- 125 **Participant:** [0:18:06.0] Ich versuche es (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Nein, nein also eher nein. So.
- 126 **Interviewer:** [0:18:10.3] Okay. Nur noch eine letzte Frage, ham sie eine spezielle Ernährungsweise, oder, also freiwillig oder unfreiwillig? Also Allergien, oder einfach Sachen, auf die sie achten?
- 127 **Participant:** [0:18:18.0] Äh also äh wenig Fett auf jeden Fall (interrupted by interviewer sign of attention), da ham wa viel Gemüse, also das is so äh sag mal nicht viel Fleisch. Sag ma, also ich will

jetzt nicht behaupten wenig Fleisch, aber nicht viel Fleisch eben so so, dass es so immer versuchen uns ausgewogen zu ernähren (interrupted by interviewer sign of attention) so, aber es ist ja auch immer relativ.

128 [0:18:37.3] **Interviewer:** Ja. Interessiert sie das Thema gesünder leben, oder gesunde Lebensweise?

129 **Participant:** [0:18:41.6] Öh auf jeden Fall ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

130 [0:18:44.0] **Interviewer:** Informieren sie sich dazu auch aktiv, oder eher passiv?

131 **Participant:** [0:18:47.1] Öhm eher passiv (interrupted by interviewer sign of attention) beziehungsweise zufällig, ja.

132 **Interviewer:** [0:18:50.1] Okay gut. Ja okay. Ja, dann würd ich sagen äh, den Zettel müsst ich noch unterschrieben haben von Ihnen, also können sie sich durchlesen, könne sie auch gerne dann die Unterschrift verweigern.

133 [0:19:01.2] **(unrelated to topic)**

### 7.3.2.3 Interview BO 3

- 1 [0:00:00.0] **Participant:** (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention) Wie zum Beispiel de schönen Knoblauch. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Na und ja Kürbis und (inaudible) Kartoffeln. Es is dieses Jahr auch seh ein sehr schwieriges Gartenjahr, weil weil dieses Jahr alles äh von Schnecken geplagt is (interrupted by interviewer sign of attention) durch dieses feuchte Wetter. (interrupted by interviewer sign of attention) Was die nich so fressen is halt, sind so diese Kräutersachen, die fressen se nich ne. Das is hier, das is jetzt **Minze** und ja öh ja ich weiß halt nich, was alles zu Heilkräutern zählt, also das ja noch ähm Lavendel da vorne. Is jetzt alles 'n bisschen verregnet, ne.
- 2 **Interviewer:** [0:00:42.2] Was würden sie damit machen, wenn sie es verwenden?
- 3 **Participant:** [0:00:47.1] Ja die, diese schöne Minze, die kann man ja als Tee nehmen, oder als als äh man kann da auch äh, die als äh Konfitüre oder Marmelade mit benutzen, also so als Geschmacksverstärker ne. (interrupted by interviewer sign of attention) und weiß ich nich was mach ich (inaudible) da alles mit macht (inaudible). Mh
- 4 **Interviewer:** [0:01:07.3] Würden sie was spezielles mit dem Lavendel machen?
- 5 **Participant:** [0:01:09.1] Ja Lavendel is ja eher so ne eigene Duft, ne Duftpflanze, also die is auch äh kann man sich auch äh um Schädlinge fernzuhalten. (interrupted by interviewer sign of attention) So als Sträußchen irgendwo reinhängen ne. (interrupted by interviewer sign of attention) In' Schrank und eigentlich ham wir auch noch Zitronenmelisse, die muss hier auch irgendwo sein. Ähm, diese anderen Kräuter, die ham wir eigentlich wie gesagt alle zuhause, ne so diese Esskräuter, wie Rosmarin und Salbei und ja. Thymian und solche Geschichten (interrupted by interviewer sign of attention) wir ham noch so'n kleinen Hofgarten und da is Kräuterbeet, weil das auch taktischer is, weil die Küche dann auch gleich da is ne.
- 6 **Interviewer:** [0:01:51.4] Ja versteh ich, Kräuter werden sehr schnell (interrupted by participant)
- 7 [0:01:52.6] **Participant:** Das man das nich extra aus'm Garten, also wenn ma die Möglichkeit hat (interrupted by interviewer sign of attention), braucht man das nich extra aus'm Garten dann noch äh nachhause fahren. Sozusagen, wenn man beide Möglichkeiten hat en.
- 8 **Interviewer:** [0:02:05.5] Ja, na ich versteh das. Verwenden die die Sachen zuhause nur um sie zu zu äh essen, oder machen sie damit auch äh äh gesundheitsbezogen?
- 9 **Participant:** [0:02:13.7] Ja ich äh (interrupted by interviewer sign of attention) ja n m zum essen auch und und äh, wenn man Sachen einlegt so auch wie hier Gurken und solche Sachen. Gurken ham wir auch eingelegt, dann kommen da dann auch Sachen mit rein, wie Dill und sowas ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Zum konservieren as also den Geschmack dann um leckeren Geschmack herzustellen sozusagen ne.
- 10 **Interviewer:** [0:02:33.2] Ja, ja. Ich versteh das gut. Ja. Eingelegte Sachen sind schon was feines. Legen sie selbst ein?
- 11 **Participant:** [0:02:40.1] Ja meine Frau macht das (interrupted by interviewer sign of attention) mhm.
- 12 **Interviewer:** [0:02:41.9] Die is da groß dabei?
- 13 **Participant:** [0:02:44.9] Ja, also sie macht halt viel Marmeladen, so verschiedene Sorten aus allem Möglichen, was wir so haben jetzt zum Beispiel is es Quitten. Is ja sehr speziell, is ja'n Quittenbaum da.
- 14 **Interviewer:** [0:02:54.5] Quittenbäume sieht man gar nich so häufig ja.
- 15 **Participant:** [0:02:56.5] Ne, die sind selten (interrupted by interviewer sign of attention). Das ne

portugiesische Birnenquitte. Weil die so schwer zu verarbeiten sind (interrupted by interviewer sign of attention) und viele Leute die nich haben ne, die sind ja sehr hart als Frucht.

16 **Interviewer:** [0:03:05.3] Ja es is aufwändig ja.

17 **Participant:** [0:03:06.3] Ja es is aufwändig ja, also wenn man mit Quittensaft herstellen muss, da möchte, das is schon (interrupted by interviewer sign of attention) und dann bemüht sie sich aber meistens mit ab und macht das dann (laughter)

18 **Interviewer:** [0:03:14.3] Ja, aber dafür, also es belohnt auch irgendwie, oder?

19 **Participant:** [0:03:16.5] Ja äh, sicher, vor allem im Wintermonaten hat man dann dann extrem äh leckere leckere Sachen, ne (interrupted by interviewer sign of attention), die, die mh vom Sommer dann konserviert sin und dann is das auch ma so'n Stück ja so Gartenjahr, was sich dann irgendwie ganze Zeit so hinzieht, ne.

20 **Interviewer:** [0:03:34.8] Ja, na ich versteh (interrupted by participant) das gut.

21 **Participant:** [0:03:35.8] Das man Käse und Sachen dann später noch, diese Köstlichkeiten auf noch zu sich nehmen kann. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja aber es is schon aufwändig, also es is viel Arbeit, das stimmt. Äh ja. Hab ich kräutermäßig? Ich hab hier hinten zum Beispiel ich weiß gar nich genau wie das heißt (inaudible) Da jetz nich so (inaudible) aus.

22 **Interviewer:** [0:04:00.0] Ah ich glaub hier is die Zitronenmelisse, die sie eben.

23 **Participant:** [0:04:02.4] Ja Zitronenmelisse ham wa. (inaudible) die is ja immer überall ne hier (inaudible) is ja auch irgendwie was, was was besonderes, aber ich weiß jetz grad nich, wie das heißt hier.

24 **Interviewer:** [0:04:16.2] Wie verwenden sie das?

25 **Participant:** [0:04:18.2] Das äh ich weiß nich, ob wir das schon ma verwendet haben, das kann man also, is glaub ich auch das absolute Heilpflanze, aber, was das jetz genau is, weiß ich nich. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Kann ich nich sagen.

26 **Interviewer:** [0:04:30.1] Darf ich'n Foto machen?

27 **Participant:** [0:04:30.9] Ja klar.

28 **Interviewer:** [0:04:32.5] Okay, dann einen Moment.

29 **Participant:** [0:04:33.7] Bestimmt leicht zu finden, weil, dass is so auch ne sehr schöne äh Bienen äh Bienenweide, also Insekten, für Insekten, die mögen das unheimlich gerne, diese blauen Blüten. Ich hab da schon seh viel abgeschnitten, weil das sehr wucherig is und jetz blüht hier aber, die blüht immer wieder nach, ne.

30 **Interviewer:** [0:04:53.4] Achten sie darauf, weil sie grad die Bienen erwähnt haben, dass (interrupted by participant) ihr Garten?

31 **Participant:** [0:04:57.1] Das machen wir auf jeden Fall (interrupted by interviewer sign of attention). Sieht man ja an unserem bunten Blumenbeet da ne. (interrupted by interviewer sign of attention) So is zumindest so sch teilweise ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Nachbarin hat auch so'n so'n Insektenhotel da (interrupted by interviewer sign of attention), also, aber auch sonst wüsst ich nich, wer hier so mit Kräutern un so. Is hier eher nich so und äh also jetz hier so jeden Garten in den Gärten, man sieht's auch, die sind leider leider in Besitz genommen, aber werden gar nich genutzt, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und das sind auch vielleicht Sachen, die

sich so wild ausgesät haben, aber is äh ja ham für'n Garten braucht man halt Zeit, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Da muss man immer (interrupted by interviewer sign of attention) bisschen am Ball bleiben und

32 **Interviewer:** [0:05:37.9] Es gibt ja einfachere Gärten, die gibt's ja schon. Mit viel Rasen, wo man einfach alle 2 Wochen drübermäht und dann is gut, aber wenn man da was rausbekommen möchte, (interrupted by participant) stimm' ich ihnen zu.

33 **Participant:** [0:05:47.3] Wenn an man was ernten, wenn ja, wenn man bisschen was ernten will (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention) meine Tomaten sind dies Jahr auch sehr schön.

34 **Interviewer:** [0:05:50.9] Ja stimmt, Tomaten hab ich gesehen.

35 **Participant:** [0:05:52.3] Ja die is, die werden noch.

36 **Interviewer:** [0:05:53.9] Kürbis, oder Zucchini is das hier, das (interrupted by participant) davor?

37 **Participant:** [0:05:57.2] Das sind äh (interrupted by interviewer sign of attention) da hängen se doch schon. (interrupted by interviewer sign of attention). Sieht gut aus ne? (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ja den hatt ich, das is von ner Nachbarin rübergewachsen, weil die hat so viel (interrupted by interviewer sign of attention) genau, da hat sie's drauf und ich hab's äh mir hier so'n kleines Gestell gebaut und man sieht (interrupted by interviewer sign of attention) gibt's ne gute, gib'ts wahrscheinlich ne gute Ernte.

38 **Interviewer:** [0:06:18.7] Das sind Kartoffeln oder? Hier vorne?

39 [0:06:20.1] **Participant:** Ja, die hab ich einfach, ich hatte noch so'n paar kleine Kartoffeln über und dann ich hier dieses ah w lag lange 's halt bracht, also da hab ich nie w irgendwas groß gemacht irgend (interrupted by interviewer sign of attention). Tu ich die da rein und jetzt sind die glaube die, ergeben, also die sehen jetzt nich so schön aus, aber die ergeben glaub ich ne ganz gute Ernte. R, obwohl das nur so'n Minikartoffeln waren (interrupted by interviewer sign of attention) da reingekommen sind ne.

40 [0:06:40.3] **Interviewer:** Solang die Kartoffeln nachher gut aussehen ne. (interrupted by participant) Rhabarber seh ich auch noch.

41 [0:06:45.2] **Participant:** Ja, das'n Himbeerrhabarber. (interrupted by interviewer sign of attention) Hinten hab ich noch'n andern Rhabarber. Ja. Vorne is ja unser kleines Ackerland, dass ham wir auch schon verkleinert, weil das is eigentlich, es is einfach 'n bisschen zu viel Arbeit. Man muss sich dann 'n bisschen gucken, was man noch äh macht (inaudible) (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention), weil das so hab ich also (interrupted by interviewer sign of attention) das ja mein kleiner Garten mit mein Kartoffeln und äh hab ich auch noch'n Kürbis und da hab ich noch'n Muskatkürbis vorne. In der Mitte hab ich ne Gurke, aber das is natürlich alles keine keine Heilpflanzen sozusagen (laughter), oder Kräuter sind's auch nich. Ja

42 [0:07:27.5] **Interviewer:** Himbeeren seh ich noch (interrupted by participant). Himbeeren seh ich noch, oder sind die schon auf der anderen Seite?

43 **Participant:** [0:07:31.5] Ne, die gehören auch noch zu uns. (interrupted by interviewer sign of attention) Die Himbeeren und dann (inaudible). Ja halt Taybeere, das is ja diese Schottland, England, so'ne gelbe. Auch ganz lecker. Ja ansonsten is dieses Jahr der Kampf mit den Schnecken, das is wirklich so. Also hier was abzugewinnen, was rauszuholen, das is schon ne, das ham natürlich viele Leute keine Lust zu und dann sagen se einfach moa dann machst'e gehst'e lieber zum Markt, oder sonstwo hin und holst dir das.

- 44 **Interviewer:** [0:08:02.5] Mhm, ja is verständlich, auf der andern Seite is es natürlich schönes 'n Garten zu haben. Ich mein was motiviert sie denn dazu, den Garten zu haben?
- 45 **Participant:** [0:08:10.9] Was mich dazu motiviert, das is 's is mein, das mein Hobby ne. (interrupted by interviewer sign of attention) bin halt'n Gartenmensch. Ich mach das gerne und das is für mich auch keine Arbeit. Ich mach das einfach weil's, weil ich da Spaß dran hab. (interrupted by interviewer sign of attention) Also wenn ich jetzt hier alleine bin so, dann dann sitz ich auch nich viel, also, dann bin ich irgendwo und mach irgendwas ne. (interrupted by interviewer sign of attention) So als also Ausgleich is das ne gute, ja zum Zeit äh Zeit in der Pandemie is da so'n Garten natürlich, der is so Highlight, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Wie schön, dass man so'n Platz hat, wo man einfach hingehen kann, wo man wirklich auch sicher is und es kann da nichts, gar nichts passieren kann (interrupted by interviewer sign of attention) und so als Ausgleich ne, grad wenn ma so mitten in der Stadt wohnt is das natürlich ne ideale Geschichte.
- 46 **Interviewer:** [0:08:51.5] Wie lang ham sie den Garten hier schon?
- 47 **Participant:** [0:08:52.4] Och wie lang hab ich den Garten schon? Über 20 Jahre (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Dann davor hatten wir dann schon Verwandte, die (inaudible) schon sehr sehr lange in Familien. Das is aber'n Pachtgarten ne (interrupted by interviewer sign of attention). Also ich ich würde auch nich nich die die die Pachtgebühren die sind so gering, da is es lohnt sich des auch gar nich das als eigen (interrupted by interviewer sign of attention) zu kaufen, also 's is 's is Quatsch. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.
- 48 **Interviewer:** [0:09:19.7] Wo, oder wieso ham sie sich dazu entschieden vor dann 20 Jahren den Garten hier zu pachten?
- 49 **Participant:** [0:09:24.7] Ja mit nem kleinen Kind und so (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Als, is ja hie auch ne ideale Geschichte mit dem See da nebenan ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Im Moment hat er ja leider Blaualgen, das wundert mich sehr, weil da waren eigentlich noch so gut wie noch nie Algen drinne. (interrupted by interviewer sign of attention) Weiß nich warum, aber s natürlich nich so schön zum baden ne.
- 50 **Interviewer:** [0:09:45.6] Ja, das stimmt. Obwohl ich auch schon welche gesehen hab, die da
- 51 **Participant:** [0:09:48.7] Ja wenn ma nich so empfindlich is (interrupted by interviewer sign of attention) und wenn man's (interrupted by interviewer sign of attention) nich weiß dann ne.
- 52 **Interviewer:** [0:09:52.0] Wenn man's nich weiß, ja das (interrupted by participant) is wahrscheinlich das
- 53 **Participant:** [0:09:54.0] Die ganze rote (inaudible) kribbelt, wenn man so bisschen empfindlich is, is das nich so schön, weil da müsste man sich zumindest gleich ab duschen und das kann man ja hier nich (interrupted by interviewer sign of attention). Da is es natürlich bisschen schade und selbst bei so'nem Wetter wie jetzt könnte man da schön hin gehen. (interrupted by interviewer sign of attention) und reinspringen weil's Wasser is ja warm. (interrupted by interviewer sign of attention) Is sogar ideal, weil dann s so aus meiner Sichtweise, weil dann ganz wenig nur da sind ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Hat man ganz (inaudible)
- 54 **Interviewer:** [0:10:22.3] Also ham, is das Interesse für Garten erst gekommen, also sie äh Vater geworden sind?
- 55 **Participant:** [0:10:29.5] Ne, ich hab eigentlich immer schon Interesse an Garten gehabt. Wir ham ja schon sehr lange unseren kleinen Hofgarten (interrupted by interviewer sign of attention), aber der is halt wirklich klein, wie's eben so is bei altem Häusern (interrupted by interviewer sign of attention). Der's nich so ergiebig, obwohl ich da mittlerweile auch unheimlich viel drin is. Wie gesagt, da sind die ganzen Kräuter drinne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ja. (inaudible)

is. Darf alles mögliche. Gurken, Tomaten und (inaudible) eigentlich auch hier sind wir äh äh zum sitzen benutzen wir den kaum, also 's eigentlich unser auch so'ne so'ne Quelle sozusagen ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne Erntequelle (inaudible) ja.

56 **Interviewer:** [0:11:12.2] Sind sie mit Garten aufgewachsen?

57 **Participant:** [0:11:14.0] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ich bin mit Garten aufgewachsen. (interrupted by interviewer sign of attention) Sonst äh weiß ich nich, wie man so gar keine Bezug dazu hat, aber kann man sich aneignen ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber, also hier is ja, sind ja die Wartelisten ellenlang. Hier kannst'e ja puh jahrelang warten, bis'e ma'n garten kriegst.

58 **Interviewer:** [0:11:31.0] Ja ich hab äh gestern gelesen 5 bis 6 Jahre.

59 **Participant:** [0:11:33.9] Jetzt na im Moment (interrupted by interviewer sign of attention) durch diese Geschichten da. Es wird wahrscheinlich wieder anders, es war auch mal anders. Aber der Trend geht ja auch dahin ne. Die (interrupted by interviewer sign of attention) jüngeren, die wollen ja auch gerne sowas haben (interrupted by interviewer sign of attention). Ah wie gesagt äh wir ham jetzt leider hier hinten die ganzen Gärten so keine positiven Erfahrungen, weil die echt sie kaum nutzen ne. Weil die ham meistens kleine Kinder, oder so, aber wenn man da nur zwei, drei Mal im Jahr da aufschlägt, dann find ich das irgendwie auch nich so richtig, weil es gibt bestimmt Leute, die das viel besser nutzen könnten, oder sich mehr darüber freuen würden ne, (interrupted by interviewer sign of attention) wenn sie Spaß haben. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber das is dann so besitz ne, wenn man den erstmal ergattert hat, dann hat man den, dann gibt man den auch nich wieder her (laughter).

60 **Interviewer:** [0:12:12.8] Man könnte ihn ja in der Zukunft nutzen, oder (interrupted by participant) ja.

61 **Participant:** [0:12:16.0] Ja vielleicht passiert das ja dann.

62 **Interviewer:** [0:12:18.2] Wurden sie in der Kindheit aktiv an das, an die Gartenarbeit rangeführt?

63 **Participant:** [0:12:23.3] Ja aber als Kind is man ja, macht ma das ja nich gern ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ungern. Erdbeeren pflücken und sowas, das ging grad noch, aber sonst hatten wir ja kein Lust als Kind im Garten rum zu-(inaudible) (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Aber Garten is äh wirklich so, da da muss ma richtig, da muss ma ich glaub da muss ma schon fast geboren zu sein um da so richtig Lust zu haben, dann naja (interrupted by interviewer sign of attention), da mitzumachen (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, so sieht das aus.

64 **Interviewer:** [0:12:56.2] Können sie sich an Schulkurse erinnern, die die Heilpflanzen äh angesprochen haben?

65 **Participant:** [0:13:03.5] Wahrscheinlich ja, aber das is äh dann nich so bei mir hängen geblieben (interrupted by interviewer sign of attention), weil ich sie sagt wenn wenn mit den Heilpflanzen hab ich's jetzt auch nich so unbedingt. (interrupted by interviewer sign of attention) Bin eher für die Gemüsesachen (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention), die essbaren, die richtig essbaren. Nein aber Heilpflanzen gibt's natürlich, da muss ma, wer sich wirklich gut auskennt, aber die sind wahrscheinlich nich da, is die hier, is die (name). Ich glaub die kennt die hat, die kennt so viel Pflanzen auch. Ich glaub bei dem Wetter heute sind sie, kommt gar niemand mehr. Das wäre der, der da drüben der Garten. (interrupted by interviewer sign of attention) Die kennt, also, die kennt jede Pflanze und so. Die hat'n richtig gutes, hohes Wissen, was sowas betrifft. (interrupted by interviewer sign of attention) Hat allerdings 'n pflegebedürftigen Mann und deshalb kann sie nich so (interrupted by interviewer sign of attention), kann sie auch nich so viel machen ne.

66 **Interviewer:** [0:13:51.1] Ah da kann ich gleich nochma vorbei gehen. Vielleicht is sie (interrupted by participant) ja da.

- 67 **Participant:** [0:13:54.0] Ne ich glaub nich. (interrupted by interviewer sign of attention) Heute is des vom Wetter her, is geh es hier fast niemand.
- 68 **Interviewer:** [0:13:57.9] Ja, ja ich hab mir ne äh gute Zeit ausgesucht, glaub ich.
- 69 **Participant:** [0:14:00.6] Ja Sonntags is sonst eigentlich ne gute Zeit.
- 70 **Interviewer:** [0:14:02.5] Ja nich mit dem Wetter nich so.
- 71 [0:14:03.9] **Participant:** Ha das stimmt, glaub ich das schreckt wie immer ab ne, ich bin auch nur hier, weil ich paar Sachen ranholen wollte und außerdem wollt ich nach Schnecken gucken (interrupted by interviewer sign of attention). Und ich hab hier auch 'n bisschen was geerntet (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) dann gibt's denn heute, gibt's nachher schöne Rote Bete Auflauf (interrupted by interviewer sign of attention) und dann hab ich 'n paar Kartoffeln da rausgemacht, weil die Pflanze sah so'n bisschen komisch aus (interrupted by interviewer sign of attention). Ja die ham auch, also obwohl die kann ma ja trotzdem essen. (interrupted by interviewer sign of attention) Die werden einfach so mit weggenagt (interrupted by interviewer sign of attention). (inaudible) gut.
- 72 **Interviewer:** [0:14:34.1] Wo kommt das Interesse zu zu n Nutzenbau her? Wissen sie das? Also wann sind sie darauf gekommen, jetzt Sachen anzubauen?
- 73 **Participant:** [0:14:42.2] Och das ham wa gleich von Anfang an gemacht, als wir den Garten hatten (interrupted by interviewer sign of attention). Da hatten wir sogar noch viel mehr.
- 74 **Interviewer:** [0:14:47.6] Aber auch mit dem Garten erst?
- 75 **Participant:** [0:14:49.9] Ja (interrupted by interviewer sign of attention), na als Stadtmensch hat man ja sonst kein (interrupted by interviewer sign of attention) keine Möglichkeit (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) irgendwas auszubauen, oder anzubauen, oder so ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenn man so'n Balkon hat, kann man auch'n bisschen was machen, grade Kräuter. Die passen ja auch auf'n kleinsten Balkon (interrupted by interviewer sign of attention). Mach ja auch viele Leute (interrupted by interviewer sign of attention) und ja.
- 76 **Interviewer:** [0:15:11.8] Wo informieren sie sich, wenn sie irgendwelche Fragen haben, also wenn sie irgendwas? (interrupted by participant)
- 77 **Participant:** [0:15:15.9] Mittlerweile natürlich im Internet. (interrupted by interviewer sign of attention) Steht ja alles drin (interrupted by interviewer sign of attention). Brauch ma ja nur eingeben und man auf der ersten, erst kriegt man Rezepte und grad zu diesen Heil und Kräuter un und so kriegt man ja jede Information, die man haben will in null Komma nix, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Wir haben natürlich auch Gartenbücher und so früher vor 20 Jahren hat man da noch drin herumgewälzt (interrupted by interviewer sign of attention), die sind noch da und die guckt man auch na ab und zu mal rein (interrupted by interviewer sign of attention) und man vergisst ja dann auch immer es eh i ich vergess dann auch wieder manche Pflanzen heißen und so. Ich (interrupted by interviewer sign of attention) bin jetzt nich so einer, der sich da das alles merken m will, oder muss, oder weil dann und diese normalen Kräuter, die kennt man natürlich ne, hier die wie die aussehen, aber 's is ganz schps ganz speziellen is ja eigentlich kennt, is ja alles mögliche sind ja äh Heilpflanzen und Kräuter ne.
- 78 **Interviewer:** [0:16:04.3] Ja wenn man weiß wie man sie anwenden (interrupted by participant) muss oder kann, ja ja dann schon.
- 79 **Participant:** [0:16:07.3] Gibt ja ohne Ende, also 's is ja so vielfältig, das Gebiet (interrupted by interviewer sign of attention), aber wer macht das schon ne? Das machen ja nich viele.

- 80 **Interviewer:** [0:16:14.2] Ja das stimmt. Ja ich such, versuch halt rauszufinden, was so an Wissen da is bei nich unbedingt Leuten, die sich ganz extrem damit beschäftigen, also 's auch interessant, sehr interessant, aber 's ja schon, also zum Beispiel würden sie irgendwas spezielles verwenden wenn sie wenn sie Magenbeschwerden oder Verdauungsbeschwerden hätten?
- 81 **Participant:** [0:16:29.5] Ja also, könnte man jetzt zum Beispiel **Kamille** nehmen, ne. (inaudible) so, aber macht man, ham wir auch schon gemacht, also Kamillentee selber, oder **Pfefferminztee** natürlich kann man machen und äh ja, aber sonst so, dass wir jetzt die absoluten Kräuterfreaks sind, kann ich auch nich sagen.
- 82 **Interviewer:** [0:16:53.6] Na, wie gesagt, da such ich auch nich unbedingt danach. Also. Also das sin ja schon zwei Sachen, die sind, also sind ja gut zu wissen (interrupted by participant) und hilfreich. Und bei bei Erkältung, bei bei Atemwegsachen, oder Husten, ham sie da irgendwas spezielles, was sie verwenden?
- 83 **Participant:** [0:17:06.8] Ja, da is jetzt zum Beispiel **Salbei** wunderbar ne (interrupted by interviewer sign of attention), wenn man sowas hat. (interrupted by interviewer sign of attention) Schmerzen auch, aber da kann man sich, das machen wir auch. Also trocknen den Salbei, der den wa jetzt zuhause haben, hier hatten wir auch ma welchen, aber. Hier is es im Winter einfach zu kalt für solche Pflanzen (interrupted by interviewer sign of attention). Die frieren dann weg (interrupted by interviewer sign of attention). Das is hier von der Lage he halt, wo die ganzen Häuser sind, da kann man das besser (interrupted by interviewer sign of attention), da überwintert das auch und dann macht man nochma'n bisschen Flies drauf oder so. Aber hier lohnt sich's nich wirklich, weil hier is es zwar im Sommer immer schön, merkt man auch, wenn's anderswo mh gefühlt nur 15 Grad is, is es hier gleich 20. (interrupted by interviewer sign of attention) Das natürlich auch die Südwestlage hier unten. Wir ham zuhause is dann, kann man diese Sachen gerne trocken wir Salbei wird auch immer getrocknet. Genau Salbeitee, das machen wir zum Beispiel für Schnupfen. Des is schon auch so'n Standard (inaudible). (interrupted by interviewer sign of attention) So, leider hab ich jetzt gar keine Zeit mehr, weil.
- 84 **Interviewer:** [0:18:04.3] Okay, das is voll okay. Dürft ich noch zwei drei schnelle Fragen stellen, damit ich das irgendwie. Okay. Äh(interrupted by participant)
- 85 **Participant:** [0:18:10.5] (inaudible) ich mach hier schon mal nebenbei meine Sachen.
- 86 **Interviewer:** [0:18:11.8] Ja na natürlich, natürlich. Dürft ich noch nach ihrem Geburtsjahr fragen?
- 87 **Participant:** [0:18:15.0] Ja bin jetzt am Montag 60 (interrupted by interviewer sign of attention), also 61er Jahrgang.
- 88 **Interviewer:** [0:18:21.2] 61er Jahrgang, okay. Sind ihre Eltern auch hier um Bremen rum aufgewachsen?
- 89 **Participant:** [0:18:24.7] Ja.
- 90 **Interviewer:** [0:18:26.1] Okay. Sie ham 'en Universitäts äh äh 'ne Universitätsjacke an, arbeiten sie für die Uni?
- 91 **Participant:** [0:18:31.0] Ja, aber ich bin jetzt nich studiert. Ich ich bin äh genau, ich bin in in äh als Haustechnik, inne Haustechnik.
- 92 **Interviewer:** [0:18:36.5] Haustechnik. Ihr ihr höchster Abschluss is dann, ham sie ne Ausbildung (interrupted by participant) gemacht?
- 93 **Participant:** [0:18:39.8] Realschulabschluss

- 94 **Interviewer:** [0:18:40.0] Realschulabschluss?
- 95 **Participant:** [0:18:40.9] Ja ja ja. Nee, normale Ausbildung ne.
- 96 **Interviewer:** [0:18:43.0] Als als was wenn ich fragen darf?
- 97 **Participant:** [0:18:44.3] Äh A Anlagenelektroniker. (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) und äh ich hab dann auch kein Ehrgeiz entwickelt weiter zu machen. (laughter)
- 98 **Interviewer:** [0:18:52.6] Und ham sie spezielle Ernährungsweisen? Gewollt, oder ungewollt? Also Allergien, oder Sachen, die sie einfach aktiv weglassen, oder aktiv benutzen jetzt speziell? Nein?
- 99 **Participant:** [0:19:01.0] Nein, also das wo wir bisschen drauf achten is, dass wir mindestens dreimal inner Woche vegetarisch essen (inaudible) wir essen jetzt nich jeden Tag Fleisch (interrupted by interviewer sign of attention) also und äh manchmal auch vier Mal. Je nachdem wie sich's grade ergibt.
- 100 **Interviewer:** [0:19:14.3] Okay. Zwei Fragen hab ich noch. Trinken sie viel Tee?
- 101 **Participant:** [0:19:16.5] Ich ja.
- 102 **Interviewer:** [0:19:18.4] Ja? Auch gerne, oder gezwungener (interrupted by participant)
- 103 **Participant:** [0:19:20.4] Aber keinen Schwarzen Tee (interrupted by interviewer sign of attention). Kräutertee, oder Kamillentee.
- 104 **Interviewer:** [0:19:23.9] Okay. Und wie stehen sie zu Selbstversorgung? Das is sie letzte Frage, die ich hab.
- 105 **Participant:** [0:19:31.4] Ja Selbstversorgung. Das is ja ne Form von Selbstversorgung. Brauch man eigentlich, beantwortet sich von selbst.
- 106 **Interviewer:** [0:19:36.7] Okay ja gut.
- 107 **Participant:** [0:19:37.6] Ne, also (interrupted by interviewer sign of attention) wir machen's gerne (interrupted by interviewer sign of attention) freuen uns über alles und vor allen, das schöne is auch, dass wirklich fast nichts umkommt, selbst wenn jetzt so'ne Kartoffel so bisschen grün angestochen is, kann man die ja noch kochen und abschneiden un trotzdem essen (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Ne, also da sind wir ganz gut. Ich hab zum Beispiel hier meine äußerst mickrige Bohnenernte (interrupted by interviewer sign of attention). Das is alles, was ich an Bohnen geerntet habe (interrupted by interviewer sign of attention) und auch das möchte ich nich umkommen lassen.
- 108 **Interviewer:** [0:20:06.8] Dann wird das doch mit (interrupted by participant)
- 109 **Participant:** [0:20:07.5] Auch das wird jetzt noch 'n mit den Kartoffeln in ein Topf geschmissen, dass kann ma jetzt noch (interrupted by interviewer sign of attention) lecker verköstigen. (laughter)
- 110 **Interviewer:** [0:20:13.6] Auch noch verarbeitet ja.
- 111 **Participant:** [0:20:15.2] Ja klar. Bei uns wird alles verarbeitet, was irgendwie. Das is Zitronenmelisse.
- 112 **Interviewer:** [0:20:21.1] Okay. Ja Dankeschön, das hat mir geholfen.
- 113 **Interviewer:** [0:20:23.5] Ja gerne.

114

**Participant:** [0:20:24.3] Äh ich hab jetzt hier noch 2 Sachen.

115

[0:20:26.6] **(unrelated to topic)**

#### **7.3.2.4 Interview BO 4**

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** So, ja ich ah ich äh transkribier' das alle, also ich schreib's dann auf.
- 2 **Participant:** [0:00:06.8] Mhm
- 3 **Interviewer:** [0:00:07.3] Und dann analysier' ich das.
- 4 **Participant:** [0:00:08.7] Ja
- 5 **Interviewer:** [0:00:09.6] Ah das (interrupted by participant) (inaudible)
- 6 **Participant:** [0:00:12.5] Also hier das (inaudible) jetzt erstma sagen, das is (name), den (interrupted by interviewer sign of attention) den du interviewst (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention)
- 7 **Interviewer:** [0:00:16.0] Ja das is (name), den ich Interview, den hab ich hier in (interrupted by participant) der Kleingartenanlage gefunden.
- 8 **Participant:** [0:00:19.4] Ich bin, äh ich kann mich ja kurz vorstellen.
- 9 **Interviewer:** [0:00:20.3] Gerne.
- 10 **Participant:** [0:00:20.9] Ich hab öh ursprünglich mal Ethnologie studiert, lange Zeit und Kunstgeschichte und Philosophie, bin dann in den äh, durch 'n Nebenjob im Studium in die Callcenterbranche reingerutscht und hab mein Studium nicht beendet leider, aber ja. Ja hat Vor- und Nachteile gehabt. Und dann bin ich ähm, is die Firma pleite gegangen; Internetblase is geplatzt. Dann bin ich äh, hier 'ne Ausbildung gemacht zum Multimedianewsdesigner, Infografiker und hab da sehr lange äh und eigentlich auch jetzt noch quasi also freiberuflicher, Fotograf, Webdesigner gearbeitet.
- 11 **Interviewer:** [0:01:02.6] Also du hast ne abgeschlossene Ausbildung?
- 12 **Participant:** [0:01:04.3] Damit hab ich, ja, dass is aber ne Schnellausbildung, also des war ne Intensivausbildung. Zwar in 'ne sehr äh in 'ner sehr renommierten Ausbildungsstätte zwar. Genau und seit mindestens jetzt schon doch bald wieder 20 Jahren, ne, warte mal überlegen, 12 Jahren in etwa, ich hab damit auf jeden Fall irgendwann auch ne große Krise gehabt, mit diesem Job, also äh Fotograf vor allem, hauptsächlich bei der Fotografie und hab ähm angefangen zu forschen nach Alternativen und das is so auch unser Berührungspunkt jetzt hier im Prinzip (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm ging damit los, auch, dass ein Boot von mir geklaut wurde - ich liebe Boot fahren, Kajak fahren - und ein Kajak wurde geklaut und dann hab ich überlegt, joa kann ich nich selber einen bauen? Und dann bin ich in dieses Thema Plastikmüll reingerutscht (interrupted by interviewer sign of attention) und fand das total schockierend, hab diese Doku geguckt, Plastic Planet, von nem äh Urenkel eines Plastikfabrikanten is des sogar und da fing das eigentlich an, dass ich regelrecht süchtig wurde zu recherchieren nach Alternativen, ne. Und hab dann eh riese riesen Wissensarchiv da aufgebaut, also von Wissenschaftlichen Aufsätzen, weil das hab ich in der Ausbildung gelernt, in der letzten journalistischen Ausbildung, recherchieren. Das kann ich. Konnt' ich aber immer schon aus dem Studium sehr gut, also da hab ich ne gute Spürnase und Strategien entwickelt, wie man ähm an Informationen kommt. Genau. Dann hat mir aber irgendwann auch jetzt vor sieben acht Jahren angefangen meine Gesundheit 'ne erhebliche äh Striche durch Pläne zu machen. Also ich hab ähm chronische Kopfschmerzen; Hab ich sowieso schon immer, äh das liegt in der Familie. Allergien hab ich auch und was weiß ich. Ja und auch das hat mich in dieses Thema, was uns jetzt hier heut zusammen führt im Grunde genommen auch hineingeführt, nämlich Gärtnern, selber gärtnern, dass heißt also, ich hab ähm, weil von konventionellen Ärzten hab ich keine Hilfe erfahren können (interrupted by interviewer sign of attention) äh und hab da auch angefangen zu recherchieren. Was gibt's für Möglichkeiten? Warum is ma nich gesund? Warum w äh wa wock wi wird man überhaupt krank? Wie alt kann man werden? Kann man auch ganz ganz gesund alt werden? So. Und ähm da bin ich auf einen Chinesen gestoßen, der soll 256 Jahre alt geworden sein. Das auch sehr gut dokumentiert alles is, können wa später ma ausführen so'n Gespräch, wenn dich das interessiert. Und der hat unter anderem mit Hilfe verschiedener bestimmter Kräuter auch das geschafft. Und so kommt, kam eigentlich so einer meiner haupt ähm Impulse kommt äh kommt von ihm jetzt äh mich mit Wildkräutern zu beschäftigen und mit Heilkräutern.

- 13 **Interviewer:** [0:03:39.8] Genau, deswegen (interrupted by participant) bist du da wahrscheinlich gut passend für meine. (interrupted by participant) Interviews.
- 14 **Participant:** [0:03:43.6] So und da hab ich ja immer schon eigentlich ein großes Interesse gehabt an an äh, da kannt ich meine Freundin, meine jetzig, noch nicht. Vor 5 oder 6 Jahren hab ich dann angefangen hier Wildkräuter zu sammeln, mir Bücher zu kaufen über essbare Wildkräuter. Äh die Sachen zu bestellen is zum Teil auch mo öh öh wirklich sehr teuer als Produkt (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Also sowas wie Jiaogulan mh. Reishi Pilze geht ja noch und Lingzhi Pilz, was dieser 256 jährige Chinese da empfiehlt; Goji Beeren. Goji Beeren kriegst du ja hier, is ja eigentlich ne heimische Art. Das wusst' ich lange nicht. Das wird jetzt so als Superfood gehypt, aber das wächst ja hinter der Brücke zum Beispiel, das heißt 's is ja nur die Wolfsbeere einfach, also (interrupted by interviewer sign of attention), eigentlich ne alte ei heimische Pflanze hier, ne. Und die enthält halt wirklich ne besonderes Cocktail von Antioxidantien und anti aging wirksamen Stoffen. Ja und das Thema anti aging is ja für mich halt seit dem bestimmend. Weil ich will nich altern, auf diese negative Art, wie man hier altert in dieser Kultur und das is dann wunderbar gewesen, dass ich die (name) kennen lernte mh mit ihrem Garten hier (interrupted by interviewer sign of attention). Das hat sich auch über Kräuter eigentlich ereignet (interrupted by interviewer sign of attention) und und sammeln und zeigen, weil ich hatte damals 'n jungen Mann bei mir wohnen, der f Sohn einer ähm meiner ersten Freundin, der nich so gut klar kam mit seinem Leben und den hab ich 'n bisschen betreut 3 Jahre lang, der hat hier ne Ausbildung gemacht und da hat ich ihn grade ma wieder überredet, oder fast gezwungen zu joggen und auf'm Rückweg fragt er mich, was sind das für Beeren. Und dann hab ich ihm das erklärt. Standen wir da rum auf dem Deich (interrupted by interviewer sign of attention) und das sind Hagebutten. Wilde Hagebutten. Das wissen viele nich, das alle Rosen hier irgendwann Hagebutten produzieren und die auch sehr schmackhaft und, genauso wie die Blütenblätter, ne. Das erklärt ich ihm grad und die (name) stand hier unten im Garten, höre das und so hab ich sie kennen gelernt. (interrupted by interviewer sign of attention) Also ham wir uns eigentlich auch über dieses Thema wilde Pflanzen, Pflanzenkunde, (interrupted by interviewer sign of attention) Pflanzen essen, (interrupted by interviewer sign of attention) Essbarkeit, Gesundheit, kennengelernt, ne. Ja und dann hab ich mich mit Feuereifer, äh seit ich (name) kenn da reingestürzt. Hier dann eben denn möglichst viele dieser von mir schon bekannten auch zum Teil aus Asien äh heim h hein beheim in a Asien beheimateten Wildkräuter anzupflanzen. Also Jiaogulan hab ich hier und was weiß ich, also einige ganze Liste kann ich da vor, können wa gleich ma rumgehen (interrupted by interviewer sign of attention), kann ich zeugen.
- 15 **Interviewer:** [0:06:02.1] Können wir gerne gerne mal rumgehen, dann kannst mir das. (interrupted by participant)
- 16 **Participant:** [0:06:04.0] Aber vieles is halt, hat nich geklappt, weil, als ich mir die Pflanzen, ich ha fast 300 Euro ausgegeben, es gibt ja Rühlemann's Kräuterversand. Kennst'e vielleicht. (interrupted by interviewer sign of attention) und das is ja wirklich der Spezialist überhaupt in Deutschland. Ein Glück is der hier so in der Nähe. Da kriegst du wirklich ganz viel besondere Pflanzen halt. Und wir ham dann so das gemeinsame Projekt ja aufgemacht; Ähm Permakultur Waldgarten. Da hab ich dann auch ne Fortbildung gemacht. Das heißt, weil wir so wenig Platz haben, wir ham diesen großen Baum da stehen und wir ham überhaupt hier da ham den Apfelbaum, (name) liebt Apf Äpfel sehr, dann kann also unter keinen Umständen weg. Und ähm das alles unter einen Hut zu kriegen, das is schon sehr schwer. Wir ham sehr wenig Platz, der Garten ist sehr klein, der Boden is Problematisch. Auf der Seite sauer, das mögen einige Kräuter, andere aber überhaupt nich (interrupted by interviewer sign of attention). Mh ja. Das is so erstma grob die Einführung in meinen Lebensweg bis hier her, ne. Jetzt ma deine Fragen vielleicht so gezielt.
- 17 **Interviewer:** [0:07:00.1] Also wir hatten ja eben schonma kurz gesprochen und du meinstest du wärst äh ein größeren Teil deiner Jugend oder Kindheit wärst du in äh Norddeutschland aufgewachsen, in Cuxhaven.
- 18 **Participant:** [0:07:09.0] Ja.
- 19 **Interviewer:** [0:07:09.2] Das stimmt, oder?

- 20 **Participant:** [0:07:09.9] Ja.
- 21 **Interviewer:** [0:07:10.3] Genau und dann bist du aus Norddeutschland weg.
- 22 **Participant:** [0:07:15.3] Genau. Ich bin ähm schon für mein Abitur, wegen meiner ersten Großen Liebe, bin ich zu meinem Onkel nach Koblenz gezogen (interrupted by interviewer sign of attention). Die wohnte in Bonn und da bin ich nach nem halben Jahr da abgehauen und zu ihr und hab da schon ne Wohnung allein gehabt mit 17 und ähm mein Abi da gemacht in Bonn und dann hab ich in Marburg studiert. (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) und ich wollt eigentlich in Köln Kunst studieren, freie Kunst, Malerei. Das war eigentlich so meine Orientierung. Bin da eigentlich auch noch in inner inner Form, ich bin eigentlich immer Künstler, was. Ich bin schon so'n ganzheitlicher Mensch und ich seh auch nich so'n großen Unterschied zwischen Kunst und Wissenschaft, so mal so ganz grundsätzlich gesagt, ne. Weil auch was ich hier so jetzt erlebe, mit meinen Pflanzen, mit den Kürbissen, ich seh das immer auch mit den Augen eines Gärtners, mit den Augen eines Wissenschaftlers, mit den Augen eines bildenden Künstlers, weißt, wie die ranken jetzt, hab ich gestern wieder Fotos gemacht. Kennst'e Karl Blossfeldt? (interrupted by interviewer sign of attention) Der hat diese stilisierten Pflanzenfotos gemacht. Jetzt kannst du hier so sehen, oder auch wirklich, das Bionikthema, ja. Können wa gleich ma um die Ecke gucken. Diese Spiralfedern, die die machen. Is ne ne ne Naturspiralfeder (interrupted by interviewer sign of attention), die ranken von den von den Kürbissen jetzt ne. Also das is schon spannend, wirklich, das äh ich geh ja eh auch abends oft noch lang und sammel Schnecken wie verrückt, aber was du da so erlebst und wie die Pflanzen sich gebärden auch je nach Wetter jetzt ham wa sch wenn's sehr heiß is machen die (inaudible) wie Körpersprache. Die Blätter machen dann so, runter um Verdunstung einzuschränken. Wenn's regnet machen's sich ja halt den Trichter, ne. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Und verrückt. Oder was ich jetzt (name) gestern grade erzählt habe, was mir aufgefallen is, ich hab zwei, drei Kürbisse sehr spät gepflanzt, da hinten (interrupted by interviewer sign of attention), die sind noch ganz klein, aber es scheint so, als ob die'n Jahreszeit äh Gefühl haben, weil die legen sofort los mit Blüte, Blütenbildung und Fruchtbildung (interrupted by interviewer sign of attention). Diese hier, äh die hab ich ja vor vor mh fast einderthalb Monate früher. Die ham sich viel Zeit gelassen erstma große Blätter auszubilden, volles Programm; Riesengroß zu werden und dann fe fangen sie an mit den Blüten, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und das is doch komisch, also es muss da irgendwie ne Chronobiologie auch geben und genau was da noch dazu passt zu dieser Beobachtung, komm ma hier rüber (interrupted by interviewer sign of attention), das nämlich ähm, dass die die ähm fru, vor drei Monaten hab ich angefangen Stecklinge zu machen von vielen meiner ganzen Kräuterpflanzen und Büsche (interrupted by interviewer sign of attention). Ging so Paar, ja. Und jetzt geht nicht's mehr (interrupted by interviewer sign of attention), also auch da, diese Wüchsigkeit, wie die so typisch sind, (inaudible) wenn's alles losschießt (interrupted by interviewer sign of attention), obwohl ja die Bedingungen jetzt eigentlich gar nich schlechte sind, sollt man denken (interrupted by interviewer sign of attention) so, trotzdem ham die Pflanzen scheinbar auch'n jahreszeitlichen, jahreszeitliche Bewusstheit.
- 23 **Interviewer:** [0:09:55.8] Ja. Ja ich weiß das von äh, ah ich weiß nich wie's bei jetzt speziellen Pflanzen is, ich kenn nur, also verschiedene Mechanismen von Pflanzen. Es gibt äh viele, dass was über Temperatur läuft, (interrupted by participant), oder über Sonne (interrupted by participant) und dann gibt's das ganze auch additiv. Also wenn zum Beispiel 10 Tage nacheinander ne gewisse Zeit an Sonne da war (interrupted by participant), dann wird geblüht, oder dann wird gewachsen (interrupted by participant) und das kann schon sein, das sich das
- 24 **Participant:** [0:10:17.1] Irgendwo Zählungen
- 25 **Interviewer:** [0:10:18.1] Äh (interrupted by participant), so bemerkbar macht, wie du grade (interrupted by participant) gesagt hast, ja.
- 26 **Participant:** [0:10:21.4] Ja ja ja. Ja ja, genau. Das sind die Begründung. Ja ja. Hab ich auch so'n Buch drüber, was die alles wahrnehmen können (interrupted by interviewer sign of attention). Das is erstaunlich, ja. Zählen auch tatsächlich ja, offensichtlich, ne. Ja.

- 27 **Interviewer:** [0:10:34.8] Wann bist du wieder zurück nach Norddeutschland irgendwann?
- 28 **Participant:** [0:10:37.9] Ähm ja, genau. Auch wegen, ich hab ja diese Ausbildung gemacht und äh da war ein Teil journalistisches Praktikum, da bin ich beim Weserkurier gewesen und ich war früher sowieso öfter hier in Bremen. Mein Vater hatte hier ne Freundin nachdem meine Eltern sich getrennt haben. Fand ich immer schon. Da waren wir hier zum Theater besuchen und so und meine damalige Freundin und ich, (inaudible) die hatte hier 'n, auch ne 'n Jobangebot ähm bei Nordwestradio, arbeitet sie auch jetzt noch als Journalistin. Ja da ham wir uns entschlossen hier her zu gehen, weil es auch so schon is hier mit dem See mitten in der Stadt. Komm ja vom Meer, weißte, und (interrupted by interviewer sign of attention) letztendlich fühl ich ich mich hingehörig, also ich bin 'n Wassermensch, ne Wasserratte und was ich dann als Journalist hab konnt' ich in der Mittagspause manchma hier eben ma schnell im Sommer baden und hier sch in's in's in's öh (inaudible) zurück, das war super und da dacht ich, 's hat Lebensqualität die Stadt. Die is genau richtig. Das fand ich Marburg auch schon gut, sin mh mh mh gutes Verhältnis an von Größenverhältnis zu Einwohnern, weil ursprünglich wollt ich ma nach Köln, oder Hamburg, oder Berlin und das ja völlig (inaudible), also is es ja gar nich, ne. Ja. Genau.
- 29 **Interviewer:** [0:11:49.8] Ja die Städte sin nochma größer, als Bremen, oder grade als Marburg. Also Marburg is ja (interrupted by participant) verschlafenes Studentenstädtchen.
- 30 **Participant:** [0:11:57.3] Ja. Ja, aber das (interrupted by interviewer sign of attention) hat Vorteile. Da gab es vor wie so klein Cambridge. Und du konntest halt immer spontan die Professoren und mh Mitstudenten treffen und musstest dich gar nich verabreden. Das kannst in Berlin und in anderen großen Städten ja nich machen.
- 31 **Interviewer:** [0:12:12.7] Ja, da kann man komplett anonym Leben (interrupted by participant). Hat bestimmt auch Vorteile, aber.
- 32 **Participant:** [0:12:13.8] Ja, eben, aber wobei ich erfahren hab, da ah ja, das is ja jetzt auch nich so thematisch und vielleicht interessant, aber das is schon so, wenn ma da in Berlin orientiert man sich meistens auch nach'm seinem Kiez, also nach'm Stadtteil, wo man wohnt. (interrupted by interviewer sign of attention) Das sind das wieder kleinstädtische Bezugfelder ja.
- 33 **Interviewer:** [0:12:29.9] Das stimmt auch. Ja.
- 34 **Participant:** [0:12:32.3] So und dann. Manche fü fühlen sich da verloren, aber ich hab auch umgekehrt erlebt, das manche dann mit Prenzlauer Berg is so das sie dann da speziell; Das dann wieder wie ne kleine Stadt.
- 35 **Interviewer:** [0:12:42.1] Ja (interrupted by participant). Ja die Stadtteile in Berlin ham ja auch die, den, ji ji jedes Stadtteil hat so sein Ruf weg (interrupted by participant) in Berlin (interrupted by participant). Also, ja ich ich verst ich versteh schon, was du meinst, ja. Wie bist'n du dann auf auf auf Garten gekommen, oder auf Pflanzen? Hattet's ihr (interrupted by participant) schon immer interessiert?
- 36 **Participant:** [0:12:58.3] Ja Garten, genau, grundsätzlich das Thema garten hab ich mit in die Wiege gelegt be gelegt gelegt bekommen sozusagen, weil mein Vater hat schon äh immer gegärtner. Der hat die Familie mit 'm Kleingarten versorgt. Seine Geschwister im Krieg und nach'm Krieg und ja dann hat er mh also wie noch kleine Kinder waren, hatten wir das sofort 'n Kleingarten in (interrupted by interviewer sign of attention) in Cuxhaven, da sin wa immer hin und ham dann f frühe Erinnerungen, also hat uns da immer mit hingeschleppt, als wir noch ganz klein waren und also da da hab ich sowieso schon immer 'n Bezug auch aus'm eigenen Garten sich zu sozusagen zu ernähren. Leider hab ich davon n nich so viel gelernt aus der Zeit. Also ich musste das jetzt alles im Prinzip neu, und muss das immer noch, bin dabei, n lernen, wobei das ja jetzt ne tolle Zeit is, weil ma kann ja mit Hilfe von YouTube äh von anderen Gärtnern kriegst du so viel tolle Tipps denn, also es is viel leichter heutzutage mit gärtnerischen Problemen, Schädlingen und Pflanzenkrankheiten und so klar zu kommen (inaudible) vielleicht als früher. Da brauchtest immer gleich Bücher, Fachbücher und so, ne.
- 37 **Interviewer:** [0:14:03.0] Die meinstest du, hast du auch welche zuhause, oder?

38

**Participant:** [0:14:04.8] Ja, massenhaft Bücher (interrupted by interviewer sign of attention), (inaudible) Gartenbücher ham wie auch jede Menge. (interrupted by interviewer sign of attention) Auf jeden Fall, das geht auch nich ohne, also ma kann zwar viel über's Internet erfahren, aber es gibt auch sehr gute zusammenfassende Bücher, ja, also sei es jetzt für Permakultur und (interrupted by interviewer sign of attention) der Depo äh Sepp Holzer und Bill Morrison und um sich die Grundlagen anzueignen muss man das auch lesen und sich da mit nem Buch reinhängen, find ich immernoch. Man kann auch alles über Film machen, aber, aber das is, ja, ich mein dann is man noch'n riesen Schritt in die Praxis, ne, weil gelesen (interrupted by interviewer sign of attention) un un und ah die theoretisch und Bücher und Filme und so hat ich schon lange, schon seit 20 Jahren fast, immer wieder tolle Sachen, aber dann geh ma in deinen eigenen Garten und dann siehst du vor Ort auch nochma ganz andere Probleme, oder Realitäten. (interrupted by interviewer sign of attention) So und das Problem is halt auch mh, jeder Garten is anders, der Boden is anders, die Lichtsituation, das Klima und jetzt is ja sowieso mh mit dem Klima tatsächlich schwer, überhaupt noch vorherzusehen, was was so geht in dem und dem Jahr. Jedes Jahr is so unterschiedlich. Eben ein Großteil der von Rühlemann da angeschafften Heilpflanzen sind mir kaputt gegangen. (interrupted by interviewer sign of attention) Weil das war erst total nass und ich hatte noch gar keine Erfahrungen mit den Schnecken, hab nur gesehen die stürzen sich auf alles, was irgendwie grün is und da hab ich sie, einfach ne große Scheu gehabt, die Sachen auszupflanzen. Dann wurde es plötzlich extrem trocken. Das war vor 4 Jahren, da ging es los mit der Dürreperiode. Dann könnt ich, hab ich viele Sachen nicht ausgepflanzt, erst im Herbst, erst sehr spät. Ich dachte das wird es vielleicht besser gehen, ne. Der Boden is hier relativ sandig, hält nich viel Wasser, äh is nach zwei, drei tagen Regen is hier schon wieder wüstenknochentrocken (interrupted by interviewer sign of attention), grad unter den großen Bäumen. (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Also macht man so seine Erfahrungen, ja. Ähm aber dir geht's ja jetzt auch um Wissensvermittlung, Wissensweitergabe und. (interrupted by interviewer sign of attention) So ne. Also wir hatten einen, ich hatte 'n ganz guten Freund auch, wir ha, ich hab ein Kräuterseminar gemacht, das passt vielleicht auch noch zu diesem weitergeben, weil solche Gruppen aufzusuchen, dass is auch schon ganz gut, die Idee. Also das hat ich vor 4 Jahren, als ich mich anfang mit Wildkräutern zu beschäftigen. Da hab ich erfahren, oh, hier gibt es in der in der ähm Klimawerkstatt heißt das, das so'ne Initiative da an der an der Luzie, ab geht die Luzie am Luzie Flechtmannplatz gibt's ja diesen Stadtgartenprojekt.

39

**Interviewer:** [0:16:31.8] Das hab ich äh gestern, vorgestern schon, ja, hab ich schon mal gehört, ja.

40

**Participant:** [0:16:34.7] Genau. Und ähm, weiß nich was sie jetzt so machen, aber da, die waren da sehr aktiv und da hatten sie auch so'ne Gruppe angeboten und da hab ich'n (name) kennen gelernt, mit dem hm mich leider inzwischen zerstritten hab, aber das is so'n polnisch, po aus Polen ursprünglich stammender Mensch und der ähnlich wie ich auch ganz viel Kräuter versucht selber in seinem Garten zu kultivieren, Heilkräuter. (interrupted by interviewer sign of attention) Auch für seine eigenen Bedürfnisse, ganz genau, wie dich das ja auch interessiert (interrupted by interviewer sign of attention), also der hat mir auch ma zum Beispiel **Spitzwegerich**extrakt dann gemacht, wenn ich Zahnschmerzen hatte, hat der mir das vorbei gebracht und das war auch sehr gut, weil wir ham so'ne kleine Gemeinschaft gebildet, dass möcht ich jetzt halt dann mit anderen muss ich das unbedingt bemühen, mich bemühen zu machen. Ähm ich hab ihm Pflanzen von mir gegeben und er von sich und so hatten wir immer 'n Backup. Wenn bei mir ma alles kaputt gegangen is durch irgend 'nem Grund, durch Schnecken, oder Frost, ja, dann ähm hatte er noch welche davon und hat mir wieder Ableger gemacht. So. So'ne Art Pflanz- und Wissensgemeinschaft. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Und auch wo man seine Erfahrung so tauscht, so kleine Tricks, ja. Zum Beispiel hat er, bei mir ging der Jiaogulan, das sah einfach ne tolle Heilpflanze, kann ich dir gleich ma zeigen, oder auch zum probieren geben äh, der mag nich gern von oben Wasser kriegen. Das hab ich aber lang nich kapiert. Bei mir ging die immer ganz schlecht und er hat rausgefunden, dass die von unten Wasser braucht und hat so'n Trick entwickelt, wie er in jeden, sowas hab ich seitdem hier bei vielen Pflanzen etabliert, in jeden Blumentopf unten durch das Loch 'n Docht macht (interrupted by interviewer sign of attention) mit nem Stück Stoff; Er hat Papier genommen, ich nehm Stoff, sodass die Pflanzen sich immer, die ham unten jetzt 'n Reservoir, da steht 'n höher da höherer Teller unten drunter, bei den Tomaten auch (interrupted by interviewer sign of attention) und die können sich so wie sie's brauchen, ihr Wasser ziehen. So'ner Art Dochtsystem, ne. Und seitdem geht der Jiaogulan zum

Beispiel super. Ja und so das, das is sehr wertvoll, das f das fehlt uns noch'n bisschen, ja, also wir strecken immer unsre Fühler hier so aus, ne. Wir ham da noch nette Pärchen um die Ecke, wo wir uns vorne kennen gelernt haben, bei der Wasserstelle, aber die ham Kinder und das is immer doch schon ja ganz anderer Schnack dann, wenn Leute Kinder ham, ham sie nochma und Beruf, das alles unter einen Hut zu, die haben da zwar auch viel Interesse signalisiert. Das eine Pärchen sind auch noch vorbeigekommen, ach und noch Erfahrungsaustausch und Pflanzenaustausch, aber is nix passiert seit jenem. Muss man sich hinterklemmen (interrupted by interviewer sign of attention) mhm.

41 **Interviewer:** [0:18:49.1] Vielleicht kann ich dir damit helfen, ich weiß nich, wie aktiv du auf Telegram bist (interrupted by participant). Ja? Es gibt ne Gruppe da, die heißt (name) (interrupted by participant). Kennst du die?

42 **Participant:** [0:19:00.1] Ne.

43 **Interviewer:** [0:19:00.7] Okay. Ah ich hab gestern ne Administratorin davon im Kleingarten kennen gelernt (interrupted by participant) und das is ne Gruppe, also für Wissensaustausch nich unbedingt, aber es is anschein ne Gruppe für, einer schreibt rein, hier da und davon hab ich noch Zeug (interrupted by participant), wer möchte das haben? Tausche gegen, was weiß ich. (interrupted by participant) Und dann (inaudible), also.

44 **Participant:** [0:19:16.2] Oh, das muss ich muss ich, siehst'e, (interrupted by interviewer sign of attention) hab jetzt keinen Zettel mit.

45 **Interviewer:** [0:19:18.4] Können wir gleich noch mal, ich hab's mir auf jeden Fall. (name) heißt die (interrupted by participant) Telegramgruppe.

46 **Participant:** [0:19:22.0] Ja is ja eigentlich einfach zu merken.

47 **Interviewer:** [0:19:23.0] Vielleicht äh (interrupted by participant) hilft dir das ja.

48 **Participant:** [0:19:24.8] Ja, auf jeden Fall, weil das is jetzt ein, ich hab mich eben leider mit dem zerstritten. Der ähm is dass dann in der Hinsicht der Kontakt is dann weg und hab jetzt schon so'n bisschen Muffen und da brauch ich und jetzt hab ich äh zum Beispiel ich hab von einigen Sachen, da stehen Sachen hier um die Ecke von von äh Johannisbeeren und Stachelbeeren Stecklinge (interrupted by interviewer sign of attention) gemacht. Hab ich zu viele, könnt ich abgeben. Tomaten hat ich auch zu viele, wusste aber nich, wohin damit. Mochte die auch nicht, fand's zu schade die ganze Arbeit (interrupted by interviewer sign of attention) dann plattmachen und weg werfen, also hätt ich die jemandem gern geschenkt. In meinem weiteren Bekannten und Freundeskreis hatten se auch alle schon noch Tomaten hier (inaudible) Nachbarn zum Beispiel (interrupted by interviewer sign of attention), ja da wär das zum Beispiel ideal gewesen, ne.

49 **Interviewer:** [0:20:07.4] Ja ne, aber dann dafür genau, in die Gruppe.

50 **Participant:** [0:20:09.1] Tja, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

51 **Interviewer:** [0:20:13.2] Also du meintest, dass du als Kind eher weniger, also du es zwar mitbekommen, aber du hattest eher weniger Interesse daran, das Wissen aufzunehmen, hab ich das richtig verstanden? (interrupted by participant)

52 **Participant:** [0:20:21.3] Doa ne, das hast du nicht so richtig verstanden, (interrupted by interviewer sign of attention) das is gut, dass du nochma fragst (interrupted by interviewer sign of attention). Interesse hab ich da schon gehabt, ah es war, boah wir sin einfach so mh wir mussten das einfach machen. Wir mussten im Garten, oder sagen wir ma so, mein Vater hat, vielleicht war das sein Fehler, er hat m ba eigentlich in vielen Bereichen mir immer sehr viel konkret gezeigt; Wie reparier' ich mein Fahrrad. (interrupted by interviewer sign of attention) Das kann ich alles. Und auch handwerkliche Sachen. Mein Vater is äh Bauingenieur gewesen im Beruf und mh, alles was ich jetzt immer so mach, pragmatisch, praktisch, das is, kann ich sicher auch deshalb gut, weil ich das immer gelernt hab. Nur das gärtnern nich. Das hat mich halt gewundert, weil er das eigentlich auch sehr gut konnte, aber es scheint so gewesen zu sein, dass er das immer alles organisiert und gemacht hat und wir waren jetzt

nur für die Hilfsarbeiten zuständig als Kinder (interrupted by interviewer sign of attention), weißt du? Das pflücken, Bohnen pflücken (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) abpulen. Vielleicht ma Kartoffeln ausbuddeln, und so ja, aber das war alles schon immer irgendwie fertig da und da hat er uns leider nich so an die Hand genommen sozusagen; Jetzt sä' ich das ein und dann kommt das und des is wichtig das zu berücksichtigen und so weiter. (interrupted by interviewer sign of attention) Das fang ich jetzt erst an zu lernen im Prinzip. Hatte sonst nie die Gelegenheit so großartig, oder wenig Gelegenheit das zu. Deswegen dieses Jahr hab ich auch, weil ich's so merk, an jeder Pflanze hab ich's schon mit den Heilpflanzen gemerkt. Es is zwar so, in jeder Pflanze hängt so viel Wissen dran, was erforderlich is, was sie braucht (interrupted by interviewer sign of attention), welchen Boden braucht sie, welchen pH-Wert soll der Boden haben, muss des Staunässe vertragen, kann sie Staunässe vertragen, oder nich? Muss der lehmig sein, sandig, humös, äh volle Sonne, Halbschatten, so. Wie oft gießen, auch hab i entscheidende Fehler gemacht, weil ich dann in meiner Pflanzenliebe ma den, ich tu den was gutes immer nur (inaudible) Wasser geben; Hab ich die meisten ersäuft, oder viele oft, ohne es so zu merken, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ja, da muss man erst so'n bisschen reinkommen und lernen auch die Sprache zu verstehen. (inaudible) haben, ich hab so wunderschöne, knallrot-violette ähm Buntnesseln und eine besondere Sorte, die hab ich selber ma einfach bei äh bei mir in der Stadtwohnung, wo ich wohne in der Nähe, um um, von jemandem geklaut in Anführungsstrich, es stand da auf der Straße so'n großer in som Topf (interrupted by interviewer sign of attention), da hab ich einfach'n kleinen Ast mitgenommen und oh Wunder des ging an. Und das begeistert (inaudible), hab ich schon vielen weitergegeben, ja, als Steckling, weil das ein wunderschöne Pflanzen is. Un dich weiß halt jetzt aus meiner äh Heilkräuterforschung, anti aging kra Käuterforschung, dass dieses, also ich nehm das auch als Tabletten inzwischen wieder ein. Phoskonin, also da sind halt bestimmte Terpene, die, auch grad das Phoskonin, is ähm, da gibt's eine Rezeptor in den Herzmuskelzellen und die ham halt da ne große Bedeutung für deine Gefäßgesundheit und und und Herzgesundheit. Ja. Diese Terpene da drin in der Buntnessel. Und ich hab jetzt eigentlich verlegenheitshalber nämlich nehm ich dann die manchmal. Ähm das Problem, was ich eben vorher auch nich wusste, was ich erst lernen musste is, wahrscheinlich gilt das für alle Pflanzen, äh, da fühl ich mich eben manchma so'n bisschen ohnmächtig, öhm, wie viel ist drin?. Wie viel Wirkstoff. Das weißt du nich, weil das kann extrem variieren. Ja. Also da hat ich in meine Phoskonin sind mir ja auch eingegangen, sonst, aber ich hatte dann auch immer Scheu, weil ich nicht wusste, nehm ich jetzt 3 Blättchen, oder sind die vielleicht durch den extremen Stress, den die hatten, Trockenstress, ham die besonders viel starke mh also besonders viel Wirkstoff ausgebildet. Das heißt ich mach mit den 3 Blättchen vielleicht ne komplette Überdosierung. Mir fehlen aber als als Leihe sozusagen, Endverbraucher, fehlt ja das pharmakologische Werkzeug, das zu bestimmen. Also man braucht letztendlich Massenspektrometer, oder chemische Mittel, genau zu analysieren, wie viel von dem Wirkstoff is da jetzt drin (interrupted by interviewer sign of attention). Und dann bin ich wieder, weil das mir bei dem Stoff zu riskant ist und bei anderen, einigen Heilpflanzen, leider ess ich die dann gar nich mehr aus'm eigenen Garten, bestell mir trotzdem, wie ich's eigentlich vermeiden wollte (interrupted by interviewer sign of attention) die Supplemente, weil da steht dann definitiv definiert drauf, dass ham die ja mit ihrem, müssen die ja mit ihrem mja müssen die ja machen, sonst dürfen se sowas nich auf'n Markt bringen, das hat 500 mg von dem Wirkstoff (interrupted by interviewer sign of attention), basta. Und das is kein Maximum, der ta ah Tagesdosis der Tagesdosis sein und dann bist du auf der sicheren Seite (interrupted by interviewer sign of attention). Das halt bisschen traurig, da such ich immernoch nach Wegen. Ich denk ma früher die Menschen hatten's da 'n bisschen einfacher. Nehmen wir ma an jetzt dieser Chinese dort, der immer in den Wäldern rumgezogen is und hat relativ konstante Klimabedingungen gehabt. Äh er hat sicher seine Standorte gehabt und sein Wissen darüber, wo steht welche Heilpflanze und hat äh puh weiß nich erstma ein Blatt genommen und gemerkt, oh die wirkt aber stark, weil von diesem Standort is besonders stark. So is des auch mit Tees und so eigentlich bekannt, ne. Mh, kumma hier zum Beispiel Oxalis ja. Is auch so'n Thema. Ganz spannende Pflanze hier, die hier in der Ritze, aus'n Ritzen kommt. (interrupted by interviewer sign of attention) Kann man auch essen, Sauerklee, hat äh Oxalsäure, schmeckt sehr lecker. Musste ma probieren. Und was mir aufgefallen is, auch genauso wie mit Löwenzahn, war, dass in den extremen Jahren jetzt, wo's so heiß war, bilden die Löwenzahn, die sind denn ganz klein, und aber ham extrem viel Bitterstoffe. Viel mehr als sonst. Wenn du'm Löwenzahn 'n optimalen Standort gibst, das kennst du ja vielleicht von Kräutern oder was, hat bei uns mal'n perma 'n Permakulturlehrer auch gesagt, hier, bei den

Kräuter, also mediterrane Kräuter schütten dann auch wie'n (inaudible), machst so'ne richtig extrem, dann werden das die besten Kräuter sein, ne. Darfst nich verwöhnen. Das sin halt so Spezialisten für Extremstandorte (interrupted by interviewer sign of attention), aber so da kommt ma jetzt in so'n Thema, ne, hier Beinwell is ja auch so'n Thema auch (interrupted by interviewer sign of attention)

53 **Interviewer:** [0:25:46.0] Beinwell war das. Ja mir is der Name nich eingefallen. (interrupted by participant)

54 **Participant:** [0:25:47.6] Für mich total wichtige Pflanze lange gewesen. Ähm als ich dann gesundheits selbstregenerationshalber angefangen hab' viel Sport zu machen hat ich dann doch prompt alle möglichen Beschwerden (interrupted by interviewer sign of attention). Im Handgelenk und ja mir fehlt ja auch das Wissen, dass du nich einfach so loslegen kannst, kilometerweise da runterzureißen jeden Tag, wenn dein Körper gar nich die Nährstoffvoraussetzungen (interrupted by interviewer sign of attention) geboten hast. So, das heißt Vitamin D, das hab ich dann auch irgendwann wollt ich auch, ich hat immer, wollt immer nich supplementieren, also keine Tabletten nehmen, sondern alles möglichst natürlich, aber das geht nich. Also Vitamin D schaffst einfach nich über Nahrungsmittel hier, das genug ranzuschaffen für deinen Körper und über Sonne schaffst du's auch nich. Du musst eine Stunde pro Tag inner, im Sommer tatsächlich das UVB Licht bei klarsten Licht dein halben Oberkörper (inaudible) Stunde geben, damit du deine 20.000 30.000 tausend Einheiten pro Tag kriegst, so viel brauchst du eigentlich. Solche Sachen ne. Und ähm ja, dass is halt. Ah ich bin aber, ich geb's nich auf, also zum Beispiel Omega 3 is jetzt'n v auch'n auch'n Thema, hab ich aber sehr teuer Geld von Norwayer so po du so Krillöl da bestellt, ich jetzt schon viel ausprobiert, weil ich eben weiß aus der Forschung, wir brauchen unbedingt regelmäßig Omega 3, das können wa auch nich selber herstellen so (interrupted by interviewer sign of attention) und es is in der heutigen Nahrung eben kaum noch drin. Wo is es aber drin? Zum Beispiel in Weidebutter, Weidefleisch von, am besten von Berg wa Wiesen. Die n ne gute Spurenelementversorgung hatten, ne. Und das is eigentlich auch mein sch mein Leitmotiv hier insgesamt beim Gärtnern und deswegen freu ich mich auch so jetzt 'n Garten zu haben. Auch'n bisschen mehr Garten. (inaudible) ich betreu' noch'n anderen Garten übrigens. Von nem Freund, dessen fr ah der jetzt'n Kind bekommen hat, die den grad erst übernahm, oder übernehmen will. Ja (inaudible) muss man so sagen, aber mh musst ja hier in so nem Kleingartengebiet so Auflagen erfüllen, pflegerisch, ne. Es darf ja nich komplett verwildern und ja da hab ich jetzt bei mit beiden Leuten jetzt hier den Deal, ich sorg' dafür, dass das durchgewunken wird und ihr keine Abmahnung kriegt, das heißt ich mach Rasen mähen und Hecke schneiden, wie die Auflagen sind, und dafür nutz' ich das gärtnerisch (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, dass war ganz schön hart, also das war echt viel Arbeit zum Teil, ne. Das is echt viel Arbeit (inaudible). Das hat ich unterschätzt, weil dieses Jahr is so, alles so wüchsig (interrupted by interviewer sign of attention), durch diesen Wechsel von Regen, Sonne, Regen, Sonne ham wir seit drei, vier Jahren eigentlich nich mehr erlebt. Das Pflanzen hier so abgehen. 'S is der Wahnsinn. Aber das macht eben dann Arbeit, wenn man äh das nich verwildern lassen darf. Ich würd viele ja lieber verwildern lassen in bestimmten Bereichen, Das machen wir bei uns hinten auch, kannst gleich sehen, aber nach vorne raus die Schauseite muss halt stimmen hier für die (interrupted by interviewer sign of attention) kleingärtnerischen Auflagen, ne. Prüfungen sind.

55 **Interviewer:** [0:28:39.4] Wann hat das angefangen, dass du dich damit dann, also äh in in Jahren jetzt gesprochen, wann hat das angefangen, dass du dich damit wieder mehr befasst hast?

56 **Participant:** [0:28:46.3] Womit?

57 **Interviewer:** [0:28:47.3] Mit gartenbezogenen Themen, mit Kräutern.

58 **Participant:** [0:28:51.2] Na ja Garten, also, mit den Wildkräutern wie gesagt is so sch n bes bestimmt jetzt 8 Jahre schätz' ich ma, 7 Jahre her. Meine Gesundheitskrise, meine massive und dann hab ich Heike kennen gelernt, dann hatt' ich ja erst wieder'n Garten. Davor f in Mecklenburg-Vorpommern wa hat ich ne Freundin, da hab ich auch schon mit Garten mich beschäftigt, wollte da Permakulturgarten auch schon anfangen, hab dann Hochbeete ge gebaut und gleichzeitig dann, ja, das 's egal. Ich will das nich so ausufern, aber nur die hat ihren eigenen Kopf gehabt, die Frau, da ham wir uns auch ziemlich überworfen ähm. Also das Thema interessiert mich eigentlich schon bestimmt 15 Jahre. Permakultur. So lang kenn ich auch das Buch von Mollison und Shawn und hat ich mir immer wieder aus der

Bücherei geholt. Nur fehlt es mir an der Möglichkeit das umzusetzen. 'S gab ja auch noch nicht ab geht die Luzie, das ja so toll, was da jetzt alles an Stadtgartenprojekten entstanden (interrupted by interviewer sign of attention) is (interrupted by interviewer sign of attention). Andernach war ja Vorreiter. Essbare Stadt, das da 2 Stadtgärtner gewesen, die das da entwickelt haben. Das ist eigentlich mein Ideal. Das schwebt mir hier im Prinzip auch vor und im Prinzip ist das Ding auch, (name) und ich sagen auch oft so, oder ich beruhige uns dann immer, wir müssen nicht alles in unserem Garten. Wir haben ja unseren Außengarten, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Wann nur ein kleiner Unterschied ist es halt schon, weil ich ja hier mit meinem, mit unserem Urin gießen kann und unseren, mein mein Spezialrezepte hab, warum die jetzt zum Beispiel alle so gut gehen, das hat sicher seine Gründe auch, weil ich die äh Pflanzenerde vorher schon speziell mit EM Bakterien äh, also ich hab ne ganz spezielle äh Technik da entwickelt. Kohle EM Bakterien ähm Pelit und dann wahrscheinlich eher ne schlechten Ausgangsbasis Humus, weil wir das lang nicht in Griff gekriegt haben, das Kompostieren. Aber ist'n Lernprozess. Also ich bin da nach eigentlich sehr am Anfang. Ich beschäftige mich zwar schon theoretisch bestimmt 15 Jahre, kann's immer nicht sagen, es kommt immer drauf an, wo man anfängt. Also im Internet aufgeschnappt hab ich im Zuge meiner Recherche Sachen da, die ich jahrelang hatte, alle möglichen Sachen, ja. Aber in der Praxis dann ja. Das, das geht jetzt im Prinzip seit 3 Jahren, oder 4 Jahren richtig intensiv erst los, dass ich das mache in der Praxis.

59 **Interviewer:** [0:31:14.0] Und auch hier, warst du die Zeit über hier in Bremen? Die 3 oder 4 Jahre (interrupted by participant), die du jetzt. Genau (inaudible)

60 **Participant:** [0:31:19.1] Ja, ja ja ja, ich bin ja schon seit 20 Jahren in Bremen.

61 **Interviewer:** [0:31:20.2] 20 Jahre, okay.

62 **Participant:** [0:31:21.2] Und da hab ich eben Seminar gemacht, hier bei dem Volker Kranz vom Baumrausch, der bietet ja Permakulturseminare an auf dem Parkieshof (interrupted by interviewer sign of attention), ist das Spannende auch, die haben auch immer noch so Permakulturprojekte jetzt aktuell. Mh, den hatten wir auch hier, den haben wir einfach mal hergeordert. War gar nicht so teuer wie man denken sollte, so'n Spezialisten sich mal einzuladen und da haben wir ne Gartenbegehung gemacht. Das, so Tipps von ihm zu hören, wie können wir da möglichst schnell hinkommen, in so'n Permakulturwaldgarten und da hab ich aber eben erst rückblickend kann ich sagen, da wusste ich einfach zu wenig. Das konnte ich hab zwar alles mögliche mitgeschrieben, eben durften auch ihn filmen, oder aufnehmen und das war aber alles, das ist eben doch viel, man kann das nicht einfach intuitiv, oder die wenigsten können das, sagen wir mal so, lernen oder kapieren, ne. Und dann hat man halt, ja, man hat so viele Fallstricke. Das ist halt einfach das Dilemma. In der Stadt ist es alles nochmal sehr speziell, ne. Wir haben vor 3 Jahren halt, das auch schon wieder 4 Jahre her, ich komme mal 'n bisschen wenn (inaudible) mal Zeitgefühl, ging das los, dass ich die ersten Stauden eingraben wollte, heb so tief aus, alles voller Glas, verbrannten Batterien.

63 **Interviewer:** [0:32:40.6] Batterien?

64 **Participant:** [0:32:41.5] Ja.

65 [0:32:42.0] (unrelated to topic)

66 **Participant:** [0:34:22.5] Ich hab ja auch mit den Leuten von der Luzie dann da'n Konflikt da gehabt. Ich wollte mich da erst engagieren, ich hatte auch zufällig mal den Mitinitiator kennen gelernt, den äh Dirk heißt er glaub ich. Weiß ich jetzt nicht mehr. Und hab dann das dumme Thema, für die unangenehme Thema eben Bioakkumulation (interrupted by interviewer sign of attention) auf's Parkett gebracht. Das heißt, es gibt Pflanzen, die sogar Superakkumulatoren sind, die du auf keinen Fall essen solltest in der Stadt (interrupted by interviewer sign of attention). Dazu gehört übrigens auch Löwenzahn, was ich fleißig gemacht hab (interrupted by interviewer sign of attention). Löwenzahn akkumuliert sehr gerne Quecksilber und ge Wildpflanzen sowieso sind sehr gefährlich, weil sie werden ja so geschätzt, weil sie so viele Minerale haben. Weißt du warum? Weil sie ihr meistens viel weit verzweigter und tiefer Wurzeln. Und genau dadurch nehmen sie auch viel mehr auf. Sie haben also quasi biologisch ne viel höhere Oberfläche. Und sie selber kommen mit diesen Giften, ne ne auch nicht so, also die lieben das auch nicht grade, aber sie haben halt Mechanismen

entwickelt, die dann in irgendwelchen Gewebeteilen zu akkumulieren, abzulegen, auf Halde zu legen, innerlich. Und insofern, ja, da gibt es die äh Ina Säumel, heißt der aus Berlin, die einzige, die das Thema in Deutschland ma angefasst hat, die hat auch Stadtgärtenprojekte da untersucht in Hinsicht auf diese Problematik, weil es in Berlin ja auch totaler Trend is da, seit längerer Zeit, schon länger als hier und eben auch durchgemessen ma alles so, ne. Ja und das äh, du kannst nicht in der Nat, so wie ab bei der Luzie, geht ab, äh ähm ab geht die Luzie. In so'ner Nähe zu so'ner stark befahrenen Straße. Da kannst du, eigentlich darfst du nich gärtnern.

67 [0:35:59.3] (unrelated to topic)

68 **Participant:** [0:36:29.5] Naja und jetz, wir trösten uns jetz halt einfach, dass ähm wir sagen, okay, wir riskieren's, auch mit den Wildpflanzen. Wir ham Anfang des Jahres, waren wir, ham wir sehr viel Wildpflanzen, ähm **Scharbockskraut** zum Beispiel Salate, also wir gehen hier immer los, immer auch unsere Wanderwege und Orte, wo wir so wissen, da steht Scharbockskraut mh. Was essen wir denn alles, ich hab's grad, jetz krieg ich's krieg Zugriff grade, aber wir ham, also wirklich, wir sammeln hier viel Kräuter ein.

69 **Interviewer:** [0:36:59.0] Was machst du mit dem Scharbockskraut?

70 **Participant:** [0:37:00.5] Einfach Salat. (interrupted by interviewer sign of attention)

71 **Interviewer:** [0:37:01.8] Einfach, einfach Salat?

72 **Participant:** [0:37:02.6] Ja (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, ich hatte, ich hatte Anfang des Jahres ganz schlimme Darmbeschwerden und die waren ds dadurch echt geheilt worden. Ganz erstaunlich. Wir ham ja auch'n bisschen länger als ma eigentlich darf, da war schon in Blüte, gegessen. (interrupted by interviewer sign of attention) Da fangen die an so zu beißen. Früher hat man das sogar gegen, da is so'ne bestimmte Säure drin, ne. Und ähm ich was Gefühl gehabt, was auch immer ich da hatte, äh Divertikel, oder keine Ahnung. Dacht schon, ich hab Krebs. Also w hab mir echt Sorgen gemacht. Das war w sehr schmerzhaft und Verdauungsstörung ohne Ende und irgendwas hat hier geblockt und das is es eben, was ich eh, wo äh weshalb mich Heilkräuter und Pflanzen interessieren, weil ich weiß, die ham ein unglaubliches Potential äh einen zu heilen. Aber du musst nur erstma herausfinden, wie, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und du musst wissen, wie du's kombinierst, zu welcher Zeit du die erntest, also da hängt so viel dran. Dieser 256 jährige Chinese, der hat sein Leben lang, seit er Kind is nichts anderes gemacht, als Kräuter zu sammeln und der hat auch ein spezielles Elixier entwickelt, das wird heute noch so als Elixier der 100 jährigen in China. Is aber eher'n Geheimtipp. Is kaum bekannt komischerweise. Das sind ähm, is ne Liste von f zum Teil obskuren Zutaten. Seepferdchenschwänze getrocknete und was weiß ich, wo du denkst, kann nich wahr sein, aber wenn du das googlest, dann kommst du erstaunlicherweise auf Sachen, wo die modernste Forschung sagt, ja, im Seepferdchenschwänzchen is tatsächlich so und so'n Stoff drin, ja. Einmalig, nur bis da bisher da gefunden, der meinetwegen, ich weiß es nich genau, was er macht, irgendwelche Schalter in deinem Körper umlegt auf das und das, ne. Und ich mein, dass is ja, das tun ja Pflanzen, das is ja das Tolle an Heilpflanzen, Heilpflanzen ähm schalten ja deine Gene an und ab. Ja. Wir bringen zwar 'n Set von Genen mit, aber darauf kann man, muss man sich auch gar nich ausruhen, oder sagen, oh, ich hab das genetisch. Was quatsch is inzwischen einfach, also das weiß man durch die Forschung, oder so. Aktivierst und deaktivierst bestimmte Genabschnitte durch deine Ernährung. Da spielt auch die Mikro RNA ne Rolle und all sowas. Pflanzen, wenn du Pflanzen aufnimmst, du nimmst die viel dav nimmst viel mehr auf von ihnen, als man so denkt. Nur über die Verdauung. Das geht schon im Mund los, über'n Speichel, über's einspeicheln, ne. Und je nachdem wie du die ja auch zum Beispiel jetz zum Beispiel, ob die alkohollösliche Stoffe hat, also das is alles wichtig zu wissen, ne. So ähm jetz aber mit dem mit dem **Polygonum Multiflorum** ja, gibt's jetz in China wohl grade total viele Leute kommen mit schlimmsten Leberverletzungen zum Arzt. (interrupted by interviewer sign of attention) Warum? Is'n traditionelles anti aging Mittel. Des heißt hat He Shou Wu, der Mann mit den schwarzen Haaren, weil's da die Legende gibt, dass da so'n alter 80 jähriger das Kraut gegessen hat und hat da wieder ganz schwarze Haare bekommen. Und deswegen essen das da auch viele älter Männer. Ich auch übrigens, hab's auch angefangen deswegen, ne. Mh, aber das kannst du eben nich einfach so essen, sondern du musst wissen, wie du das vorbereitest dafür, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Is da bestimmt, weil du kriegst nämlich in der Natur in der Regel, si jetz

so meine Gesamterfahrung, mein Resümee, du kriegst nichts geschenkt. Du kriegst immer ein Vorteil, den du mit zwei Nachteilen erkaufen musst (interrupted by interviewer sign of attention) und die einzige Tradition, in Form von Antinährstoffen mein ich das. Verstehst du? Also wenn du, wenn du Soja isst, hast du let Lektine, wenn du, wenn du äh ähm äh Getreide isst hast du Phytinsäure. Mineralstoffräuber und Blockierer erster Güte. (interrupted by interviewer sign of attention) Ungeschälten Reis auch. Und so is mit auch mit Heilkräutern. Du hast immer, du hast ein wunderbar ein Stoff, der super heilsam is, aber du hast auch Bitterstoffe mit dabei, die die Fressfeinde abwehren sollen, die überhaupt nich lustig sind lebertoxisch. (interrupted by interviewer sign of attention) Pyryza Alkaloide (interrupted by interviewer sign of attention), das war ja auch öfter ma in Medien hier, dass bei Rossmann Kräutertees zurückgenommen werden mussten, oder Honig, weil sich das über die Bienen dann anreichert (interrupted by interviewer sign of attention). So ne. Waldmeister darfst du ja auch nich, das Cumarin. Ja und die einzige Tradition, die ich bis jetzt kenne, also na gut, oder die einzigen zwei müsst ich ja einschränken, die des verstanden haben, das auszutricksen mit'm wirklich erstaunlichem erstaunlichem Wissen muss man sagen, oder Weisheit, 's is die traditionell chinesische Medizin und Ayurveda Heilkunde und und und Ayurveda Ernährung auch, ne. Was so in der in der traditionell Medizin hat hast du zu jedem Kraut immer noch ein Wächter, also ein Wächterkraut, dass is immer so'ne Kombination von Stoffen. Dann gibt es, dann wird dazu wieder Kraut mit Stoffen genommen, was die schlechten Stoffe von dem Hauptwirkstoffkraut in Schach hält, ne und so. Wenn ma sich da auch ma beschäftigt und die ham das verstanden und auch auszuhebeln gewusst, wie man dann das doch bioverfügbar und toxische Begleitstoffe äh zumindest besänftigt. Okay, ja. Das is'n altes Wächter, das is noch viel zu lernen von uns. (inaudible). Äh der Alltag, leider hat der Tag immer nur 24 Stunden, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ja, das is so rein praktisch komm ich hier kaum hinterher. Ich mach im Moment den Haushalt, also ich bin eigentlich arbeitslos aktuell (interrupted by interviewer sign of attention), so wegen meiner Gesundheitseinschränkung, weil das eben, naja immer wieder phasenweise vorkommt, dass ich 3 tage am Stück extrem Kopfschmerzen hab (interrupted by interviewer sign of attention) und deswegen is da auch, weißt du da is halt auch der Leidensdruck. Ich hab das schon lange, dieses Migränethema is bei mir in der Familie auch. Meine Mutter hat's, mein Bruder hat's, alle ham's da, die geben sich da irgendwie ab mit Betablocker, na was weiß ich nimmt mein Bruder jetzt. Bei mir hat der Scheiß irgendwann nich mehr geholfen und ich hab vor allem auch keine Lust mehr auf die Nebenwirkungen gehabt (interrupted by interviewer sign of attention), weißt, bei Allergien ja auch. Un dich geh'n anderen Weg, aber der Weg is länger. Also w ich fühl mich schon viel viel besser als vor 7 Jahren. Da konnt ich schon gar nich mehr grade laufen ohne das Gefühl zu haben ich fall um. Da hat ich aber wirklich ne extreme Krise, ja. Wahrscheinlich mich vergiftet mit zu viel Fisch anner Ostsee. Das war, is eine Vermutung gewesen. Ganz schlimm, weil da, bei meiner Freundin hab ich dann immer viel Fisch gegessen (interrupted by interviewer sign of attention) die wohnte wie gesagt anner Ostsee und ähm denn da hab ich erst später erfahren, das Fisch von der Ostsee kannst du gar nich mehr hier im Essen is Sondermüll. Die Ostsee is fast total versaut mit Schwermetallen.

73 [0:43:19.0] (unrelated to topic)

74 **Interviewer:** [0:45:01.6] Wollen wir bei dir im Garten ma schauen, was du hast und wie du was verwendest?

75 **Participant:** [0:45:04.6] Mhm. Genau (interrupted by interviewer sign of attention). Müssen wa 'n bisschen, du musst 'n bisschen lenken, weil ich ufer' gern aus.

76 [0:45:11.8] (unrelated to topic)

77 **Participant:** [0:49:44.8] Ähm Weil ich hab das jetzt eigentlich erst für meine Pflanzen endlich bestellt, kenn ich schon seit 10 Jahren das Produkt, hat äh vor 30 Jahren ein Prager Wissenschaftler entdeckt an an Rüben, das es ein Vampirpilz gibt (interrupted by interviewer sign of attention), oder es gibt überhaupt Vampirpilze, die andere Pilze fressen. Wir ham in der Landsch Wirtschaft massiv Pilzprobleme, auch die Biolandwirtschaft, ne, mit ihrem Kupfer sind se da ma zugange und ich erzähl immer allen, das kennt hier keiner. Ich versteh's nich, warum. Es gibt diesen **Phythium Oligandrum**, der frisst die. Und den kannst, da kannst du Saatgut mit beizen, da haste keine Pilzprobleme mehr. (interrupted by interviewer sign of attention) So, ne, ich hab äh jetzt hier noch kein Erfolg, auch hab

ich, deswegen mach ich's halt mal me me mit der vehement Methode, äh das direkt einzupacken, weil ich keine Geduld und keine Zeit hab mich zwischendurch immer Finger in 'ner Lösung zu tunken (interrupted by interviewer sign of attention), aber ich hab zum Beispiel zwei Tomaten da vorne auf der Ecke hab ich die stehen im Wind und Regen, die waren definitiv schon befallen (interrupted by interviewer sign of attention) und drei ma gespritzt mit dem Pilz hier, so 'ne Pilzlösung angesetzt davon, ne (interrupted by interviewer sign of attention); Topfit hier. (interrupted by interviewer sign of attention) Total ja, so war (inaudible) in grüner Landwirtschaft seit 500 Jahren wahrscheinlich nicht kapiert werden und in der Landschaftsgestaltung und dessen, das sind auch die Probleme die w, dadurch ham wir jetzt auch so viel Probleme mit dem Klimawandel, weil ähm wir ham die Landschaften hier ja, die Flüsse begradigt, nimm ma das Thema jetzt (interrupted by interviewer sign of attention). Zu schnelle Entwässerung, wir ham die Böden derartig enthumifiziert, das gar keine Wasserspeicherfähigkeiten mehr gibt. Das seh ich halt hier auch. Er hat scheinbar ma guten Boden anfahren lassen, oder der Vorbesitzer. Wenn's hier regnet, dann is da drüben das Gras wächst wunderbar weiter, äh n nach dem Regen, drei Tage. Da drüben bei mir is schon alles wieder trocken gefallen (interrupted by interviewer sign of attention), da kann man so ganz drastisch sehen, besserer Boden, mittelguter Boden würd ich sagen mit humösen Anteilen, ne, schlechter Boden da bei mir, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Bisschen verloren. Und wenn du natürlich jetzt so wie die da alle ah, ne, dann die Böden alle schon so ausgelaugt sind durch Anbau und was weiß ich, da ballert das Wasser natürlich runter nach ner längeren Trockenheit, dann kommt des Starkregen, das war früher bestimmt nicht so'n starkes Problem, weil es mehr Pufferkapazitäten gab, der Böden auch allein, für'n wahnsinnig, wie'n Schwamm Wasser aufnehmen (interrupted by interviewer sign of attention). Und jetzt nich mehr.

78 [0:52:00.2] (unrelated to topic)

79 **Participant:** [0:52:25.3] Der, der hat einen Aufsatz geschrieben, Steine zu Brot, der hat es nämlich verstanden, dass eben nicht nur die 4 Mengenelemente wichtig sind für ne gesunde Landwirtschaft und gesunde Landwirtschaftsprodukte und also auch gesunde Menschen, sondern äh mindestens 40 50 Spurenelemente noch dranhängen, ja. Und ähm das ham wir hier in Deutschland aber in vielen Gebieten nich mehr. Da is (interrupted by interviewer sign of attention) Selenmangel, Mobydlänmangel. Es is ja alles, wird nur noch alles ausgeschwämmt und der Mensch hat das noch durch Entwässerung verstärkt und dann is'n Schlüsselbereich auch, was macht der Mensch mit seinen Fäkalien? Das, die wenigen Spurenelemente, die wir jetzt noch haben und die nehmen wir auf, die scheißen wir ins Klo und dann gehen die ins Meer letztendlich. (interrupted by interviewer sign of attention) Und die kommen nich mehr nach. Ja und in in in, meine Zähne sind ja sehr schlecht. Ich hab mich intensiv, gehe seit 10 Jahren nich mehr zum Zahnarzt, weil ich mit dieser Art von Zahnmedizin irgendwann abgeschlossen hab. Da is schon so viel Geld in meine Zähne geflossen und ich hab gemerkt, es wird eigentlich immer nur schlimmer. (interrupted by interviewer sign of attention) So und ich hab dann eben Leute entdeckt, die sich intensiv äh da ähm Weston R. Price, ein Mediziner hat's in den 30er Jahren mit Karies international, auch als Ethnologe quasi beschäftigt und hat geschaut, wo gibt's kein Karies.

80 [0:53:37.7] (unrelated to topic)

81 **Participant:** [0:54:00.9] Ich hab Vollkorn früher gegessen, weil ich dachte, es sei gesund. Vollkorn so zu essen ist blanker Wahnsinn. Ist lebensgefährlich. Es gibt ein ein ein Ayurve ein ein Professor einer Ayurvedaheilklinik, der hat gesagt, er hat viele Freunde durch diesen Großen Irrtum, der hier als ge, dieses, dieser Mythos, dass es gesund sei, Vollkorn zu essen. In keiner Kultur wurde das gemacht, da wird das lange gewässert, das Brot lange zum trocknen aufgehängt, damit dieses Phytin in irgendner Form platt gemacht wird, ne, weil es gibt wirklich ähm sehr viele Nährstoffräuber in blankem Getreide. Warum? Weil das Getreidekorn will nicht gefressen werden, oder die Mutter, also die wollen alle nicht gefressen werden, eigentlich wollen, we, es gibt keine Pflanze, die freiwillig äh sich ergibt, oder gefressen werden will. Jede Pflanzenmutter stattet ihre Babies mit ziemlich guten chemischen Schutzmechanismen aus. Zum Beispiel das Gluten macht die Fressfeinde unfruchtbar und leicht blöd im Kopf; Vermehren sich dann nich mehr so stark. So grad die Gas Gräser ham ganz schöne Mechanismen entwickelt, dann Phytin äh um sich zu schützen. Die einzigen, das äh die

einigen Pflanzenarten die gegessen werden vollen sind Früchte. Die kannst du als Mensch und als Tier wa arglos essen, weil die sich ja so vermehren oft, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Die wollen ja, dass die Vögel die Steinfrüchte fressen und de de Steine woanders ausscheiden und dann wächst dann da 'n Kirschbaum. (interrupted by interviewer sign of attention) So (interrupted by interviewer sign of attention) Und ähm ah jetzt ha wir ma im Schnelldurchgang hier meine. Was ich jetzt hier mache, ich versuch dem Boden halt wieder die Spurenelemente zurückzugeben über Meerwasser. Das heißt ich nehm Meersalz vom Toten Meer (inaudible) Salz von Rossmann, da hab ich eben ein Arzt entdeckt, der sich immer gewundert hat äh auch aus'n USA, auch 30er Jahre zufälligerweise, warum sind die alle so krank schon USA damals und warum sind an, die Landschildkröte kriegt Krebs und die im Meer damals jedenfalls nicht. Und da is er dann auch auf diese Spurenelementethema gekommen und hat sein sein ähm neben seinem Arztjob angefangen mit Pflanzen zu experimentieren und später hat er nochma ne zweite berufliche Laufbahn gemacht, als er seine Praxis so geschlossen hatte in äh in Rente gegangen is, als Biolandwirt mit großem Erfolg. Da gibt's Fotos von riesigen Tomaten und Äpfeln und und er hat regelmäßig Meerwasser gegossen, verdünnt natürlich, ne. Aber ohne Versalzung (interrupted by interviewer sign of attention). So und warum funktioniert das? Weil im Meerwasser hast du sozusagen das ganze in einem isotonischen Gleichgewicht. Das, wenn du jetzt hier Speisesalz raufkippen würdest, dann würden da Pflanzen schnell totgehen de von dem Natriumchlorid. Aber wenn das Natriumchlorid, das wird sozusagen durch die anderen ähm Mineralsalze gepuffert, das Magnesium, auch die in ganz geringen Spuren vorkommen. Denn auch Gold und Mobydylän Jod, Brom, also die ganze Liste krieg ich jetzt gar nich so adhoc auf'm auf'm äh artikuliert, aber das sind, also sind echt ne Menge Spurenelemente, die im Meer sind und die wir auch brauchen. Die auch alle in uns vorkommen. So und das is halt das Tolle, was ich jetzt hier jetzt experimentiere, auch mit eben im Winter machen wir Sprossen (interrupted by interviewer sign of attention) und die leg ich auch in Meerwasser ein erst, ne. Und dann äh, weil es geht darum, für uns Menschen sind Minerale nicht verfügbar, sind eher toxisch. Du darfst also kein Mineralwasser trinken um Magnesium oder so zu bekommen. Das kann der Körper nicht vertragen. Das macht krank, auch Calcium (interrupted by interviewer sign of attention). Führt zu Ablagerungen und was weiß ich für Problemen, ne. Sondern du musst bioverfügbare Formen haben. Das heißt das muss in organischen Bindungen und dafür brauchst du Pflanzen und Pflanzen ihrerseits brauchen übrigens dafür, können das selber auch nich, Boden äh Bakterien und Pilze. Mycorrhiza und bestimmte Bodenbakterien (interrupted by interviewer sign of attention), die sozusagen diese diese mineralischen Stoffe, äh n nich chelatiern, is auch'n Begriff in dem Zusammenhang, aber aber so ich nehm zum Beispiel Zinkrotat, ich nehm würde, oder ich nehm Magnesiumcitrat, wenn ich schon Supplemente nehme. (interrupted by interviewer sign of attention) Also du brau da in der Form kann dein Körper es nämlich verarbeiten (interrupted by interviewer sign of attention), aber wenn ich wie bei Rossmann Billigprodukte mit Magnesiumoxid, dann, ja wenn du dann nich noch zufälligerweise auch Obst isst, Äpfel oder irgendwas anderes, dann belastest du dein Organismus ziemlich, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Weil der Körper kann das nich verarbeiten, seine Zellen brauchen das immer in 'ner organischer Form. (interrupted by interviewer sign of attention). Jetzt gehen ma ma darüber hier. Willst'e eigentlich was trinken, kann ich dir was anbieten, Kaffee, Tee (inaudible)

82 **Interviewer:** [0:58:40.5] Äh na ich na danke.

83 [0:58:43.5] **Participant:** Extrem Heilkräuterteemischung.

84 **Interviewer:** [0:58:47.9] Also würd' gleich vielleicht 'n Tee nehmen.

85 **Participant:** [0:58:49.4] Ja. Also das vielleicht is Baumspinat. Den lieben wir sehr, weil der is unheimlich wüchsig. Jetzt mach ich da hinten noch'n Wald, weil hier kriegt der immer zu viel Wind, da fallen se alle um. Also äh das sind eben so Sachen, die die wir deswegen schätzen, weil die nich so so von den ganzen Schnecken und so angegangen werden so leicht, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Tja und Rhizomgewächs is dann halt überall, kommt dann wieder neu, so ähnlich wie Topinambur, ne. Und du hast viele Probleme nich, so wie mit den bodennahen Pflanzen erstma, ne. Weiß aber nich wie's is mit dem Akkumulieren von Schadstoffen. Das is wieder so'n Thema, wo ich noch keine Zeit hatte, nich genug rausgefunden hab, ne. Da ham wir hier Pfeffer, Szechuanpfeffer.

- 86 **Interviewer:** [0:59:32.1] Was verwendest du davon (interrupted by participant) medizinisch den Szechuanpfeffer?
- 87 **Participant:** [0:59:34.9] Da, das is richtig, das sind nachher Pfefferkörner ne, sonst, (interrupted by interviewer sign of attention) also letztes Jahr hat er noch nich geblüht und keine keine Früchte gehabt, da hab ich einfach die Blätter. Wenn du ma so'n Blatt reibst , dann ganz tollen aromatisch 'n Geruch und schmecken auch fantastisch. Kannst auch ruhig eins essen.
- 88 **Interviewer:** [0:59:50.2] Mh Szechuan (interrupted by participant). Ja schmeckt gut.
- 89 **Participant:** [0:59:52.9] Ganz ganz tolles Aroma, ne. Das ne Ölweide, die hatte auch Früchte, aber immer noch nich geblüht. War zu spät Frost gewesen. Das war auch Superfrüchte ham. Das ham wir eben von dem Volker Kranz da, Waldgarten, Permakultur Waldgarten. Ja und so'n Quatsch hab ich dies Jahr halt ma probiert, aber is ja auch gut, klappt ja irgendwie. Das sind halt Zucchini jetz, sind halt die Standard s Sachen. Sind in dem Sinne ja nich unbedingt Kräuter sind, ne. Und hier ham wir, äh wie heißt es jetz, ich vergess immer den Namen, hab da manchmal ne Blockade. Das is ja schon ahn Art Kraut, Würzkraut zumindest in (interrupted by interviewer sign of attention) Liebstöckel, genau, das entgiftet ja zum Beispiel sehr stark. Das mach ich regelmäßig mit in Smoothie rein. Ganz blankes Gras is auch Wahnsinn, was das für ne Energie hat, grade das erste im Jahr, mach ich oft Grassaft mit, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Is alles bisschen voll hier. Mh und das werd ich von dem von unserem Nachbarn auch wieder ernten. Das hier is frisches Gras gekommen (interrupted by interviewer sign of attention) , also Grassaft is auch der Hammer ne. Ah jetz werden se schon gelb.
- 90 **Interviewer:** [1:01:06.3] Gegen was oder für was setzt du das dann ein? Also Grassaft (interrupted by participant) zum Beispiel?
- 91 **Participant:** [1:01:10.0] Einfach zu allgemeinen Stärkung, ne (inaudible) mh, so ähnlich wie Brennessel, wir machen dauernd Brennesselspinat. Da is ja alles drin, was du brauchst. (interrupted by interviewer sign of attention) Es sind Eiweiße äh in der in der besten Form. Viel Besser als Fleisch, Fleisch muss der Körper erst zerlegen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich ess zwar gern Fleisch, aber besser is und wir bevorzugen das auch jetz so z solche, ach hier, das hier is ja ähm hach. Ich muss ma irgendwie 'n Stück Zucker nehmen. Ich hab Unterzucker vom vielen Reden. Das is ähm, wie heißt die Beere jetz, nich Brombeere, die so auch so so braune Beeren (interrupted by interviewer sign of attention). Da is allein das Laub schon total nahrhaft, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Kannst du auch schon, aber jetzt äh ähm, komm gleich drauf (interrupted by interviewer sign of attention), ne, ne nich so bekannte hier. (interrupted by interviewer sign of attention) Beere, (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) aber, wie heißt am Baum die Beere (interrupted by participant). Ganz schwarze Früchte (interrupted by interviewer sign of attention). Ich ha ne App, ich hol die, ich hol gleich meine App. Die weiß das. Mein Gedächtnis das nich mehr mit macht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja (interrupted by interviewer sign of attention) Maulbeere, genau, super danke. (laughter) Hier is ewiger Kohl, auch'n Geheimtipp, kennen sie in Holland alle, aber 's erste ma ham wir ihn so groß und so wüchsig. Das auch fantastisches Gewächs. Der schmeckt wahnsinnig lecker, viel milder als Grünkohl, zarter, brauchst nich so lange zu kochen, extrem wüchsig, aber ich hatte ihn sonst da stehen und immer nur Schnecken. Schnecken Schnecken Schnecken und wir ham fast nie solche großen Blätter gehabt. Jetz hab ich ihn da hinten auf der Ecke stehen gehabt, wo wa vorbei sind schon und irgendwann hab ich gedacht, jetzt reicht's. Jetz pack ich den in Topf, der Topf steht auf drei spitzen Steinen, da kommen jetz kaum noch Schnecken hoch, bis jetz noch keine einzige da gefunden und na jetz geht's. Jetz ham wa schon zwei 'n fetten großen Topf davon gegessen innerhalb von 3 Wochen (interrupted by interviewer sign of attention). Kann ich jedem empfehlen, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Und wenn du das halt gut versorgt hast mit Urgesteinsmehl, aber hier muss grundsätzlich, das hab ich noch vergessen, nich nur Meersalz is ne gute Quelle, sondern auch Urgesteinsmehl immer mit reinzumischen. (interrupted by interviewer sign of attention) Dann ähm, dass, man sieht es halt auch den Pflanzen dann an, die ham ne ganz andere Resistenz, das is halt auch was dieser Arzt aus den USA beobachtet hat, mit dem Meerwasser gießen, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) dass er viel weniger Schädlingsprobleme hatte. (interrupted by interviewer sign of attention) Nich nur größere und schmackhaftere Früchte, sondern auch weniger

Schädlinge. Und so is mit uns Menschen auch. 'N Großteil der Krankheiten und auch psychischen Krankheiten übrigens laut Forschung (inaudible) sich hier schlicht und banal, Mineralstoff, Spurenelemente generell. Ne. Is absurd ne? (interrupted by interviewer sign of attention) So weil's halt so einfach is. Aber die Pharmedia will das nich. Die verdienen nämlich dadran nich. Das kannst'e nich patentieren. Das is letztendlich wahrscheinlich die einfache Erklärung, warum diese Art von Wissen hier irgendwie unterdrückt wird. Wobei ich versteh's gar nich, eigentlich is es so einfach; Du musst dein Vitamin D Spiegel versorgen und dein Spurenelementespiegel und du musst dich entgiften von den unter Umständen in deinem Gewebe überall angereicherter ähm Schwermetallen und organischen Schadstoffen, die in Inflammationshemmern zum Beispiel (interrupted by interviewer sign of attention), also alles was auch in Kleidung jetzt hier drinne is, die Chlor Fluor, Fluorverbindungen. Wir kriegen hier ziemlich viel in die Fresse von allen Seiten, das muss man schon klar sagen und da muss man eben sehen, dass man dagegen hält, ne. Fluorid, die Fluoridierung von Zahnpasta, Aluminium, ganz wichtig und das sind alles für sich, jeder einzelne dieser Stoffe, sich, sind schon so blockierend für biologische Vorgänge und hemmend, dass es kein Wunder is, dass das wir hier in im im Vergleich zu anderen Kulturen so viel kranke Menschen haben und auch so viel Siechtum ab dem 50sten 60sten Lebensjahr. Hier wurden die Leute nur scheinbar älter als früher, das behauptet die Medizin immer, des stimmt überhaupt nicht übrigens, das wa das beruht auf falschen Auslegungen der Kirchenregister. Früher sind die Menschen nämlich auch ganz gut alt geworden, äh aber gesünder, das is der große unterschied, ne. Hier sind viele, werden sie ab 60 Pflegefall, oder ham schon ihr künstliches Knie drinne, ihre künstliche Hüfte, was weiß ich. Und dann gibt's aber, das hat mich halt auch total beeindruckt und auch nochma für dieses Gartenthema so'n starken Impuls gegeben, es gibt ja eine Langlebigkeitsforschung, die haben 5 Bereiche auf der Welt ausgemacht, die nennen sie blue Zones, blaue Zonen, wo Menschen besonders alt werden, aber gesund alt werden, 100 (interrupted by interviewer sign of attention), aber top fit. Auf Ikaria zum Beispiel, oder Okinawa, Japan, Ikaria is in Griechenland und wie machen die das? So und ein Faktor is der eigene Garten. Und das genießen wa grade jeden Tag, weil v direkt vom eigenen Garten auf'n Teller essen, besser geht's nich. Bei Kartoffeln versteh ich jetzt erst langsam, warum das so wichtig is, weil Kartoffeln sind total empfindliche Wesen. Wenn du die äh, wenn die Schnecke daran knabbert, färbt die sich schon gleich grün. Das heißt die sch, um die abzuwehren gibt die Mutterpflanze schon s 'n Signal Solanin bilden. Solanin is'n schön schönes Alkaloid, is heftig giftig, ne. Und ähm du kannst kaum krau Kartoffeln kaufen aus der Massenproduktion, auch bio nich, die das nicht haben, weil die immer, die werden maschinell geerntet und da kriegen sie schon Erschütterungen, kleine Kratzschürfwunden und dann dauert's noch, mit den Transportwegen bis sie im Laden liegen und bei dir endlich im Kochtopf landen, zwei bis drei Wochen. Und dann is die biologisch schon nur noch'n Bruchteil wert. Und auch geschmacklich weißt de? Der unterschied, wenn ich dir heut ne Kartoffel von uns frisch gekocht, eben ausgebuddelt, ja und das hat, is halt bei der Langlebigkeitsforschern is das halt aufgefallen, außer die Adventisten da in Kalifornien, die machen nicht so viel eigene Gartenkultur, aber alle anderen eigentlich essen direkt immer v aus'm eigenen Garten auf ihren eigenen Teller. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ein Punkt wahrscheinlich auch noch sind die Bodenbakterien, weil viele der Bodenbakterien sind für uns auch total wichtige Bereicherung, ne, für unser eigenes Mikrobiom, für unsere eigene Darmflora (interrupted by interviewer sign of attention), auch Mundflora und das fehlt alles, weil die Sachen die du ei ei einkaufst, die sind ja alle hoch gereinigt. Immer alles (interrupted by interviewer sign of attention) schön abgespült, ne. Außer die Mohr Mohrrüben, die ge hab ich auch deswegen immer gerne gekauft. Da is ja äh noch wenigstens ma'n bisschen noch was dran, so, ne.

92 **Interviewer:** [1:07:43.6] Ja. Ja versteh' ich. Hast du, also wie gesagt, hast du irgendwelche Kräuter hier, die du bei äh Unwohlsein verwendest?

93 **Participant:** [1:07:53.9] Ähm. Klar **Minze** zum Beispiel is da vorne. (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible)

94 **Interviewer:** [1:07:59.6] Was verwendest du von der Pflanze dann und gegen was?

95 **Participant:** [1:08:02.6] Bei bei bei den ganzen Schmerzen. Steck ich mir direkt in die Nase, hier die Minzblätter (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm Minze hat tatsächlich erforschtermaßen, Minzöle essenzielles Öl, wenn du das davon machst, ich wollt mir auch schon ne

Destille kaufen, schon paar Mal, weil so ist es natürlich nich so stark, ne. Wenn du das dann hier reibst, hier, ne, Klosterfrau is des glaub ich, dass die ham das sogar zertifizieren lassen, dass das Schmerzmittel wirkt. Dann blockierst du bestimmte Schmerzrezeptoren mit so Minzöl; Werden dann blockiert. Du wirst plötzlich, schlagartig hab ich's schon geschafft damit stärkste Kopfschmerzen, plötzlich weg. (interrupted by interviewer sign of attention)

96 **Interviewer:** [1:08:39.1] Also mit hier meinstest du n im n in der Nackenregion, hinterm Ohr?

97 **Participant:** [1:08:41.9] Da, genau, hier und da (interrupted by interviewer sign of attention) und an der Stirn anner Seite gibt's so bestimmte Punkte (interrupted by interviewer sign of attention), wo du das anwenden kannst, ne. Kannst aber damit auch machen, klar, ne. Ich hab auch, zum Beispiel **Beinwell** hab ich ja dir schon erzählt hab ich dann immer mir Umschläge mit dem Blatt direkt gemacht (interrupted by interviewer sign of attention), das hat ich von meiner Exfreundin auch, da bin ich ma vom Baum gestürzt, hab hab ne schlimme Verstauchung gehabt und extreme Schmerzen. Eine nacht nur mit som großem Beinwellblatt, kurz angekocht, eingewickelt, waren die Schmerzen weg. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja das so'n Stoff drin, Allantonin, oder so, unter anderem sehr stark, aber sind viele Stoffe. Das is halt auf die Synergie, äh den unsere Moderne Wissenschaft, die guckt ja immer nur auf ein Stoff und so monokausal, aber das is eben falsch, denn nur allein dieser Stoff als Creme extrahiert irgendwie aus Beinwell, der macht's nich. Der macht nich diese Wunderwirkung. Hingegen wenn du das ganze Blatt nimmst, hast du diese erstaunliche Wirkung, ja. Auch bei meinen, ja, ich hab dann so Umschläge immer mir richtig das einfach rumgebunden tagelang und hab das Gefühl, die ham so kleine Nadeln an der Blattoberfläche und das ich quasi, ich hab mir das immer richtig so raufgehauen, dass dann wie so das diese Wirkstoffe noch sozusagen besser in meine Haut injiziert werden (interrupted by interviewer sign of attention). Wie so von so kleinen Spritzenköpfen, verstehst'e? (interrupted by interviewer sign of attention). Ah kommst hier durch? (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) Ja so viel Sachen sind eben jetzt dicht blühend angegangen, ma gucken. Also das' mein Trampolin, eingewachsen. Ja hier hab ich so'n Provisorium gema gemacht wegen meiner Tomaten, dass die nicht nass werden. Die waren das, die waren total krank. (interrupted by interviewer sign of attention) Eine is dann leider bei Sturm abgebrochen sie hab ich mit dem Phytum oliganum wieder flott gekriegt, hier muss man bisschen krabbeln. Hier is meine, äh also ich steh (inaudible) total auf frische, nehm ich immer, wenn ich vorbei geh, nehm ich mir 'n bisschen, kannst du auch gerne, Petersilie.

98 **Interviewer:** [1:10:35.0] Benutzt du die irgendwie außer zum kochen? Also wenn du krank bist?

99 **Participant:** [1:10:38.9] Ja ne, im Prinzip is ist das Gesundheitsvorsorge. (interrupted by interviewer sign of attention) Vitamin C Quelle first Class und äh auch Spurenelemente, weil ich's ja gieße mit Meerwasser. Also die nehm ich, äh das is Gesundheitsvorsorge, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) lustig. Weil hier is **Brunnenkresse** auch und wenn du selber dauerhafte, verlässliche Vitamin C Quellen und hier sind ja Senfölglykoside drin (interrupted by interviewer sign of attention), wenn du Halsschmerzen hast, wenn du irgend'ne Entzündung im Mund, Zahnfleisch hast, so, ja, dann is heilsam is auch jetzt muss unbedingt, ich schaff immer nich alles. Weil des hier is äh, das hier is ja auch ne Heilpflanze, ähm im indischen Raum sehr bekannt, das ist die hach Japanische **Teehortensie**. Die is ganz süß. Die is 200 mal süßer als Zucker.

100 **Interviewer:** [1:11:42.6] Okay. Was machst du (interrupted by participant) damit?

101 **Participant:** [1:11:44.4] Und da gibt's da ja auch ne Legende mit Buddha, oder wird in in im asiatischen Raum Buddhismus wird doch immer das Wasser davon so auf die Köpfe gestreut und hm. Ja das ist einerseits 'n Süßmittel, aber das sind halt auch wieder Glycoside drin, die was weiß ich ganz breite Wirkungsspektren haben, ja. Mh Leber entgiften, was weiß ich alles. Also krieg ich grad nich auf die Reihe. Das zum Beispiel ist v dieses große, was da so rankt, das is jetzt Polygonum multiflorum, He Shou Wu (interrupted by interviewer sign of attention), das is eben auch so'n anti aging, so'ne ganze Reihe von Stoffen enthält, die dein Haar we äh wenn das Haar nämlich, wenn sobald Haar grau wird, is in deinem Körper schon sind Alterungsprozesse angestoßen. Wenn irgendwie auslichten übrigens auch. Und es is aber nich, das muss man nich hinnehmen, wenn ma sa öh mein Vater hatte das auch schon, so sagen immer viele, sondern das sind abwendbare und auch wieder reparierbare, denn unser Körper kann sich zu jeder Zeit tatsächlich komplett reparieren unsere Zähne übrigens auch,

sonst würd ich mich auch nicht so selbstbewusst hier präsentieren. Weil ich weiß inzwischen, es gibt dazu auch ne Forschung, die ham des auch schon geschafft, die Zähne kann man ähm, die wachsen wieder nach. Es gibt auch in anderen Kulturen, es gibt Berichte, das hat diese Forscherin vom Max Planck Institut da in Berlin auch inspiriert zu diesem Projekt, ähm das Zähne durch bestii, da sind Stammzellen und die kannst du aktivieren durch bestimmte pflanzliche Stoffe auch unter anderem und dann wächst an der Stelle der Zahn, wo er wie er mal war wieder nach, wie es bei Kindern ja normal ist mit den zweiten Zähnen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Nur das will hier gar keiner glauben, vor allem nicht das der Zahnarzt (inaudible) hört, das man dritte Zähne haben könnte von alleine, ne.

102 [1:13:23.4] **(unrelated to topic)**

103 [1:15:02.1] **Participant:** Sondern so wie in Afrika, dieses Miswak, da werden nur noch die, also die Ansätze, zum die über, wo das Zahnfleischübergang ist, das wird 'nem mit 'ner Spitze mit ner kleinen, ich hab mir so 'ne kleine Bürste besorgt (interrupted by interviewer sign of attention) und Miswak ist ja so 'n Zahnputzholz, das enthält ja auch gleichzeitig gute antibakterielle, antibiotische Wirkstoffe, aber ja es ist eigentlich ja auch nicht nötig, ne. Im Grunde genommen ist es ja, es ist ja zunächst mal hauptsächlich keine Infektionskrankheit für die du aber erst mal anfällig wirst, weil du in deiner Gesamternährung bestimmte Fehler machst. Keine Schwächung deines Systems herbeigeführt hast, so müsste man zusammenfassend sagen ja. Sonst kriegst du gar kein Karies. Von Xylit, äh kennst du Xylit, (interrupted by interviewer sign of attention) das ist von Birken da der Birkenzucker, heißt das auch (interrupted by interviewer sign of attention), das kennst du ne? (interrupted by interviewer sign of attention) Dazu ham sie ja in Finnland riesige Studien gemacht 10 Jahre lang und das ja enorm, ja. Dass du in manchen Familien grassiert das halt regelrecht, bei mir eben leider auch. Es ist zunächst mal auch 'ne ansteckende Infektionskrankheit. Aber die muss nicht jeder kriegen, genauso wie ja nicht jeder Schnupfen kriegen muss zwangsläufig. Meine Mutter, da ihr Leben lang war sie Ärztin, hat aber (inaudible) nie irgendeinen schweren Infekt gehabt, ne. Man muss nicht sich anstecken, aber man schafft keine bestimmte Bereitschaft für eine (interrupted by interviewer sign of attention) Ansteckbarkeit. Ist ja klar, durch Fehler. Was hab ich noch an Heilpflanzen da bei. Jede Menge sonst Wildsachen, die ich als Heilpflanzen sammel.

104 **Interviewer:** [1:16:24.7] Das zählt auch (interrupted by participant) für mich.

105 **Participant:** [1:16:26.4] Also ähm ähm ähm ähm Nelkenwurz ham wa hier, da diskutieren wir immer, ist das nicht zu viel, sollen wir den nicht mal weg. Der ist ja für die Zahngesundheit gut. Wir ham ihn jetzt in Smoothies gemacht. Ähm, aber das sind jetzt alles nicht Sachen, die ich im konkreten Krankheitsfall verwenden, also so mit meinen Problemen, die ich so hab. Wie gesagt, ich versuch die eher immer zu vermeiden, weil das ist eigentlich auch mein Weg, wenn es man soll das gar nicht so weit kommen lassen überhaupt erst Karies zu bekommen. (interrupted by interviewer sign of attention)

106 **Interviewer:** [1:16:53.9] Im Idealfall ja, aber trotzdem kommt's ja einfach manchmal (interrupted by participant) dazu, dass man dann krank (interrupted by participant), oder Beschwerden hat.

107 **Participant:** [1:16:59.3] Was hast du denn für Beschwerden?

108 [1:17:00.0] **(unrelated to topic)**

109 **Participant:** [1:17:25.5] , aber bei mir, (interrupted by interviewer sign of attention) erst mal gut, ich bade ja nur noch, ich geh das ganze Jahr durch in See (interrupted by interviewer sign of attention) und setz mich kaum noch Leitungswasser aus. (interrupted by interviewer sign of attention) Und es gibt auch Filter übrigens für Leitungswasser, weil ich hab, wenn ich jetzt zwischendurch noch vorm Jahr ist glaub ich die letzte gewesen, dass ich mal in meiner Stadtwohnung geduscht hab. Wir wohnen hier quasi, darf man gar nicht laufen sagen, (interrupted by interviewer sign of attention) also aber wir halten uns halt hier überwiegend auf (interrupted by interviewer sign of attention). So muss man's formulieren. 'Ne Stadtwohnung, wir ham, ich hab keine sehr schöne Wohnung, steht 'n Klavier, meine Bücherei, alles schön, ja ne, aber, toller Balkon auf 'n ersten Blick, aber ich bin da definitiv nur noch kränker geworden. (interrupted by interviewer sign of attention) Vor allem du hast die ganzen Ausdünstungen von den Möbeln, eh wir ham äh unter dem Parkett ham wir 'n äh PVC Boden noch 'n

alten, der gast aus. Also es is halt sehr speziell. Wenn ma länger nich da is merkt dann merkt man, hier stimmt was nich. Es stinkt. Unten is ne Gasheizung. Vorher war ne Ölheizung, die hat auch ausgegast, also Wohn Stadtwohnung is sowieso erstma haste schonma 'n ganzes ganzes Paket Grundbelastung mit (inaudible). Jetz ham wa noch eine dazu gekriegt, ne. Neu mit mit Mitbewohnerin, die extrem raucht 's zieht halt durch's ganze Haus der kalte Rauch jetz geht ja. Aber da hab ich übrigens auch schon angefangen mit Pflanzen (interrupted by interviewer sign of attention). Siehst'e? Eigentlich hab ich das Vorspiel für Garten, aber weil ich ja noch keinen haben konnte bin ich irgendwann auf das Thema gekommen Wohngesundheits durch Pflanzen, weil eh Wohngifte entgiften durch Pflanzen(interrupted by interviewer sign of attention). Hast da schon ma von gehört? Also die Nasa hat das erforscht und

110 **Interviewer:** [1:18:53.0] Also Pflanzen generell is ja auch das äh ähnliches Prinzip wie im Straßenverkehr, (interrupted by participant) dass äh du Fassadenbegrünung hast halt um die Luft zu reinigen (interrupted by participant) und im Innenraum soll das auch funktionieren mit, wenn genügend Pflanzen da sind und mit speziellen Pflanzen (interrupted by participant). Ich glaub Moose sind da ganz gut für, aber würd ich mich (interrupted by participant) nicht drauf festnageln lassen.

111 **Participant:** [1:19:11.7] (inaudible) Ham wa auch versucht über'm Bett genau, Moos. Und äh Schwiegermutterzungen gegen Formaldehyd und äh was hab ich hier noch. Ich krieg's grad nich auf die Reihe. Is mir so fern grad das Thema, aber ich hab ne ganze Palette Pflanzen mir gezielt ausgesucht um die typischen Innenraumgifte, Toluol, die flüchtigen Stoffe wegzukriegen, wegzufiltern (interrupted by interviewer sign of attention). Damit ich's da irgendwie aushalte, als ich noch da sein musste dauernd. Also bevor (interrupted by interviewer sign of attention) ich jetz (name) hier kennen gelernt hab. Und des hat auch gut funktioniert da ach grad im Winter, wenn du so Feinstaub(inaudible) draußen hast wie verrückt so ne, kommst in deine Wohnung hast da des k und alles voller Pflanzen bei mir, immernoch. Ich muss da einma die Woche mindestens hin um mir alles gießen, weil ich mich nich von ihnen lösen kann. Aber ähm das schon wunderbar, also das zu haben, kann ich sehr empfehlen. (interrupted by interviewer sign of attention) Wobei die ja, es gibt Leute die sagen, das alles Quatsch, die erzeugen im Gegenteil noch mehr Probleme, aber das glaub ich nich. Gibt's jetz verschiedene Ansichten dazu ne.

112 [1:20:08.1] **(unrelated to topic)**

113 **Participant:** [1:20:32.8] Also ähm ja hier kannst du auch probieren, das is Goji Beere, die geht hier aber nich. Da

114 **Interviewer:** [1:20:41.3] Und die meintest du die wächst hier auch als, unter unter Wolfsbeere heimisch?

115 **Participant:** [1:20:44.1] Wolfsbeere genau.

116 **Interviewer:** [1:20:45.2] Okay. Benutzt du die für irgendwas?

117 **Participant:** [1:20:48.1] Ja da manchma das Laub jetz hier aber eben auch, weil der Boden so zweischneidig is. Ich hol lieber da wo ich sie her hab, die Stecklinge. Dann die Beeren nachher jetz ab Spätsommer geht's wieder los ne. Und ähm auch a zur allgemeinen Gesundheitsvorsorge, nich jetz speziell, also wenn ich jogge, bin hm ähm phasenweise lauf ich ja sehr viel, dann nehm ich da immer wenn ich da vorbei lauf in Mund und lass sie lange im Mund zergehen so, ne. Die sind nämlich nich so gefällig wie die, die du jetz im Handel kaufst also Goji Beeren, ja. Viel mehr Bitterstoffe sind wild wilder, ja (interrupted by interviewer sign of attention) und ich glaube wirksamer auch, ne. Aronia auch, aber die kommt hier auch nich, es ist zu schattig. Ja und das is eben des Wundergeschäft hier, sehr wüchsig. Das is dieses Polygonum multiflorum. Da bin ich eben jetz'n bisschen verunsichert, weil ich halt Forschungsaufsätze entdeckt hab, das es doch äh spezielle Methoden braucht, wie lang man es erstmal dämpft, oder erst trocknet, dann dämpft und in welcher Lösung es man dann gibt und Dosierung. Äh sonst hab ich immer ma so ein zwei immer so in Smoothie gemacht, ne. Aber das is eben doch gar nich so ohne. Auch mit den Standard Wildpflanzen, die man jetz hier so so kennt, ja Kumarin hast'e ja schon gehört vom vom vom Waldmeister, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm (inaudible) Beispiel jetz. Also es gibt eigentlich bei allen möglichen Kräutern auch

Maximalzahlen. Da musst du ma aussetzen ne Weile, damit das wieder abgebaut wird. Das reicht sich in deiner Leber dann einfach an und dann wird's irgendwann auch toxisch. Hier hinten ham wa ja auch ähm ja der (inaudible) vergessen zu zeigen. Bein Beifuß, aber der is ja auch immer au aus'm Garten so viel, nur soll der ja so bekämpft werden, weil is ja jetzt immer mehr Ambrosiaarten (inaudible) gibt.

118 **Interviewer:** [1:22:37.2] Was machst du mit dem Beifuß?

119 **Participant:** [1:22:38.2] Ja der kommt auch mit in Smoothie so. Das auch immer immer, ich mach immer wieder so grüne Smoothies und da kommen alles Mögliche jetzt geh ich hier durch'n Garten quer, je nach Jahreszeit auch immer, ne und manchma koch ich ihn auch mit als Gewürz, hab ich auch schon getrocknet (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible), geerntet, ne.

120 **Interviewer:** [1:22:57.0] Hast du was Spezielles, was du bei Verdauungsbeschwerden benutzt?

121 **Participant:** [1:23:00.7] Mh ja dafür is der **Beifuß** zum Beispiel gut.

122 **Interviewer:** [1:23:03.3] Dafür is der Beifuß gut, okay.

123 **Participant:** [1:23:04.6] Und ähm **Wermut** hier (interrupted by interviewer sign of attention), den ham wa hier, der is jetzt hier rüber gekippt.

124 **Interviewer:** [1:23:11.9] Was (interrupted by participant) verwendest du vom Wermut? (interrupted by participant) Oder vom Beifuß?

125 **Participant:** [1:23:13.3] Ja die Blätter, den kriegst du kriegst du ja kaum runter so, ne, aber musst du dann eben durch. Musst ma probieren. Jetzt stehen wa da. (interrupted by interviewer sign of attention) Wa kommt nach ner Weile, wart's ab du. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber das das is hier immer, aber toll, also das Aroma finde ich mh Wahnsinn. Musst ma dir jetzt des in die in die Nase pusten. Is ähnlich wie der Pfeffer. Is schon toll, also ma macht damit ja Schnäpse, auch Kräuterschnäpse und

126 **Interviewer:** [1:23:44.4] Ja da kenn ich den her, aber ich hab den noch nie pur probiert (interrupted by participant) gehabt.

127 **Participant:** [1:23:47.9] Ja siehst'e. (interrupted by interviewer sign of attention) Heftig ne?

128 **Interviewer:** [1:23:50.5] Firsts ne?

129 **Participant:** [1:23:51.1] Ja jetzt kommt ah oh das wird immer schlimmer. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber das is eben so'n Jammer, weil wir ham das ein riesen Fehler auch. Die Menschen früher, vor der Sesshaftwerdung schon sowieso haben viel mehr Toleranz gehabt für die Bitterstoffe, aber auch ne Fähigkeit zu unterscheiden denn. Es gibt Bitterstoffe die signalisieren Achtung, ich ich bin giftig (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) Gesundheit (interrupted by interviewer sign of attention). Achtung ich bin giftig und andere sind nicht giftig und sehr gesund. (interrupted by interviewer sign of attention) Und wir ham heute, ma hat hier die meisten Gemüsesorten das ja abgezüchtet, diese natürlichen Bitterstoffe und dann is es immer 'n totaler Schock für die Meisten Menschen. Nur schon Löwenzahnsalat zu essen, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ess ich zum Beispiel regelmäßig, ne.

130 **Interviewer:** [1:24:39.3] Ja um ehrlich zu sein, ich scheiter' schon oft genug an Rucola.

131 **Participant:** [1:24:42.4] Rucola magst'e auch nich?

132 **Interviewer:** [1:24:43.5] Och nich so meins.

133 **Participant:** [1:24:44.5] Oh

134 **Interviewer:** [1:24:44.9] Frischen Rucola schon. Was, wo hast du grad drauf gezeigt gehabt? (interrupted by participant) Hier hast du irgendwo grad drauf gezeigt gehabt, oder?

- 135 **Participant:** [1:24:50.3] Mh ja äh was war denn da. Ja Löwenzahn (interrupted by interviewer sign of attention). Ja Brennessel sowieso, hab ich ja schon gesagt, aber Brennessel is bei uns des ja schon fast abgeerntet, dann ham wir, da müssen wa da hinten rum und da drin hat ich auch noch die (inaudible), immernoch nich wegen der Schnecken, was ausgepflanzt nich. Hier is jetzt die die äh Phoskoninverwandschaft, also die Buntnessel, von denen ich erzählt hab und da hab ich schon Ableger gemacht zur Sicherheit (interrupted by interviewer sign of attention) und da muss ich jetzt auch unbedingt von der noch'n Ableger machen, ich krieg das immer hin, das die bis zum Jahresende wunderschön is und dann geht sie mir ein und bei dem Freund den ich hatte eben, dem ich mich zerstritten hab, der kriegt die immer durch's durch'n Winter durch. Da hoff' ich, dass ich das auch schaffe. Ich hab nämlich nich diese Variante gefunden. Es gibt ganz viele Varianten und bei der mag ich das so gerne, dass sie schlicht bleibt. Viele Buntnesseln ham dann am dann am Rand nochma andere Farben, oder so, was weiß ich, ne so Gedöns (interrupted by interviewer sign of attention) das mir zu au zu zu ja hier stehen auch noch einige Heilpflanzen, die eigentlich in meinem Idealgarten mit'm besten, mit nem sicheren Boden ohne viel äh Feinde, ich längst rausgesetzt hätte, aber mich immer nich getraut hab bis jetzt, ne. Und manche hab ich sogar schon w, hab ich wieder reingeholt in Topf, wo ich sie schon ma draußen hatte. Die Pelargonie zum Beispiel, ne. Sie is jetzt kommt sie wieder. Die war so gut wie tot. Das ne **Heilpelargonie**, das ähm warte mal, hab' ich das Schild nich dabei, kommt eigentlich aus Südafrika (inaudible) wird ja dieses Umckaloabo, dieses Mittel gemacht, wenn du Schnupfen kriegst. Umckaloabo. Mh ne, da steht das nich. Pelargonium sidoides steht das da gar nich drauf. Aber Umckaloabo hast vielleicht schon ma gehört. Sind so kleine Kügelchen (interrupted by interviewer sign of attention) kannst'e kaufen, ne und das ne Verwandtschaft, das sind nämlich Zitronen äh Pelargonie. (interrupted by interviewer sign of attention) Eher heimisch hier, ne.
- 136 **Interviewer:** [1:26:46.8] Machst du da auch was draus, oder sieht die einfach nur schön aus?
- 137 **Participant:** [1:26:49.7] Nene, also, ja heh, die sieht auch sehr schön aus. Und das is Jiaogulan übrigens. Eh jetzt hab ich zwei Ableger über Absenker gemacht, dass die Stammpflanze, die mir der Freund gegeben hatte (interrupted by interviewer sign of attention) und die is viel zu dicht aber geworden und da, die will ich eigentlich schon längst seit Wochen raussetzen, weil ich hab die nämlich einem bekannten gegeben den wir vom See kennen, der seinen Garten um die Ecke hat. Bei dem is sie wohl 'n Meter hoch gewachsen jetzt trotz Schnecken. (interrupted by interviewer sign of attention) Und da, die musst du ma probieren, das is echt, das is die mega Heilpflanze, Jiaogulan, ne. Und wenn du ma oh, wenn du wissen willst, wie man das schreibt, mit J, falls das stimmt.
- 138 **Interviewer:** [1:27:29.5] Ja ich such das später alles noch raus.
- 139 **Participant:** [1:27:31.8] JI A O GU ma JI A O GU LAN.
- 140 **Interviewer:** [1:27:38.7] Jiaogulan mhm. Die schmeckt besser.
- 141 **Participant:** [1:27:41.5] Ja'n bisschen lakritzig ge (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Ja aber wirklich, also um jetzt irgendwelche meiner akuten Leiden irgendwie was du immer so fragst, kenn ich eigentlich nur Minze und sonst verwend' ich die Sachen alle eher als vorbeugende Maßnahme, ne. Hier hab ich noch Sachen da. Geiles Ziegenkraut, genau. Das is auch so'ne Art Viagra regelrecht, ne. Da hatt ich tatsächlich ma ne Phase, da hat ich bisschen Probleme und da hab ich gesagt, ich muss das unbedingt haben, als ich davon gehört hab und das hat aber ewig gedauert, eh ich das gegen die Schnecken durchgesetzt hab und sich das hier ansiedeln konnte. Das da eine der wenigen Pflanzen, die auch mal so mit Schatten klar kommen.
- 142 **Interviewer:** [1:28:28.5] Was benutzt du davon und wie benutzt du das?
- 143 **Participant:** [1:28:29.9] Die kannst du direkt die Blätter essen. Da wirst du schon, dauert ne Stunde, oder so und dann merkst das schon sofort, das de irgendwie rallig wirst davon. Fördert halt die Durchblutung und es hat auch noch viele andere, das heb eben is nur ein Aspekt der Wirkung, ne. Gute Wirkung, also die, dass is bei den meisten Heilpflanzen so, das die nich die nur für eins, ein Bereich gut wirken. Aber das is ja allgemeine hängt Impotenz oft mit Durchblutungsstörungen zusammen und das is das halt, was da, worum es dabei auch geht, ne irgendwas mit **Holunder** is ja

auch auch so'n riesen Themenbereich, ne. Den lass wa hier auch so groß werden und stehen, weil es halt früher 'n heiliger Baum war und hat ja auch wirklich viel Heilwirkung. Es gibt so'n amerikanischen Pflanzenforscher der hat mir das nochmal ins Bewusstsein gerückt, der Brunner, Harald Brunner, wegen Corona jetzt auch, ne, da gibt's auch Rezepte mit der Rinde und den Blättern von von, die stark antiviral wirksam sind.

144 **Interviewer:** [1:29:21.6] Also bei bei respiratorischen Erkrankungen?

145 **Participant:** [1:29:23.7] Ja.

146 **Interviewer:** [1:29:24.1] Okay (interrupted by participant) und verwendest du des auch und wenn dann wie?

147 **Participant:** [1:29:27.7] Ja, wir ham, ich hab da 'n Ansatz mit gemacht, ähn, ich hab's in Alkohol eingesetzt, eingelegt und für den Fall, dass, ne, wegen Corona so, weil wir erst so auch bisschen besorgt waren, wa, wat is das jetzt mit Corona. Muss man sich da irgendwie schützen oder vorbeugen, was haben, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber da ham wa jetzt schon 'n paar Sachen gefunden, das is halt auch gut, aber ich hab's da noch stehen und ich hab auch ah, also die eingelegten Blätter, das eh Auszug, (interrupted by interviewer sign of attention) Alkoholauszug um ähm dann hier, ach ja, wa überall ja hier bekämpft wird wie verrückt steht da, das is **Japanknöterich**, das kennst du als meterhoch da anner Weser (interrupted by interviewer sign of attention), darfst eigentlich bloß nich in dein eigenen Garten setzen. Des is jetzt hier mittendrin, geht hier'n bisschen unter (interrupted by interviewer sign of attention), weil ich hab den Pot nich, aber is Verwandtschaft übrigens. Is auch 'n Knöterich, sind alle sind (inaudible) ganz ähnlich, wie der Polygonum multiflorum, den wa ja eben hatten beim Trampolin (interrupted by interviewer sign of attention). Das is ähm auch'n Polygonum, also auch'n Knöterich, der auch. Und da is Resveratol drin. Vor allem in den Wurzeln. Resveratol is auch'n super anti aging Stoff.

148 **Interviewer:** [1:30:36.7] Und (interrupted by participant) was machst du dann mit den Wurzeln?

149 **Participant:** [1:30:39.0] Und mit dem, also das kann ich sehr empfehlen. Im Frühjahr, das geht schon im Frühjahr los, da musst du aufpassen. Da hab ich dieses Jahr, da ham wir's 'n bisschen verpennt, weil wir so mit den anderen Wildkräutern beschäftigt waren. Mit Scharbockskraut und und und was fällt mir noch, ähm Bärlauch. Och is der lecker, kommst'e auch gar nich hinterher mim essen, so war dieses Jahr. Äh hab ich verpennt hier na we eh da hinten als es los ging, wenn die Sprossen kommen, von dem Japanknöterich, das sind solche dicken Stängel, die schießen so aus'm Boden raus, vielleicht hast das schon mal beobachtet.

150 **Interviewer:** [1:31:06.1] Na, also ich kenn es bei anderen Pflanzen, ja.

151 **Participant:** [1:31:08.0] Die kannst du ernten wie, die schmecken wie Rhabarber (interrupted by interviewer sign of attention). Aber nur, dass die halt, gut, die ham natürlich auch immer dieses Oxalsäurethema, da musste halt schon gucken, dass das kombinierst mit Brennessel am besten, oder mit anderen Calciumquellen, weil dann wird das äh ähm, kriegst du keine Nierensteine, wenn du's mit guten Calciumquellen kombinierst, weil das dann sofort in Calciumoxalat überführt wird und so is es dann nich schädlich, also kann dann keine Steine bilden bei dir. (interrupted by interviewer sign of attention) Und da, da geht's los, also in dem Stadium am besten schon essen kochen, ne ganz zarte sch, also wirklich s wie super feinstes, zartes, Rhabarber und man hat noch bisschen ne andere Note. Kann man herzhaft oder süß in USA gibt es ganze Landstriche, die davon überwuchert worden sind, weil die hatten das da ma eingeführt. The great dust bowl, da gab's mal ne große ver Verwüstung durch Trockenheit und der ganze Boden flog weg und die wollten die Bodenerosion stoppen und in Europa hat man's eingeführt als Viehfutter, weil es sehr sehr nahrhaft is. Es es holt viel aus dem Boden raus (interrupted by interviewer sign of attention). Aber dann irgendwann wurde es zur Plage. Heut wird's wird man's nich los, weil es siedelt dich jetzt gerne an Uferböschungen an, verdrängt alle anderen durch Lichtkonkurrenz und befestigt aber den Oberboden nich und so kann es dann bei Flutungen, Überflutungen und so nicht die ab, die Erosion verhindern, ne. Wie wie Gras, oder andere (interrupted by interviewer sign of attention) Sachen weißte? Von dem her eh und deswegen machen se's hier platt. Aber man kriegt's fast nicht (interrupted by interviewer sign of

attention), weil es bildet riesige Rhizome, 3 Meter tief. Du müsstest 'n Boden begasen, oder bedampfen oder was weiß ich machen (interrupted by interviewer sign of attention) und du wirst es nich los. Und jetzt machen se's, indem se's einfach auch ma ab. Dann wird der Boden letztendlich so ausgelaugt, bis die Pflanze keine Power mehr hat. Dann kommt se irgendwann nich mehr nach, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Das hab ich aber hier noch nich beobachtet, dass des schon gesch geschafft haben, (interrupted by interviewer sign of attention) nich.

152 **Interviewer:** [1:32:52.4] Aber dann is der Boden noch ausgelaugt, ne?

153 **Participant:** [1:32:53.9] Eben, dann (inaudible) was soll man dann machen, nich.

154 **Interviewer:** [1:32:56.6] 'S jetzt kein Sieg, würd ich sagen.

155 **Participant:** [1:32:58.1] Aber das is halt 'n Invasor, der eigentlich hier selber eingeschleppt wurde, insofern kein Invasor, kein aktiver und was hier eben keiner weiß, des Tigerbalm wird damit gemacht, es is (interrupted by interviewer sign of attention) ja eben in Asien is es ne extrem wichtige Heilpflanze (interrupted by interviewer sign of attention). Grade die Wurzeln.

156 [1:33:11.8] **Interviewer:** Tigerbalm kenn ich.

157 [1:33:13.0] **Participant:** Ja. Wenn ma die Auszüge, dass is dann aus aus den Wurzeln, ne. Joa, sonst, was hab ich sonst noch da, ich weiß es nicht. (inaudible) . Also meine eigene (inaudible) is hier glaub ich nich so ganz gezeigt, ne, so viel is das nich. Viele sind mir eben kaputtgegangen auch. Die hab ich lange nur im Topf gehabt, dann in die (name) Straße gebracht und konnt ich hier nich, kann ich hier nich ansiedeln. Eben grad neulich hab ich die Teehortensie, die stand da immer, die ich dir eben gezeigt hab, die von vor allen Dingen so süß is, wo's sich, äh hab ich dann umgesiedelt, weil ich hier vorne besser Kontrolle habe jetzt wegen Schnecken (interrupted by interviewer sign of attention). Da hinten komm ich grad überhaupt nich mehr rein und das war nur erbärmlich. Und die Wühlmaus (interrupted by interviewer sign of attention) is auch mein mein Thema hier. War, is schon möchtest du was trinken?

158 [1:34:05.3] **Interviewer:** Äh wenn du grad was da hast?

159 [1:34:07.8] **Participant:** Ich hab schon fertig aufgebrüht, (interrupted by interviewer sign of attention) zweiter Aufguss is das, kannst du ma gucken, ob dir das schmeckt. Das von f 'n Freund von mir liebt des immer. Die kommt manchma extra deswegen her. Da sind, weil wir ja immer von Kräutern reden jetzt ganze Zeit, sind alle möglichen Sachen drin. Also ähm. Lapacho, Süßholz, Cistustee, komm ma kurz rein, dann kann ich dir alles zeigen, dann siehst du, was da drin is, ne, in dem Tee. Das sind eigentlich alles Sachen, die ich gerne selber anbauen würde, aber da so weit bin ich noch nich. Süßholzwurzel is, was alles im Tee drin is. Ja da getrocknete Heilpelargonie, also manche Tees hab ich immerhin ja schon selber. Das is die, die ich dir draußen gezeigt hab (interrupted by interviewer sign of attention). (inaudible) die zweite Ernte gewesen, dann is da Cistus ham wa dieses Jahr auch nich geschafft Lapacho kannst ja hier nich anbauen, Lapatchorinde kennst vielleicht. Das is auch 'n absolutes Wundermittel (interrupted by interviewer sign of attention) Lapacho, Lapatchorindentee von den Indianern. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja deswegen is der auch, der is süß, weil da Süßholz drin is und diese Teehortensie. Das ist die Teehortensie. Also wenn du da ma'n winziges Stück von auf'm nimmst und in Mund (inaudible), aber neulich hab ich's nämlich einem gegeben, der war dann ganz entsetzt wie süß das is. (laughter) Das is 200 mal süßer als Zucker, aber dauert immer ne Weile ehe sich das so entfaltet. Oh, nich kochen. Das muss ma halt immer so'n bisschen warnen, ne. Ich trink den immer mit nem Schuss Wein jetzt seit neuestem abends. Meine Spezialmischung, weil ähm ah wegen der Löslichkeit, ne. Jetzt is er vielleicht zu heiß (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible). Achso griechischen Bergtee (inaudible) guck hier is zum Beispiel das getrocknete Beifuß (interrupted by interviewer sign of attention) grad fragst du, was ich damit mach. Ich vergess es auch manchma, aber es mach ich jetzt immer eigentlich ne Prise mit in den Tee. Eigentlich sollte man das auch immer immer mit reinmachen ne kleine Portion regelmäßig, dass is, da is auch nix drin meines Wissens was sich anreichern kann, ne. Mh. Du hattest ja auch ma 'n Kleingarten. Ah achso ja, wichtiges Kraut, wegen Coronavorbeugung Szukinsturm is dieses ähm

**Chinesische Engelwurz** (interrupted by interviewer sign of attention). Das ham wir auch versucht hier anzusiedeln, weil, oh wunder, es wächst tatsächlich am Werdersee wild.

- 160 [1:37:50.7] **Interviewer:** Okay. Aber es hat nich funktioniert es hier anzu (interrupted by participant), ne?
- 161 [1:37:53.0] **Participant:** Ne. War vorne auf der Ecke ne. Und jetzt, ja, jetzt hab ich's wahrscheinlich schon wieder verpasst, weil denn irgendwann kommt die Zeit, wo Leute das da abscheiden oder runtertrampeln. Bisschen halt fertig gekauft ne. Aber da is halt auch natürlich wieder das Thema, wie ich schon gesagt hab. Wie viel is drin, ne, vom dem. Und Cistustee is auch noch'n ganz entscheidende, Cistustee hab ich grad meinem Bruder wieder empfohlen wegen Migräne. Is einfach allgemein 'n Wundermittel bei entzündungs (interrupted by interviewer sign of attention) Hemmung, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Wie ernährst du dich denn, was isst denn du, wie isst du Rohkost, vegan?
- 162 [1:38:38.5] **Interviewer:** Das is tatsächlich auch ne Frage, die ich noch stellen wollte, dann fang ich, dann fang ich an.
- 163 [1:38:42.5] **(unrelated to topic)**
- 164 [1:39:09.9] **Interviewer:** Relativ viel Obst würd ich sagen.
- 165 [1:39:12.1] **Participant:** Ja, das ja gut. (interrupted by interviewer sign of attention), genau, ja. Wir auch ham wa hier auch massenhaft (interrupted by interviewer sign of attention) Kirschbäume hier wären, Apfelbäume in der Umgebung auch viel. Leute ernten ihre Sachen nich (interrupted by interviewer sign of attention). Da klettern wa immer in die Gärten rein und ja. Weiter.
- 166 [1:39:29.1] **(unrelated to topic)**
- 167 [1:39:35.5] **Participant:** Ja, ich hab äh bei der Schokolade ess ich meist immer weg (interrupted by interviewer sign of attention). Willst'n Stück Schokolade? (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Okay. Mh
- 168 [1:39:45.2] **Interviewer:** Ja das is äh sehr schade, aber wie sieht's, wie sieht's bei dir aus, weil ich hab mir, also eine Frage, die ich äh noch stelle is äh, ob du spezielle Ernährungsgewohnheiten hast, gewollt, oder ungewollt, also ob du Allergien hast, Unverträglichkeiten, oder einfach auf spezielle Sachen achtest.
- 169 [1:39:57.2] **Participant:** (inaudible) das is jetzt so'n weites Thema, weil ich hab wirklich äh wahrscheinlich ne Menge Unverträglichkeiten gehabt und auch neue wieder we eh einige bin ich los geworden, also das is immernoch in Bewegung, dauernd eigentlich und ich hab jetzt wo ich so Schmerzen hatte Anfang des Jahre, da anner Seite hab ich wieder mehr angefangen, bin ich auf den Norman Walker gekommen, den Erfinder der Safttherapie aus den USA. Is eigentlich 'n Italiener, der nach Amerika ausgewandert is und das Saft machen und auspressen dort äh etabliert hat und da be äh bis wir, also da völlig frei von Ballaststoffen, holst die Essenz, ne. Wir ham äh richtig guten Doppelschneckenextruder Saftpresse hier stehen. Also noch nich den Rolls Royce, den's da gibt inzwischen, aber er is schon ziemlich gut. Da kommt fast trockener Trester raus. Und is aber'n sehr schonendes Verfahren im Gegensatz zu den Zentrifugen, die's sonst gibt, die ich auch ma hatte. Wo du siehst des schnell drehte kommt's zu lokalen Überhitzungen und dann hast du schon viel zerstört, so, ne. Und da ham wir jetzt immer ne tolle Technik entwickelt, als da is im Moment so grade so'n, wir ham so Phasen, wir ham eben im Winter ne Sprossenphase gehabt und äh das heißt ich zieh hier mal, muss auch grad überlegen welche Sachen zieh ich denn da? Vor allem Linsen hauptsächlich. Dann äh Buchweizensprossen, die sind super geil, super lecker. Das heißt die stehen hier immer in so großen Gläsern Tagelang und gedeihen da so mit dem Meerwal Salz und Jod auch dazu. Das is übrigens auch toll, weil's schimmelt dann überhaupt nich mehr. Das hat ich sonst oft das Problem, bei den Keimungs äh Sprossungsversuchen von denen entweder essen wir die roh, aber meistens machen wir auch, wir

essen auch gern warm leider (interrupted by interviewer sign of attention). Is es gut, oder zu heiß?

170 [1:41:41.6] **Interviewer:** Ich hab grad'n zu großen Schluck genommen. Ich bin manchma zu doof zum trinken

171 [1:41:45.1] **Participant:** (inaudible) (laughter) okay. Und schmeckt dir?

172 [1:41:50.7] **Interviewer:** Ja. Schmeckt gut.

173 [1:41:52.6] **Participant:** Ja, also ähm ich mag aber eben auch gern Festessen. Also ich wollte mich echt wegen der, wegen dem Leidensdruck jetz anfreunden mal nur flüssig zu essen, nur Säfte (interrupted by interviewer sign of attention), Saftkur machen, und hab diese aber dann fand ich's auch so schade den Trest da wegzuwerfen und dann ham wir wer auch probier mal, machen wir wohl damit mal Bratlinge. Das is super lecker. Entweder nur'n Ei zum anbinden (interrupted by interviewer sign of attention), oder'n oder 'n bisschen Mehl, Weiß mehr meistens dann gemacht jetz und das heißt wir ham vor'm Essen immer diesen Saft, blanken Saft und mit Wildkräutern dazu. Das macht immer zweiphasig neben Kulturgemüse jetz gekaufte äh, Rote Beete, Mohrrüben in erster Linie und Fenchel und ein Apfel, wegen der Chelatierung is auch wichtig immer Apfelsäuren an Bord zu haben, wegen Schwermetallchelatierung. Chelatierung heißt ja binden von Schwermetallen, in die Zange nehmen, kommt vom griechischem Wort Krebs, Chelat. Und das wichtig, das ma, auch wenn ma Fisch isst, das hab ich eben jetz auch erst gelernt seit ein paar Jahren (inaudible), wenn man nun schon Fisch isst, heut hatten wir auch Fisch, hättest, hatt' ich eigentlich wieder Apfelmus dazu. So wie bei, es gibt Traditionen die wissen das. Zum Beispiel Leber essen wir auch sehr gerne manchmal, weil, wenn wir Fleisch essen versuchen wir möglichst viel Innereien und Organe, so wie's nämlich auch traditionelle Kulturen gemacht haben. Das hab ich halt gelernt aus meinen ganzen Forschungen.

174 [1:43:10.3] **(unrelated to topic)**

175 [1:43:31.8] **Participant:** Is doch toll, bei Aleco kriegst'e immer, is für uns'n Festessen, schmeckt wie Marzipan, also gibt Phasen gibt's keine, aber wenn's ma welche gibt Phasenweise, dann essen wir halt ma zwei, drei t, weil hol ich mir zwei, drei Portionen Leber, essen wa zwei Mal Leber pro Woche und gut is dann. Dann is aber wieder paar Wochen gut, also dann gibt's auch bei uns ma dann ganze Phasen lang kein Fleisch so, oder, aber von dem her sind beide, also ich vor allem mag schon sehr gerne Fleisch, da muss ma auch ma gucken, ob ma das nich ma rausfindet, warum man da so'ne Affinität hat. Naja is'n komplexes Thema. So ein Leu, einige Leute sagen, ja du hasst, es kann sein, dass man genetisch auch Fleisch tatsächlich braucht, oder bestimmte Substanzen aus'm Fleisch und andere sagen, nein, das is einfach nur deine Darmflora, das kannst du komplett selber programmieren. Lass dich nich beherrschen. Denn letztendlich werden wir ja beherrscht. Wir sind ja nur Vehikel oder Marionetten unserer Darmflora.

176 [1:44:25.3] **(unrelated to topic)**

177 [1:44:54.6] **Interviewer:** Äh hat du irgendwelche Allergien, oder wirklich Unverträglichkeiten, also Sachen, die du nich essen kannst?

178 **Participant:** Ja eigentlich zum Beispiel hab ich absolut Milchunverträglichkeit gehabt. Hier, da, aber trotzdem ess ich Schokolade, das is, natürlich hab ich dann sehr oft Bauchschmerzen. Da bin ich voll bekloppt. Ich weiß das, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Also ich ess eigentlich, also (inaudible) kein Milch, trink ich nie. Ich mach Kefir selber übrigens da oben immer. Wir hatten überhaupt hier 'ne ganze Bar, wir hatten Kombucha, den äh den ähm Gingerpilz (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) auch so, ne spritziges Getränk mit hier (interrupted by interviewer sign of attention), kennst du? (interrupted by interviewer sign of attention) Aber da kamen wir immer mit'm Trinken nich mehr hinterher. Kombucha hat mich sowieso immer fasziniert, weil Kombucha is so universell, was du hm mit Kabu Kombucha machen kannst, kannst damit ja Textilien herstellen, wurde auch schon gemacht, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Der Pilz der da oben drauf schwimmt, das is ja (interrupted by interviewer sign of attention)

(inaudible). Feinst versponnene Zellulosestruktur.

179 [1:45:46.4] **(unrelated to topic)**

180 [1:47:42.3] **Interviewer:** Aber sonst, dass du irgendwie harten Unverträglichkeiten hast, sowas wie gegen Milch, hast du da sonst noch irgendwie was?

181 [1:47:46.7] **Participant:** Hm, also eigentlich nich, oder? Muss m überlegen. Naja, na ja doch. Zum Beispiel mit Fruchtzucker weiß ich nich so genau, ob ich ne Fruktoseintoleranz hab, weil ich eben manchmal geht's mir ausgesprochen schlecht im Gegensatz zu meiner Freundin, wenn wir da in Kirschen stehen und (interrupted by interviewer sign of attention) sie futtert da eine Kirsche nach der anderen weg in, ich versuch's ihr gleich zu tun, (inaudible) wirklich geht's mir schlecht. Krieg ich auch Kopfschmerzen und Niesanf, auch übrigens Allergien, ich hab auch mit Allergien eigentlich ziemlich zu tun gehabt, viel mehr früher als als jetzt, ne. Heuschnupfen und so. Katzenallergie und keine Ahnung. Ja.

182 [1:48:27.1] **Interviewer:** Wann hat das aufgehört, oder wann is das zurückgegangen?

183 [1:48:32.3] **Participant:** Seit ich rauche vor allem.

184 [1:48:33.3] **Interviewer:** Interessant (interrupted by participant), das hätt ich nich erwartet, okay.

185 [1:48:36.3] **Participant:** Ja. Allergiemittel hat nich geholfen da, aber gegen Heuschnupfen am besten, ich hab auch angefangen äh wirklich zu rauchen mit, weil ich gemerkt hab, das sediert die Schleimhäute, fährt die runter. Die Durchblutung in den Schleimhäuten in den Schleimhäuten is ja auch bekannt. Und wenn ich nur genug rauche äh is dann irgendwann Schluss da (interrupted by interviewer sign of attention), mit Heuschnupfen.

186 [1:48:56.0] **Interviewer:** Vielleicht, ja, gut.

187 [1:48:58.0] **Participant:** So und jetzt glaube ich brauch ich nich mehr unbedingt äh, weiß ich nich, ich rauch ja leider immer noch. Äh ich hab's noch nich pro nich wirklich probiert. Also ich hab mit Allergie fast kein Thema mehr. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich würde aber gerne ma äh probieren wie's is, ohne rauchen, jetzt, ob das jetzt inzwischen vielleicht, manche Allergien verschwinden ja dann auch wieder.

188 [1:49:16.5] **Interviewer:** Ja, das kann sein. Nach'n paar Jahren. Vielleicht gibt's aber auch neue dann. (interrupted by participant) Kann auch sein.

189 [1:49:21.5] **Participant:** Keine Ahnung, ich (interrupted by interviewer sign of attention)

190 [1:49:22.9] **Interviewer:** Ne, hoffen wa ma, dass man nich, ne. (interrupted by participant). Würdest du dich als neugierig beschreiben?

191 [1:49:27.9] **Participant:** (laughter) Ja klar.

192 [1:49:31.2] **Interviewer:** Ja ich äh.

193 [1:49:32.2] **Participant:** Ohne Ende.

194 [1:49:32.8] **Interviewer:** Hab das schon, aber ich muss (interrupted by participant) nachfragen, ja.

195 [1:49:35.2] **Participant:** Ja (laughter) ohne Ende. (interrupted by interviewer sign of attention). Das is auch'n Dilemma für meine Freundin und mich, dass wir so neu und so gierig (interrupted by interviewer sign of attention) auf für uns neues Wissen sind, ne. Wir bestellen dauernd Bücher, drucken hier ohne Ende läuft der Drucker. Meine Freundin druckt und druckt, jetzt hab ich ihr gestern

ma vom (inaudible) hab ich gefunden endlich, damit sie das ma organisiert. Ich hab meine Sachen überwiegend in Ordnern organisiert und das immer nur die Spitze vom Eisberg von meinen Recherchen. Die kommen bei mir immer in so Ordner rein. (interrupted by interviewer sign of attention) Meine Forschungen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm und das is ja einerseits, ja Neugier is is immer irgendwo muss ma auch ma Schluss machen muss ma auch ma sagen, hey, stopp. Auch mit diesem Wissen, ma muss es ja verarbeiten, was ich vorhin auch sagte schon, weißt du? Dieses ganze w theoretische Wissen über Garten und gärtner und Kräuter, das is sch, das kann man sich ja irgendwie in, aber dann geh mal in de, geh mal in den Wald, oder geh mal auf die Wiese und bestimm die Sachen und erinner das alles. So, ne, das is dann auch wieder 'n ganz anderes Ding, also uns fehlt oft die Praxis, oder das f, auch das prax w, du wolltest ja auch'n bisschen dein Thema deiner Arbeit (interrupted by interviewer sign of attention), äh die Vermittlung, ne, dieses Wissens, oder? (interrupted by interviewer sign of attention) Wie heißt noch ma, was war der Titel von deiner Arbeitstitel von deiner Arbeit war doch ähm.

196 [1:50:57.3] **Interviewer:** Oh, da müsst ich hinten nachschauen, was der genaue Titel is, äh. Medizinpflanzen Nutzung und Wissensweitergabe in der (interrupted by participant) Bevölkerung.

197 [1:51:04.4] **Participant:** Wissensweitergabe, genau. Wissensweitergabe, aha.

198 [1:51:09.3] **Interviewer:** Hast du in der Schule dazu ma was gehört?

199 [1:51:11.5] **Participant:** Ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Schule überhaupt gar nichts mit Pflanz

200 [Audio recording failed; No crucial points lost]

201 [1:51:14.2] **Participant:** Das ganz gut, weil da auch diese Widersprüche versucht selber, der hat mit knapp 30 Herzprobleme vom Joggen gekriegt (interrupted by interviewer sign of attention). Ja der hat nur Fast Food, der hat lang nich so gesund gelebt wie du, ne. Aber das kann ich sehr empfehlen das Buch hier. Das is schon, der hat sich das alles um die Ohren gehauen, auch diese ganzen Widersprüche (interrupted by interviewer sign of attention) und is dann eben bisschen drauf gekommen, so Bas Kast (interrupted by interviewer sign of attention) der Ernährungskompass. Das Fazit da der Wissenschaftlichen Studien zum Thema Ernährung. Der hat genau wie ich, beschreibt er das schon, weil ich hab auch manchma meine ganze Wohnung könnt ich pflastern mit Aufsätzen (interrupted by interviewer sign of attention) zu Ernährungsthemen und Bücher noch dazu, noch ne. Und es is echt schwer, ja. Aber weißt de was mer, was ich jetzt gemerkt hab so, mein Maßstab sind deswegen, weil die des alles so kurzlebig sind deswegen die alten Leute und andere Kulturen, also Traditionen, denn die haben ja länger Sachen auf die Probe stellen können (interrupted by interviewer sign of attention). Ernährungsweisen. Das is besser erprobt (interrupted by interviewer sign of attention). Das ja dann nich, dass die nich so kurzlebige, können dann nicht kurzlebige Trends sein. Wenn Menschen wie aber (inaudible) auf Ekaria da schon eh schon seit vielen Generationen einfach hundert werden im Schnitt und top fit bleiben, dann muss doch da irgendwas müssen die doch richtig machen. So, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Denk ich so, weil ich weil (interrupted by interviewer sign of attention) lange gesund zu leben is für is für mich auch totales Ziel, so und un un solche musst du dann Pause machen, oder soll ich nich mehr sagen, reden. (laughter)

202 [1:52:40.3] **Interviewer:** Na na. Ich nehm das auf und (interrupted by participant) ich wert das alles aus.

203 [1:52:42.2] **Participant:** Äh und das fänd ich nich, ich bin jetzt nich so scharf drauf, manche Leute sagen immer äh die gleiche, wir leben 'ner chronisch depressiven Gesellschaft scheinbar, weil viele Leute reagieren immer so, dass sie sagen, wieso willst du so lange leben; Ich will nich so lange leben. Meine Mutter auch. Versteh ich nich. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich will wenigstens so wie jetzt, sag ma die mir wichtigen Wissenschaftler, äh, wie die Maria Shatalova, äh

zum Beispiel aus Russland, oder andere sagen halt, es gibt ein biologisches Grundgesetz. Jedes Tier wird sieben Mal so alt wie seine biologische Reifezeit gebraucht hat. Also um auszureifen. Bei uns das bis zum 22 Lebensjahr. Da is irgendwo der letzte Gehörknochen hier zusammengewachsen. Sind wir ausgereift, mal 7. Das is für uns von der Schöpfung, von der Biologie vorgegeben, also 7 mal 22 Jahre als sollten wir top fit gesund werden. So bisschen du bist so Seeschwalben. Die werden 35 Jahre alt, die leben bis zum letzten, vorletzten Tag top fit gesund. Zeugungsfähig, fliegen tausende von Kilometern. Dann sind sie vielleicht 2 Tage Hinfälligkeit, oder nur ein Tag, also es geht so wratz sch sehr schnell und dann sind sie tot. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is der natürliche Vorgang, verstehst du?

204 [1:53:54.2] **(unrelated to topic)**

205 [2:06:37.7] **Participant:** Hingegen, wenn du den, wenn du ihn sehr lose, oder wie Indianer musst du eigentlich mit ner Pfeife, du musst mit viel Sauerstoff verbrennen, und möglichst starken Zug, weil dann is ne sehr hohe Temperatur, dann werden die meisten giftigen Stoffe gecrackt. Wie bei ner Müllverbrennung (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Weil je mehr das zum Schwelbrand hin geh, desto mehr giftige Stoffe entstehen durch diese Halbverbrennung. Wenn was schwelt so, dass is das schlimmste Gift Gifte d d die entstehen denn bei Schwelbränden. Aber hier 3000° gibts ja und viel Sauerstoff wie in der Müllverbrennung, dann wird ja fast alles (interrupted by interviewer sign of attention) gecrackt und so kannst du auch gesünder rauchen, (inaudible) ma denn ma rauchen muss, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Man soll ja nich (laughter)

206 [2:07:22.6] **Interviewer:** Gesünder rauchen, ja. (interrupted by participant) Ja hab schon, denk ich richtig rausgefiltert, dass äh du dich sehr für gesünder leben interessierst, oder?

207 [2:07:31.9] **Participant:** Für was?

208 [2:07:32.7] **Interviewer:** Für das Thema gesünder leben. (interrupted by participant) Oder Gesundheit generell.

209 [2:07:34.3] **Participant:** Ja ja, auf jeden Fall, weil ich ja viele Gesundheitsprobleme hab und hatte (interrupted by interviewer sign of attention) und dann immer mehr neu auch hab mit fortschreitendem Alter und dann aber seh, Mensch, es gibt Menschen, die ham ihr ganzes Leben kein Problem (interrupted by interviewer sign of attention); Nie gehabt. Indianer, oder auch Afrikaner, also berserkerstark, Eskimos, äh kann, äh die können auf'm rechten Arm 50, auf'm linken 50 und vorne auch nochma mit dem Zähnen 50 Kilo kilometerweit tragen, hab ich jetz in dem in dem Buch da gelesen. Also das is der Wahnsinn, was die was die Eskimos hier von dem ähm, van Haller heißt der, Albert van Haller. Das noch ganz interessant, weil der is so'n bisschen altbackener, das das is alles so aus'n 60er Jahren geschrieben un die Recherchen blicken weiter zurück, als die meisten Ernährungsbücher, die ich bisher jetz so hatte.

210 [2:08:26.4] **(unrelated to topic)**

211 [2:12:05.3] **Participant:** Es gibt einen Wolf Dieter Storl, das is so'n bisschen so'n Pflanzenguru in Deutschland. Das vorher schon ma von dem gehört? (interrupted by interviewer sign of attention) Wolf Dieter Storl, so für Wildpflanzen und ähm 'n Rauschbart hat der und äh der hat ja, der hat, bietet ja auch so Kurse, der hat ja wohl durch seine ähm, der hat bei nordamerikanischen Indianern, wenn ich's jetz richtig erinnere, aber auf jeden Fall in der Nähe irgendwelcher Indianer aufgewachsen und die ham halt ne ganz andere Art Pflanzen zu bestimmen und zu erkennen, ob die gut sind. Die erkennen nämlich das Wesen der Pflanze. Dass nennt sich dann Pflanzendevs, das heißt, die kommen jetz nich wie wir empirischen, links äh äh hemispherisch gesteuerten Menschen, gucken jetz mit der Lupe, ich hab mir jetz auch grad wieder ne Speziallupe bestellt da, um da reinzugucken, bla bla bla, weißt du und analysieren alles, sondern die ham haben einen anderen, anderes System da drauf zu gucken, eine andere, emphatisch würden wir dass dann jetz sagen, aber würd ich's kaum verstehen können, Sichtweise, aber ähm das hat, könnten wir eigentlich alle, also das Thema heißt

jetzt für mich zum Beispiel drittes Auge, hast du davon schon ma gehört? (interrupted by interviewer sign of attention) So. Siehst du, ne.

212 [2:13:13.0] (unrelated to topic)

213 [2:16:58.6] **Participant:** Aber auch Bioschokolade, äh sagen wa ma so, du kannst auch mit Kartoffeln, das sagt der Bas Kast ja auch überraschenderweise in dem Buch, das für mich, wir essen jetzt grad so viel Kartoffeln. Kartoffeln sind ziemlich schädlich eigentlich, vor allem frisch gekochte, weil die fast genauso wie ne Tafel Schokolade dein Blutzucker in die Höhe schießen (interrupted by interviewer sign of attention) und darum geht's halt bei vielem Mist. Anti aging Forschern und Gesundheitsforschern, pass auf mit deinem Insulin. Diese Spikes vermeiden, ne.

214 [2:17:28.1] **Interviewer:** Ja, ich müsste da auch, müsst ich.

215 [2:17:31.2] **Participant:** Ich hab ja auch intermittierendes Fasten gemacht, oder mach's eigentlich immer noch (interrupted by interviewer sign of attention), weil ich hab auch gemerkt, es hat sehr gebracht, ma 16 17 18 Stunden nix zu essen (interrupted by interviewer sign of attention), Pause zu machen (interrupted by interviewer sign of attention), aber da gibt's 'n Leute, die sagen, ja, das is für dein, für die Dynamik deines Blutzuckerspiegels ziemlich schlecht, also da sind die Resultate, von Leuten, die das regelmäßig machen wohl schlecht.

216 [2:17:51.3] **Interviewer:** Okay, ja gut, kann ich mir vorstellen ja, aber ich weiß auch gar nich, ob's da so eine richtige Antwort drauf gibt.

217 [2:17:59.9] **Participant:** Na, also es is wieder so, ne. So nich so, es eh das ist, es ist nämlich so, was ich dir vorhin auch gesagt hab mit dem, du kriegst nich, du kannst, egal was du isst, es gibt nichts, was nur gesund ist. (interrupted by interviewer sign of attention) Und du erkaufst dir jeden Vorteil mit zwei Nachteilen. Is jetzt fast schon (interrupted by interviewer sign of attention) mein Spruch immer.

218 [2:18:19.1] (unrelated to topic)

219 [2:18:40.1] **Interviewer:** Ihr habt alles hier im Garten aus für für Eigennutzung, oder veräußert ihr das auch?

220 [2:18:46.3] **Participant:** Ne.

221 [2:18:46.9] **Interviewer:** Eigennutzung, okay. Selbst, wie steh äh stehst du generell zu Selbstversorgung?

222 [2:18:51.0] **Participant:** Ja klar, das is mein Ziel (interrupted by interviewer sign of attention). Das eigentlich, dass äh, da heul ich ja jetzt hier auch immer rum, ja, weil wir so wenig Land haben, wir ham bisschen wenig Fläche dafür. Das schafft ma einfach nich und ich merk jetzt mit dem Garten da drüben würd es gehen, wenn ich den komplett die Wiese da wegnehmen würd und auch noch mh im Internet gib's ja hier die Wurzelwerkfrau und da gibt's auch einige Leute, die das ja vorleben, dass das mit relativ kleinen Gärtengrößen geht und ich weiß es aber auch schon länger aus der Forschung schon als Student, war ich davon beeindruckt, dass ja Mönche hatten auch jeder nur und die Nasa hat das dann ja auch schon beeindruckt, das die Mönche auf so'nem kleinen Ding da irgendwie (interrupted by interviewer sign of attention), Plus 'n Anteil Schweinegarten und 'n Anteil eben Ostgarten, also mit relativ wenig Fläche pro Kopf kann man gut klar kommen (interrupted by interviewer sign of attention). Und ohne Völlerei natürlich. (interrupted by interviewer sign of attention) Mit Fastenzeit eingebaut, wie is da (interrupted by interviewer sign of attention) üblich war, klugerweise, ne. Und weißt du wenn du das so siehst, das is ja auch, was die Shatalova hier mit dem, wir fressen uns zu Tode, das Buch kann ich sehr empfehlen. Das is schon, ja es sind eins, gibt einfach tolle Gegenstimmen. Galina heißt die. Galina Shatalova. Die schreibt ja, wie, die macht ja me

mit ehemals Krebskranken Sportlern macht sie dann Gewaltmärsche 45 km durch die Wüste um das ihre Sachen auf die Probe zu stellen und die brauchen nur ein Liter Wasser, brauchen nur 500 Kalorien. Wir sind hier mit allem bis an die Oberkante überfüttert. (interrupted by interviewer sign of attention) Auch mit Wasser, mit Luft auch. Wir Atmen falsch, wir atmen zu viel, wir essen zu viel, wir trinken zu viel. Das is wirklich, kann man leider, war ich da auch total, total überrascht so. Der Mensch is eigentlich ne, er braucht viel weniger. Das w wird, das tut ihm gut. Ganz wenig Kalorien im Durchschnitt. Lieber 20 30, ja also die Mäuse, mit denen man diese Experimente gemacht hat in der Langlebigkeitsforschung mit eins der verlässlichsten Sachen, wo das liegt dein Leben zu verlängern und gesund zu verlängern ist 20 Prozent weniger essen (interrupted by interviewer sign of attention), oder 30 Prozent sogar. Weniger als das und da gibt's in Okinawa, das is auch dieses Land wo eben auch so viele Leute alt und gesund werden auch so'n so'ne so'ne Regel ähm, iss nur so viel, dass du grad noch Hunger übrig hast. (interrupted by interviewer sign of attention) Also die essen immer nur, nich, die essen nich bis zur Sättigung zum Völlegefühl, sondern die hören kurz vorher auf (interrupted by interviewer sign of attention). Und die leben lange und der so Krux, also Okinawa ja hab jetzt hier mehrere Bücher, ne.

223 [2:21:19.0] **(unrelated to topic)**

224 [2:22:35.8] **Participant:** Stimmt nich, also ich, grad bei diese jungen wirst de ja echt, da ne immer jungen Menschen möglichst viel von diesem Wissen auf'n Weg geben, dass die sich nich so verarschen lassen hier und, weil das geht schon so jetzt äh mit diesem ganzen Coronascheiß, musst ja ehrlich sagen, also das is ja ne Oberverarsche insgesamt. Ich bin jetzt nich einer von diesen Querdenker ganz banal oder blöd. Ich hab mich da echt reingeklemmt, ich bin komm ja aus 'ner aus der Forscherfamilie, Naturwissenschaftlerfamilie und ich kann nur dann sagen, es ist scheinbar so, dass das echt'n riesen Schwindel is, ne. Das is Wahnsinn.

225 [2:23:12.6] **Interviewer:** Sind deine Eltern aus der Region hier?

226 [2:23:14.8] **Participant:** Meine Eltern kommen ja aus äh Ostpreußen und Berlin (interrupted by interviewer sign of attention) kommen nich aus aus dieser Region (interrupted by interviewer sign of attention). Dei kommen, meine Mutter kommt aus ursprünglich Pommern, was halt Pommern (inaudible) vertrieben, dann eben im Ruhrgebiet gelandet als Flüchtlinge und mein Vater kommt aus'm berliner Raum (interrupted by interviewer sign of attention). Berlin Falkensee.

227 [2:23:36.3] **Interviewer:** Hattest du Kontakt zu deinen Großeltern als du aufgewachsen bist?

228 [2:23:39.8] **Participant:** Ja, (interrupted by interviewer sign of attention) zu meinen mütterlicherseits den Großeltern regelmäßig. Da sind wa immer hingefahren nach Leichlingen, da bin ich ja auch geboren und ähm dann hatten wir'n Haus in Südfrankreich, da sin wa ma hingefahren. Zudem dann in Berlin leider nich so viel Kontakt, den hab ich nur drei vie mal gesehen, weil ja, das war DDR (interrupted by interviewer sign of attention) und er war ja ja bekannter Krebsforscher. Das war sehr schwer ihn zu besuchen. Wir wurden jedes Mal komplett gefilzt und auseinandergelassen das Auto und es war schikanös hoch 3. (interrupted by interviewer sign of attention) Und wenn auch hier er k er durfte hier rüber kommen von der Basis Stiftung und kriegt er hier immer Einladungen zu Vorträgen, dann hat er uns auch besucht, aber der mit dem hätt' ich mehr Kontakt gerne gehabt, weil das war nämlich, also ich weiß noch, der hat mit uns Spaziergänge gemacht und hm mh Pendel da immer gut, ja da wurde er immer verlacht, da ham wir ihn auch verarscht, aber, er is eben, er is 'n sehr umfassender, (inaudible) auch glaub ich wie du Biologie studiert erst, ach so'n ganz verrücktes Leben, also bei meinem Großvater väterlicherseits, weil reicher Industriellensohn mit der Kutsche zur Schule gefahren und dann kam der Krieg, Reparationsleistungen und plumps, die Kugellagerfabrik von seinem Vater war weg und er war'n armer Mann und hatte aber schon'n Kind, zwei Kinder und ne Frau und hat dann erst eigentlich angefangen nachts zu lernen f und hat mehrere Sachen studiert, ich gl also ich mein jetzt erst Biologie, dann Chemie, danach Medizin und war dann Arzt und hat mit Aby Warburg zusammen forsch, Krebsforschung gemacht. (interrupted by interviewer sign of attention). So und weil also hat und hat ich l zieh den jetzt immer wieder raus wenn's um's Thema Krebs geht, weil er hat wirklich, war er auf'm richtigen Weg. Das Krebs nämlich hauptsächlich 'n äh ähm

Mitochondrienproblem is. Mitochondrienstoffwechselstörung (interrupted by interviewer sign of attention) Atmungskettenstörung. Ja. Ganz spannend. Überhaupt mit den Mitochondrien. Also das is, ähm, aber witzige Fragen, dass du das mit meinen Großeltern, is das auch in deinem Fragenkatalog?

229 [2:25:57.4] **Interviewer:** Ja. (interrupted by participant) Ja es zählt dazu, wie du halt aufgewachsen bist (interrupted by participant), welchen Kontakt du, dich beeinflussen.

230 [2:26:01.4] **Participant:** Aber weißt du was dieses Großeltern dieses Thema is auch im Hinsicht mit Garten auch noch mal interessanter Aspekt is so tragisch, weil wir haben halt ein Generationsbruch. Mir wurde das erst nochmal bewusst. Meine Schwester in Frankreich is die gelandet, ähm, hat auch, macht auch viel mit Garten und Selbstversorgung und von ihrer unmittelbaren Schwiegermutter konnte sie nichts erfragen an Ratschlägen (interrupted by interviewer sign of attention), aber von der Großmutter noch. (interrupted by interviewer sign of attention) Weil es war in den 70er, 60er Jahren, oder nach'm Krieg, bis da konnte noch jeder, ich hab als Student auch mit ner alten Frau im Haus zusammen gelebt, da in Marburg in der Altstadt. (interrupted by interviewer sign of attention) Die hat sich fast komplett aus'm Garten oberhalb des Hauses selbst versorgt, also Terrassengarten. (interrupted by interviewer sign of attention) Es war selbstverständlich. Die Leute konnten das alle, die wussten wie das geht und dann irgendwann nich mehr. Dann ham sie's auch nicht mehr weiter gegeben. Mein Vater hat's auch versäumt mir weiterzugeben. Da gib's gibt's dann so viel andere wichtige Themen, ne. In der Schule auch. Jetz gibt's ja wieder Schule, es kommt es ein Glück wieder. Da wollt ich, hab ich auch hier ähm, frisch, ne wie heißt denn diese Bewegung, jetz komm ich nich drauf. Akademie, Ackerdemie, nennt es sich. Es gibt so'ne bundesweit operierende (interrupted by interviewer sign of attention), die Schulen begleiten, tolle Sachen. Da war ich auch ma bei ner Infoveranstaltung, auch gedacht, da müsst ich mich einklinken, so. Wir ham das j auch'n bisschen gemacht mit den Schülern die ich betreut hab im Ehrenamt, mach ah hab ich ja so'n Job gehabt jetz Natur und (inaudible), sind immer zu der Lucie gegangen ganz oft, Stadtgarten und is aber nich so weit entwickelt worden, wie ich's mir gewünscht hätte mit jedes Kind seinen kleinen Gartenabschnitt hat und so, dass hätt ich mir gewünscht; Gartenpädagogisch damit (inaudible) mit den Kindern. (interrupted by interviewer sign of attention) Weil, da ich seh da'n Hunger nach bei den Kindern. Wir ham schon Hunger erlebt nach taktilen Berührung mit, arbeiten mit Lehm und arbeiten mit mit Speckstein, das was dann jetz verboten wurde, wegen dem Staub. Ja, kam irgend'n Vater drauf, hat da großen Eklat gemacht angeblich Asbest drinne, weil gibt's Studie, die widerlegen das es da Asbest drin. Gut.

231 [2:28:03.7] **(unrelated to topic)**

232 [2:28:33.0] **Interviewer:** Eine Frage hab ich noch. Magst du mir dein Geburtsjahr verraten.

233 [2:28:37.3] **Participant:** Ja 1966.

234 [2:28:38.4] **Interviewer:** 1966, okay. Gut. Ich hab alle meine Fragen beantwortet bekommen (interrupted by participant), es sei denn dir fällt noch ein, was du irgendwie im Garten vergessen hast, was du dir noch vorstellen könntest. Im Sinne von Heilpflanzennutzung, oder wie du Sachen nutzt im Garten, wenn du dich unwohl fühlst mit irgendwas.

235 [2:29:05.2] **Participant:** Also vom gärtnerischen her nicht.

236 [2:29:09.2] **(unrelated to topic)**

237 [2:30:51.7] **Interviewer:** Aber von (interrupted by participant) Pflanzen her

238 [2:30:52.6] **Participant:** Ja ansonsten die **Walnüsse**, ach weiß du, könnt ich immer noch mehr, fällt wahrscheinlich immer noch irgendwas ein, was ich jetz, guck ma, was da an der Wand hängt ham wa noch nich, das sind ja auch alles ähm ähm das eine is **Salbei**, das ham wa noch gar nich erwähnt, klar, da mach ich jetz Tee von (interrupted by interviewer sign of attention), ähm und dann Beifuß hat ne Beinwell hat ich ja schon, hatten wir schon, dass is glaub ich Beinwell, gel, bin mir auch unsicher, ne,

das is ja auch einfach Laub von den gegen Fliegen soll das helfen, hier Laub von den Walnuss (interrupted by interviewer sign of attention), ja so viel, da kommen immer noch (inaudible) kleine Sachen, oder andere manche Sachen sind nämlich so selbstverständlich, die man dann nich mehr, nich mehr so aufrufen kann, sofort, weil man so, dass wird gefragt bekommt, wie man das nutzt, aber zur Heilung, ja natürlich, wir ham auch Laub, also ich hab alles mögliche schon probiert, aber mit manchen Sachen, bin ich dann auch nich weiter gekommen ähm, so Pulver gemacht vom vom Laub von den von den von den Walnüssen, weil diese Gerbstoffe, für die Zähne sollen die sehr gut sein, für die Haare auch, übrigens Kopfhaut, is ja auch Kast, kennst'e ja, ne Kastanie wahrscheinlich, das (interrupted by interviewer sign of attention) Thema, oder? Kastanienlaub (interrupted by interviewer sign of attention).

239 [2:32:04.7] **Interviewer:** Okay.

240 [2:32:06.4] **Participant:** Joa (laughter) Ja. So machen wir ma Punkt, gel.

241 [2:32:12.2] **Interviewer:** Okay, ja, dann beende ich jetzt die Aufnahme?

242 [2:32:15.1] **Participant:** Mhm.

243 [2:32:15.7] **Interviewer:** Okay

### 7.3.2.5 Interview BO 5

- 1 [0:00:00.0] **Participant:** Der Spur. Meine Güte.
- 2 **Interviewer:** [0:00:02.3] Okay, dann start' ich äh die Aufnahme und hallo, sie ham gesagt sie kommen aus Bremen Umland, sin da geboren und aufgewachsen.
- 3 **Participant:** [0:00:10.8] So sieht's aus.
- 4 **Interviewer:** [0:00:11.8] Und äh dann würd ich sie doch bitten, mal zu erzählen, was sie so zu Medizinpflanzen preisgeben möchten.
- 5 **Participant:** [0:00:20.0] Mhm zum Beispiel der **Teefenchel** (interrupted by interviewer sign of attention)
- 6 **Interviewer:** [0:00:26.4] Wie verwenden sie den und (interrupted by participant) welche Teile?
- 7 **Participant:** [0:00:28.6] Altbekannte Pflanze, die äh die äh Körnchen natürlich als Saatgut sowieso und als Tee und die Blätter, wenn sie zart sind kann man sie essen im Salat und so weiter.
- 8 **Interviewer:** [0:00:39.6] Gegen gegen oder für was würden sie dann den Fenchel verwenden?
- 9 **Participant:** [0:00:42.4] Magen, Darm
- 10 **Interviewer:** [0:00:44.1] Magendarmbeschwerden
- 11 **Participant:** [0:00:45.1] Geschichten. Äh La ähm äh Lavendel ham wa hinten, aber hier ham wa noch **Baldrian**. Leider ham wir so wenig von dem Baldrian, dass wir den noch gar nicht irgendwie verwenden, aber (interrupted by interviewer sign of attention) meine Oma hat den schon im Tee gekocht, also äh aus den Wurzeln.
- 12 **Interviewer:** [0:01:02.3] Aus den Wurzeln und dann (interrupted by participant) gegen oder für was?
- 13 **Participant:** [0:01:05.2] Baldrian Beruhigung (interrupted by interviewer sign of attention), gut was was wir gar nich, das Eisenkraut verwenden wir gar nicht. Das is nur schön bei uns.
- 14 **Interviewer:** [0:01:15.7] (laughter) Wie würden sie's verwenden, wenn sie es verwenden sollten, (interrupted by participant) müssten?
- 15 **Participant:** [0:01:18.9] Keine Ahnung ehrlich gesagt. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 16 **Interviewer:** [0:01:19.9] Keine Ahnung, okay. Aber sie wissen, dass man es verwenden (interrupted by participant) kann.
- 17 **Participant:** [0:01:24.4] Man kann es verwenden, ja, aber ich, damit hab ich mich ge noch gar nich beschäftigt. Äh **Schafgarbe** is noch so etwas, was meine Mutter immer in den Salat getan hat, (interrupted by interviewer sign of attention) wenn sie irgendwelche Beschwerden hat, aber ich selber eigentlich noch gar nich. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 18 [0:01:38.3] **Other Person:** Naja wir ham vielleicht ma im Frühjahr gegessen hat, als Frühjahrgemüse. (interrupted by participant)
- 19 **Participant:** [0:01:40.9] Genau, als Frühjahrgemüse.
- 20 [0:01:43.0] **Other Person:** Als äh wie nennt man das? Frühjahrsreinigungskur so eigentlich so was.
- 21 **Participant:** [0:01:47.2] Ja genau. Ja was ham wa denn noch? Natürlich Thymian und **Salbei** und Rosmarin.

- 22 **Interviewer:** [0:02:00.5] Verwenden sie davon was bei Unwohlsein, oder nur als äh Gewürzkräuter?
- 23 **Participant:** [0:02:03.9] Als ge Kräuter sowieso, oder als Tee. Meerrettich gut für'n Magen. (interrupted by interviewer sign of attention). Was ham wa denn noch so Artischocken ham wir, aber dieses Jahr ganz kümmerlich. Die sind gut für Entwässerung. (interrupted by interviewer sign of attention) Und das hier, das is unser Salbei. Halsgeschichten.
- 24 **Interviewer:** [0:02:32.7] Ah der sieht besser aus, als bei den Meisten.
- 25 [0:02:34.3] **Other Person:** Na hier Salbei benutzen wir ja viel, ne?
- 26 [0:02:35.4] **Participant:** Bitte?
- 27 [0:02:36.0] **Other Person:** Den Salbei (interrupted by interviewer sign of attention) benutzen wir ja viel. (interrupted by interviewer sign of attention) Also auch also nich unbedingt als als gegen Husten sowas, aber einfach auch als äh äh generell nich mein zum Kochen benutzen wir den halt auch, (interrupted by participant) aber der hat denn natürlich auch diese antiseptische Wirkung und sowas (interrupted by participant). Is dann ja egal ob man nu das nun als Tee trinkt, oder in der Sauce macht, die Wirkung is ja die Gleiche.
- 28 **Interviewer:** [0:02:57.8] Natürlich is die Wirkung dann, oder j äh jei es kommt schon auf dei Zubereitungsart drauf an. (interrupted by participant)
- 29 **Participant:** [0:03:02.1] Genau, also es gi die gibt die Abkochung und es gibt das aufgebühte.
- 30 **Interviewer:** [0:03:07.3] Vor allem wie lang man's dann kocht, bei (interrupted by participant) welcher Temperatur und (interrupted by participant) also.
- 31 **Participant:** [0:03:09.9] Also wenn ich Halsbeschwerden habe, dann koch ich schon schon richtig. 5 Minuten ja. Thymian steht da eben neben. Da ham wa nochma'n Salbei und 'n Rosmarin.
- 32 [0:03:24.8] **Other Person:** 'N Bärlauch ham wa auch gehabt, der is jetzt ja hier weg.
- 33 **Participant:** [0:03:27.1] Ja genau.
- 34 [0:03:28.0] **Other Person:** Dann ham wir die auch die Bärlauchblätter, kann ma auch mit so als Frühjahrskur sozusagen (interrupted by interviewer sign of attention) da im Frühjahr (inaudible) gegessen so. Oregano is da.
- 35 **Participant:** [0:03:37.1] Ja, also wir verwenden das schon im Sommer zumindest überwiegend als Gewürz (interrupted by interviewer sign of attention). Das muss ich wirklich sagen.
- 36 **Interviewer:** [0:03:47.0] Is ja nichts äh Schlimmes dran (laughter)
- 37 **Participant:** [0:03:49.0] Nein nein nein (interrupted by interviewer sign of attention) ja ja ja ja genau. Hier das is ne Knoblauchs Knoblauchsblatt und Liebstöckel, Zitronenmelisse
- 38 [0:03:59.9] **Other Person:** Ja du kannst schon sagen verstärkt den musst das auch zum Stärkung oder so will (interrupted by participant) ne. Verdauungsfördernd, Stärkung und äh Magen Darm Stärkung, deswegen nutzt man die Gewürze ja. (interrupted by participant)
- 39 **Interviewer:** [0:04:10.9] Würden sie jetzt hiermit was spezielles machen, wenn sie sich unwohl fühlen würden?
- 40 **Participant:** [0:04:14.2] Hab ich noch nich ausprobiert ehrlich gesagt. (interrupted by interviewer sign

of attention) Borretsch, aber ich sag eben was. Im Winter hab ich immer Magen Darm Probleme und im Sommer hab ich sie nich. (interrupted by interviewer sign of attention) So, das is der Punkt und im Sommer sind wir hier draußen (interrupted by interviewer sign of attention) und haben alles frisch (interrupted by interviewer sign of attention) und im Winter sind wir halt, ich will nich sagen Stubenhocker, aber natürlich mehr drin.

41 [0:04:43.1] **Other Person:** (inaudible) wir wir trocken ja auch die Sachen (interrupted by participant) und nehmen die mit nach hause und im Winter trinken wir die als Tee, abends als Beruhigungstee oder sowas oder (interrupted by participant) auch verdauungsfördernd, machen wir ja. Hier Kresse, **Kapuzinerkresse** is isst man ja auch (interrupted by participant) und verdauungsfördernd. Wollen se ma probieren?

42 **Interviewer:** [0:05:00.5] Ja Kapuzinerkresse kenn ich. Ja (interrupted by participant)

43 [0:05:01.9] **Other Person:** Komma komm ma wir essen ja.

44 [0:05:03.9] **Interviewer:** Mh Blüten machen sich sehr gut im Salat.

45 [0:05:05.3] **Other Person:** Ja, die Blüten (interrupted by participant) sehen auch sehr schön aus.

46 **Participant:** [0:05:07.0] Toll im Salat und hier (interrupted by other person) der Borretsch is auch (interrupted by other person) toll im Salat.

47 [0:05:10.4] **Other Person:** 'N bisschen pfeffrig so ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Da ham wir dieses sogenannte Gurkengewürz.

48 **Participant:** [0:05:14.6] Ja da unten steht die Marokkanische Minze (interrupted by interviewer sign of attention) und die Pfefferminze.

49 **Interviewer:** [0:05:26.5] Würden sie die Minzen für irgendwas spezielles verwenden?

50 [0:05:32.1] **Other Person:** Für'n (interrupted by participant) Cocktail. (laughter)

51 [0:05:33.9] **Interviewer:** Wiederkehrendes Thema ja. (interrupted by participant) (laughter)

52 **Participant:** [0:05:39.2] Okay und ähm Estragon (interrupted by interviewer sign of attention) kommt bei uns in den Essig zum aromatisieren (interrupted by interviewer sign of attention). Himbeeren essen wir auch im Müsli. Achtung nich stolpern (interrupted by interviewer sign of attention) Da ham wa Bohnenkraut und Petersilie (interrupted by interviewer sign of attention) und Basilikum und nochmal Minze, weil die Schnecken uns die fressen und nochma Petersilie und das wird grüner Spargel wenn's denn wird (interrupted by interviewer sign of attention) sehen wir. Was ganz toll geworden is dieses Jahr (interrupted by interviewer sign of attention) eins A Aubergine. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Eine ham wa schon gegessen. Das is ein tolles Ding.

53 **Interviewer:** [0:06:31.9] Die sin mir immer eingegangen. Ich weiß nich, was ich falsch gemacht hab.

54 [0:06:34.8] **Participant:** Ja (interrupted by other person) und das is Lila Luzi. Lila Luzi is so'ne kleine ganz scharfe Peperoni (interrupted by interviewer sign of attention). Und ähm ich hab die selber gezüchtet. Das dauert ewig, also äh im April hab ich die gezüchtet und dann stehen die und stehen die und man denkt, das wird ja überhaupt gar nichts (interrupted by interviewer sign of attention) immer so kleine Dinger und irgendwann wenn's warm wird chuit, kommen die und das is jetzt die erste Blüte und das dauert bestimmt 2 Monate noch, bis wir die ersten Früchte ham. (interrupted by interviewer sign of attention) Das interessante an der is, die hat 3 verschiedene Farben (interrupted by interviewer sign of attention), also die äh erste Frucht sieht lila aus, so ungefähr wie die Blüte, dann wird sie orange und dann wird sie rot. Das die schärfste, also das sin die verschiedenen Schärfegrade (interrupted by interviewer sign of attention) Also sehr schön da

(inaudible).

- 55 **Interviewer:** [0:07:28.0] 'S war auf jeden Fall jetzt einige Blüten schon gesehen, zumindest die dann grad am aufgehen sind, also da werden die bestimmt gut ernten können.
- 56 **Participant:** [0:07:33.0] Ja schau ma ma. Also wir hatten die letztes Jahr zu Weihnachten, das war so'n Busch. Ja da is Eisenkraut.
- 57 **Interviewer:** [0:07:45.6] Machen sie damit was?
- 58 **Participant:** [0:07:46.3] Ne. (interrupted by interviewer sign of attention). Mach ich ich, weil ich's noch nie ausprobiert hab und Alant verwend ich auch nich. Die Pflanze is auch, kennen sie Alant (interrupted by interviewer sign of attention) dieses gelbe Ding, das is auch relativ neu. Ham ma 'n Ableger vom Nachbarn gekriegt, der die rausgeschmissen hat und, also 's is noch nicht so viel, dass ich da jetzt was abstechen würde. Man kann glaub ich die Wurzel verwenden und ich glaube man kann sogar alles verwenden vom Alant. Wurzel, Blatt und Blüte. Aber soweit sin wa noch nich. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne.
- 59 **Interviewer:** [0:08:21.2] Irgendwann ja dann vielleicht.
- 60 **Participant:** [0:08:22.5] Vielleicht. Genau. Ma sehen. (interrupted by interviewer sign of attention) Wie sich alles entwickelt.
- 61 [0:08:27.2] **Other Person:** Ja wir halten ja auch die Blüten auch für die äh Insektenvielfalt (interrupted by participant) muss ma ja auch ma dazu sagen ne. (laughter)
- 62 **Interviewer:** [0:08:33.1] Is ihnen das wichtig?
- 63 [0:08:34.8] **Other Person:** Ja.
- 64 **Participant:** [0:08:35.5] Ja.
- 65 **Interviewer:** [0:08:36.2] Die die Insekten, also was sie grade (interrupted by participant) angesprochen haben?
- 66 **Participant:** [0:08:38.5] Ja ja ja sicher, deswegen ham wir hier so'n (interrupted by other person) vielfältigen Garten.
- 67 **Interviewer:** [0:08:44.9] Ham sie schön auf jeden Fall. Einiges einiges schönes drin. Nutzpflanzen n bauen sie, also ich hab jetzt ja hier wie sie die die Chilis ham wir schon gesehen.
- 68 **Participant:** [0:08:54.5] Genau (interrupted by interviewer sign of attention) da hinten. Wir hatten äh wir ham jetzt noch Paprika, Grünkohl hab ich grade gepflanzt, abgeerntet hab wir den Fenchel. Gemüsefenchel (interrupted by interviewer sign of attention), der ganz schön war dieses Jahr. Saubohnen, oder dicke Bohnen, oder Pferdebohnen (interrupted by interviewer sign of attention) und genau sehr lecker. (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by other person) Buschbohnen hatten wir, Kartoffeln ham wir. Die Feuerbohnen ham wir. Porree steht noch. Ja Salat (interrupted by other person) ham wir jetzt grade den letzten rausgeholt, jetzt kommt der Rucolasalat, dann säen wir den Feldsalat, also wir versuchen noch so diese alte Fünffelderwirtschaft, also immer so'n bisschen Frucht verschiedene äh Fruchtfolgen.
- 69 [0:09:39.3] **Other Person:** Mangold ham wir ja auch noch stehen.
- 70 **Participant:** [0:09:41.0] Ja stimmt Mangold is auch noch da. (interrupted by interviewer sign of attention) Mit der Fetthenne hab ich auch noch nichts gemacht. Die kann man auch essen. Das is noch etwas äh was mich schon interessiert, aber das sowas hat meine Oma natürlich auch nich gemacht,

dass sie die Fetthenne, ihre schöne Blume, gegessen hat. Nein! Blaubeeren natürlich, da ham wa da.

71 **Interviewer:** [0:10:11.2] Und ich seh die Trauben da noch. Als als also Obst und hinten ham wir Himbeeren schon sehen. (interrupted by participant)

72 [0:10:15.5] **Participant:** Hier is noch Pfirsich. (interrupted by interviewer sign of attention) schon und is ne Mirabelle.

73 **Interviewer:** [0:10:20.9] Er trägt sogar 'n bisschen was der Pfirsich.

74 **Participant:** [0:10:22.2] Ja. Der trägt.

75 **Interviewer:** [0:10:25.7] Gar nicht krank. Ja super.

76 **Participant:** [0:10:28.6] Ja der leidet jedes Jahr, der hat immer diese Kräuselkrankheit, aber dann steig ich auf die Leiter und pflück' alles raus und entsorge das im Restmüll. (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by other person) Ja.

77 **Interviewer:** [0:10:40.6] Äh ich hatte ma einen, der hat das selbst gemacht. Der hat dann alle Blätter abgeworfen (interrupted by participant) und dann dacht ich der wär tot (interrupted by participant) und dann is er aber wieder gekommen (interrupted by participant) und hat dann irgendwann verspätet die Früchte gemacht, die war dann erst ganz spät süß, aber (interrupted by participant) hat er, hat er gut gemacht mein Baum.

78 **Participant:** [0:10:52.7] Ja. Ja da darf man sich nich schrecken lassen. Es is alle Jahre wieder (interrupted by interviewer sign of attention) ähm. Ich hatte ma ne Obstbaumexpertin hier, die hat gesagt, schmeißen se den Baum raus und ich äh hatte noch äh zwei andere gepflanzt und die waren nich klein und den einen hab ich, der eine is eingegangen und der zweite, den hab ich tatsächlich rausgeschmissen und bis ich dann so viel gelesen hatte, dass ich merkte, 's is ja Schwachsinn (interrupted by interviewer sign of attention), das machen wir nich noch einmal, weil die ham immer die Kräuselkrankheit.

79 **Interviewer:** [0:11:16.9] Es bringt halt auch nichts, also das (interrupted by participant) ne ne (interrupted by participant) Krankheit.

80 **Participant:** [0:11:19.7] Kann nich alles rausschmeißen, was ma krank wird (interrupted by interviewer sign of attention).

81 [0:11:22.3] **Other Person:** Dann hätten wa gar nichts mehr.

82 **Participant:** [0:11:23.9] Genau. Also dann versuchen wa natürlich auch mit Brennesselsäure und Brennesseljauche und Ackerschachtelhalm und solchen Geschichten da gegen anzugehen, wenn irgendwas los is. Ja und ne Homo äh Homöopathie im Garten versuchen wir auch 'n bisschen zu machen.

83 **Interviewer:** [0:11:40.3] Inwiefern das?

84 **Participant:** [0:11:41.9] Nacktschnecken.

85 **Interviewer:** [0:11:43.2] Äh Nacktschnecken. Okay und wie w, das hör ich hab ich hör ich zum ersten Ma, deswegen frag ich.

86 **Participant:** [0:11:48.3] Genau. (interrupted by interviewer sign of attention) Also ich hab's erst mit Helix Tosta versucht, kann ma ja kaufen, als Globuli (interrupted by interviewer sign of attention) voner DHU und ähm dann hab ich mit unserem Biogärtner auf'm Finndorf ma diskutiert, also das, der is auch so'n bisschen homöopathisch unterwegs und dann sagt er, versuch das ma, also

Nacktschnecken sammeln, die kleinen im Frühjahr töten (interrupted by interviewer sign of attention), trocknen (interrupted by interviewer sign of attention) Merzerisieren und in's Gießwasser und dann verteilen. (interrupted by interviewer sign of attention) Gleiches mit gleichem.

87 **Interviewer:** [0:12:22.7] Okay. Interessant. Okay, hab ich des, hör ich zum ersten Ma, aber schau ich ma, schau ich ma rein. Vers, grade für solche Tipps bin ich immer sehr dankbar ja.

88 **Participant:** [0:12:31.0] Ja (laughter). Also im Frühjahr funktioniert des ganz wunderbar, weil also wenn es denn warm is, dann kriegt man sie ziemlich schnell trocken und dann lohnt es sich auch de kleinen Pflänzchen zu schützen. (interrupted by interviewer sign of attention) Also manches is mir nich gelungen, also bei den Artischocken hab ich nur ich glaub 3 oder 4 durchgekriegt (interrupted by interviewer sign of attention), die anderen ham sie gekillt, gnadenlos. Ja. Also so is das, aber das mach ich jetz'n paar Jahre und ich finde, das is also'n ganz, 'ne ganz gute Sache. Ich hab das schon weiter gegeben und andere probieren das au. Erst halten se mich alle für verrückt, is ja klar. Schnecken töten und dann zermahlen, aber einige haben's nachgemacht und ham äh auch gesagt, dass ihnen das ganz gut gelungen erscheint.

89 **Interviewer:** [0:13:14.6] Äh ich bin da normalerweise hart wissenschaftlich, aber äh es kann ja sein, das irgendwas in den jungen Schnecken drin is, oder was Signalwirkung dann hat, dass die dann fernhält, die die die größeren und irgendwann im äh im im laufe des Jahres. Kann, kann schon sein, dass das. (interrupted by participant) Also anscheint funktioniert's ja, ne also (interrupted by participant). Öh deswegen, das würd ich hier gar nix äh erstma gegen sagen ne.

90 **Participant:** [0:13:34.5] Genau, also wir hatten schon öfter Besuch hier im Garten und die ham denn gesagt, boah bei euch sieht es aus, als hättet ihr gar keine Nacktschnecken, aber wir haben Nacktschnecken. (interrupted by interviewer sign of attention). Mengen. Aber wir gehen auch jeden Abend und sammeln sie ein. (interrupted by interviewer sign of attention) Is einfach so. Und äh jetz natürlich weil die g alle groß und fett sind, die kriegen dann kochend Wasser. (interrupted by interviewer sign of attention) Is nich schön, aber irgendwer, irgendwas muss man tun (interrupted by interviewer sign of attention), sonst geht's nich.

91 **Interviewer:** [0:14:01.4] Sie ham auch äh Zierpflanzen hier im Garten, oder? (interrupted by interviewer sign of attention) Wissen sie was sie zuerst im Garten hatten?

92 **Participant:** [0:14:09.5] Also sagen wa ma so, wir ham den Garten seit 7 Jahren (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Wir sin also relativ neu hier (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm zuerst im Garten war der, diese Farbe Flox, war die Kermesbeere, die ham wa geerbt, war ne Hortensie, war der Gilbfeberich. Genau. Die Gelbe, das Mädchenauge, war noch da.

93 [0:14:38.5] **Other Person:** Ja wie jedes Jahr auch.

94 **Participant:** [0:14:40.1] Und die Iris. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich glaub so ziemlich alles und Rosen, da an der Seite (interrupted by interviewer sign of attention). So ziemlich alles andere ham wir gepflanzt.

95 **Interviewer:** [0:14:49.2] Also waren zuerst hier im Garten Zierpflanzen. Für was ham sie sich zuerst interessiert, also öder w s fragen, fangen wir anders an. Wieso haben sie überhaupt einen Garten? Wenn ich fragen darf, also.

96 **Participant:** [0:15:02.6] Na klar. Weil ich in Ruhestand gegangen bin (interrupted by interviewer sign of attention) und mein Mann wurde krank und dann ham wa gesagt irgendwie, wir wohnen in Finndorf und das Haus is eng und der Hintergarten, wir ham da auch'n kleinen Garten und vorne 'n Miniaturgarten, aber irgendwas müssen wir machen. Entweder ziehen wir auf's Land, oder ich krieg hier'n Knall. Ich kann nich (laughter) im Beton sitzen und nichts zu tun haben (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm wir lesen zwar viel und ich spiel auch'n Instrument, aber trotz alle dem und dann ham ma gesagt, bobs und das war Gott sei dank ja so rechtzeitig vor Corona. Jetz gibt's

ja lange Wartelisten, aber da ham wir den Entschluss gefasst und ratzi fatzi hatten wir'n Garten. Ja. Nu ham wir'n Garten.

97 **Interviewer:** [0:15:43.3] Hatten sie f also sie ham gesagt, dass sie äh früher schon Garten hatten, klein. Hatten sie immer schon Garten?

98 **Participant:** [0:15:49.1] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

99 **Interviewer:** [0:15:50.5] Also mit Garten auch aufgewachsen?

100 **Participant:** [0:15:51.8] Genau. Ich komm vom Dorf. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ja, also richtig richtig, also Stapel is ja richtig'n kleines Dorf bei Horsted und richtig vom Land hab immer'n Garten gehabt.

101 **Interviewer:** [0:16:04.1] Ham se da dann auch mit ge geholfen? (interrupted by participant) Mitgearbeitet?

102 **Participant:** [0:16:07.3] Na klar.

103 **Interviewer:** [0:16:08.7] Hat ihnen das Spaß gemacht (interrupted by participant)

104 **Participant:** [0:16:09.9] Ja

105 **Interviewer:** [0:16:10.3] Oder war das eher Pflicht?

106 **Participant:** [0:16:11.2] Ne. 'S hat mir Spaß gemacht. (interrupted by interviewer sign of attention) 'S hab ich gerne gemacht. Ich meine also ich 14 war vielleicht tza hat's mich genervt. Keine Ahnung, aber vorher, also wenn man kleiner is, dann macht das einfach, findet man das einfach toll. (interrupted by interviewer sign of attention) Die Möhren vereinzeln und Je Johannisbeeren ernten und die, 's war da mein anstelle von Puppenstube oder sowas was dann danach kam weil wir in in, zu meinem Alter in meinem Alter hatten wir nich so viel nach dem Krieg und dann ham wir natürlich im Garten gespielt unter den Büschen is doch klar und dann Erbsen pulen die s schön knallgrünen Dinger und mit den äh roten Johannisbeeren dann mischen (interrupted by interviewer sign of attention). 'N das sah toll aus (interrupted by interviewer sign of attention). Ja und das dann als Puppenstubenersatz. Heute gibt's zum Mittag (laughter) Punkt Punkt Punkt. Ja so war das (interrupted by interviewer sign of attention) in meinen Kindertagen. Ja.

107 **Interviewer:** [0:17:06.9] Kommt oder würden sie sagen, dass dann aus Ihrer Kindheit die Begeisterung für Garten, gärtnern, Gartenarbeiten kommt, oder wo kommt das her?

108 **Participant:** [0:17:17.5] Wo kommt das her. Das is gut, also mh als Kleinkind, als ganz kleines Kind bin ich schon mit meiner Oma in Wald gegangen und wir ham Bäume gepflanzt und dann is also auch dieses Gartending und in der Natur sein (interrupted by interviewer sign of attention) das is mir sozusagen an der Wiege gesungen worden. Das war immer meins. Ja. Is so. Äh also 's fand ich immer schon interessant, also auch meine Großeltern von der andern, von Vaterseite, die hatten 'n kleinen Bauernhof und die ham dann vier Felder Wirtschaft betrieben, also wieso vier Felder Wirtschaft. Dieses Jahr kommen da die Rüben hin und nächstes Jahr kommt da der Weizen hin und so weiter und so weiter (interrupted by interviewer sign of attention), denn die Kartoffeln und dies und das, als is doch, fand ich immer schon interessant sich damit zu befassen was was passiert denn da eigentlich im Boden und wieso muss das so sein. Der Opa und denn morgens ging er auf den Hof und denn guckt er in die Wolken und dann macht er'n Plan. Heute machen wir das und das. Das Wetter scheint so und so zu werden. Ja hä ohne WhatsApp und ohne (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by other person) (inaudible) und was es so de heute alles gibt, und was auch nich immer recht ham. Also so bin ich aufgewachsen und das hat mich auch glaub ich auch sehr geprägt. (interrupted by interviewer sign of attention) Und dieses jetzt, also äh in meinem Alter hier draußen sein und hier rumwuseln und wurschteln und anpflanzen, also hier zum Beispiel dieses

Berufskraut. Die Pflanze kannte ich gar nicht. Letztes Jahr hatten wir die zum ersten Mal, da hatt das war immer so'ne Blattrosette und ich denk. Verflixt nochmal was is'n das eigentlich für'n Ding, was wird'n da raus und wir ham uns ma ein eine Blattrosette da hingestellt und dann kam da dieses Berufskraut. (interrupted by interviewer sign of attention) Dann ham wir uns natürlich, was blüht denn da, schlaue gemacht und da sitzen die Viecher drauf und das blüht Monate lang und is Anzugspunkt und Anflugpunkt für alle möglichen Tiere (interrupted by other person), Insekten

109 [0:19:13.5] **Other Person:** Is natürlich auch ne alte Heilpflanze, aber wir nutzen das ja nicht.

110 **Participant:** [0:19:15.9] Ja wir benutzen das nicht als Heilpflanze, ne.

111 [0:19:18.7] **Other Person:** Wir ham hier auch Fingerhut, is ja auch ne alte Heilpflanze (interrupted by participant) Eisenhut auch ne (interrupted by participant) alte Heilpflanze, aber.

112 **Participant:** [0:19:22.9] Ach hier **Nachtkerze** natürlich (interrupted by other person) die is auch ja. (interrupted by other person)

113 **Interviewer:** [0:19:24.6] Ja. Und mit Fingerhut wär ich äh sehr vorsichtig (interrupted by other person), aber.

114 **Participant:** [0:19:27.4] Ja.

115 [0:19:27.7] **Other Person:** Machen wir auch nicht selber Nachtkerzenöl. Machen wir auch nicht (interrupted by participant) (inaudible)

116 **Interviewer:** [0:19:32.0] Wüssten sie, wie man's macht? (interrupted by other person) Wüssten sie wie man es macht?

117 **Participant:** [0:19:36.3] Ich bin mir nicht sicher (interrupted by other person), ob man die h die äh Saat auspresst ausquetscht, die kleinen ähm Körnchen, oder ob man die Wurzeln, ähm ich weiß es nicht. (interrupted by interviewer sign of attention) Obwohl ich hab's mal früher benutzt. Nachtkerzenöl (interrupted by other person) für's prämenstruelle ähm Dingsbums Syndrom hieß es damals. So ziemlich das teuerste Öl was es gibt. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja so von von Primavera glaub ich hat ich das damals.

118 **Interviewer:** [0:20:09.4] Die ham bei dem Berufskraut war das, oder? Wie heißt das? Berufskraut

119 **Participant:** [0:20:13.2] Berufskraut (interrupted by interviewer sign of attention) heißt da richtig.

120 **Interviewer:** [0:20:14.9] Da ham sie gesagt, das sie sich dann informiert haben äh was das ist. Wie läuft dieses sich informieren ab?

121 **Participant:** [0:20:20.6] Ganz simpel. Ich hab ein ein aus uralten Zeiten was blüht denn da. (interrupted by interviewer sign of attention) So'm aus'm Kosmosverlag, (interrupted by interviewer sign of attention) diese.

122 **Interviewer:** [0:20:27.7] 'N Buch. Ja.

123 **Participant:** [0:20:28.5] Ja. Genau und da hab ich erstma reingeguckt, weil da guck ich gerne rein. Ich hab immer immer noch gern 'n Buch in der Hand (interrupted by interviewer sign of attention). Hier im Garten sowieso. Ja.

124 **Interviewer:** [0:20:38.5] Das heißt die informieren sich über Bücher, oder über das Buch. Ham sie andere Quellen noch?

125 **Participant:** [0:20:42.4] Ja sicher. Internet natürlich jetz. Mein Mann is ähm Moment mit den ganzen

Viechern, was fliegt denn da. Meine Güte es fliegt so viel hier, was hier eigentlich gar nicht her gehört, ham wir schon festgestellt (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Ja, das ist einfach so durch den Klimawandel (interrupted by interviewer sign of attention) kommen hier jetzt natürlich Tiere, die es hier eigentlich vor'n paar Jahren überhaupt nie gegeben hat.

126 [0:21:03.8] **Other Person:** Süddeutschland selten sind, steht da drin (interrupted by participant) im Buch (inaudible) und bei uns sind die mittlerweile häufig. In Norddeutschland (interrupted by participant) (laughter).

127 **Participant:** [0:21:10.7] Eh ich mein es so, wenn man Artischocken (interrupted by other person)

128 [0:21:12.1] **Other Person:** Es immer wärmer wird.

129 [0:21:12.5] **Participant:** Ja wenn man Artischocken in den Garten pflanzt, dann kommen auch Tiere, die auf Artischocken spezialisiert sind, ob's (interrupted by other person) ganz

130 [0:21:18.9] **Other Person:** Naja oder auf Distel, auf große Distelpflanzen (interrupted by participant)

131 **Participant:** [0:21:20.5] Oder Disteln, oder (interrupted by interviewer sign of attention) äh sowas. Ja und das kann man natürlich hier beobachten.

132 **Interviewer:** [0:21:24.4] Interessant ja. Hat man sich Ihr Ihr Ihr Informationsverhalten verändert, also wie sie sich früher informiert haben und wie sie sich heute informiert haben, oder informieren, so rum.

133 **Participant:** [0:21:37.9] Also das würd ich schon sagen, weil es ist einfach breiter durch das, dadurch, dass wir äh (interrupted by other person) Internet haben. Ja ja. Da kann man ja alles möglich anklicken. (interrupted by other person) Die Bücher.

134 [0:21:46.2] **Other Person:** Alle möglichen Apps gibt's da ja (interrupted by participant) mittlerweile und.

135 **Participant:** [0:21:50.5] Die Bücher die wir haben (interrupted by other person)

136 [0:21:51.7] **Other Person:** Flora incognita (interrupted by participant) und (inaudible) Google lens und äh

137 **Participant:** [0:21:55.8] Sind 30 Jahre alt. Ja.

138 [0:21:57.4] **Other Person:** Wikipedia, kann man ja immer. (interrupted by participant) Findet man ja auch alles Mögliche. (interrupted by interviewer sign of attention)

139 **Participant:** [0:22:02.6] Aber es ist manchmal so, tatsächlich so, wenn man äh für irgendeine Google App irgendwas fotografiert, dann macht der einem ganz irre Vorschläge, wo man gleich meint, ja jetzt spinnt er aber. Das äh wird's das wird nix. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention)

140 [0:22:16.3] **Other Person:** Ja aber trotzdem irgendwie irgendwann kommt der dann zumindest in die Richtung (interrupted by participant) weil sonst muss man ja ganz spezialisiert ran gehen. (interrupted by participant) Es gibt ja so Bestimmungsapps, die man dann nicht, kein studierter Biologe ist und das Ding nicht sich Insekt nicht auseinander nimmt (laughter) dann kann man das auch nicht bestimmen (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by participant)

141 **Interviewer:** [0:22:36.0] Ja manchmal muss man wirklich rein schauen (interrupted by participant), oder

142 [0:22:38.7] **Other Person:** Von den Genitalien äh äh sezieren (interrupted by interviewer sign of

attention) um das rauszufinden, was das (inaudible) für einer is, (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)

143 **Participant:** [0:22:44.1] Aber man kann ja meistens rausfinden, wo's grob dazu gehört. (interrupted by participant)

144 [0:22:47.2] **Other Person:** Ja ja, also die große Gruppe (interrupted by participant) sozusagen.

145 **Interviewer:** [0:22:48.9] Ja genau. Genau.

146 **Participant:** [0:22:50.7] Also wenn sie wollen, können wa uns noch'n Moment setzen.

147 **Interviewer:** [0:22:52.7] Gerne.

148 **Participant:** [0:22:53.3] Sie können auch gerne 'n Glas Wasser von uns zum Beispiel.

149 **Interviewer:** [0:22:56.1] Oh wenn sie'n Glas Wasser ham, das würd schon.

150 [0:22:57.8] **(unrelated to topic)**

151 [0:24:02.7] **Other Person:** Nutzen das hier aber auch nich tun. Ma mit den ganzen Blätter. Kann man ja alle hier. Ne Gartenfreundin, Bekannte von uns, die benutzt ja Spitzwegerichblätter und äh Brombeerblätter und Himbeerblätter und Erdbeerblätter und für'n (interrupted by participant) Tee und so kann man ja alles machen. (interrupted by interviewer sign of attention)

152 **Participant:** [0:24:20.4] Kann man alles machen.

153 **Interviewer:** [0:24:22.6] Öh machen sie jetzt nich (interrupted by participant) speziell?

154 **Participant:** [0:24:23.8] Ne (interrupted by interviewer sign of attention), dass äh also momentan jedenfalls nich. Wir sind beide ziemlich gesund.

155 **Interviewer:** [0:24:30.0] Das freut mich. (interrupted by other person)

156 [0:24:30.8] **Other Person:** Ja, das hat ja (interrupted by participant) damit nich unbedingt was zu tun. Im Winter trinken wir schon viel Kräutertee, aber (interrupted by participant) das is oft nich unbedingt äh eigene Mischungen. Manchma auch (interrupted by participant), nich, wir ham ja auch äh na weiß nich ja gut äh Lindenblüten ham wir jetzt.

157 **Participant:** [0:24:46.6] Ham wa gesammelt. Dieses Jahr (interrupted by other person) nich

158 [0:24:48.0] **Other Person:** Ham wir jetzt im Garten hier, aber (interrupted by interviewer sign of attention) gibt's ja hier auch zum sammeln und (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by participant). Im Winter trinken wir oft Wildsalbeitee und sowas (interrupted by participant),selbstgemachten

159 **Interviewer:** [0:25:00.4] Na ich hab jetzt schon mitbekommen bisschen trocken sie ja selbst (interrupted by participant) wie stehen sie zum Thema Selbstversorgung?

160 **Participant:** [0:25:06.9] Ja das machen wir jetzt hier im Sommer auf jeden Fall. (interrupted by interviewer sign of attention) Wir essen alles auf.

161 [0:25:10.0] **Other Person:** Also teilweise. Ich mein ja nich vollkommen machen wir das ja nich.

162 **Participant:** [0:25:12.6] Ne vollkommen schaffen wir das nich. Wir kaufen was dazu, aber wir ernähren uns überwiegend aus'm Garten jetzt im Sommer (interrupted by interviewer sign of attention). Aber

im Winter funktioniert das nicht, weil erstens müssen wir dann den Rasen umpflügen, weil dann haben wir zu wenig Anbauland (interrupted by interviewer sign of attention), Anbaufläche und wir haben kein Gefrierer. (interrupted by interviewer sign of attention) Also alles was wir jetzt anbauen und nicht aufessen, das wird entweder verschenkt, oder 's is sauer (interrupted by interviewer sign of attention) eingelegt, eingekocht. Das mache ich schon noch (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. (interrupted by other person)

163 **Interviewer:** [0:25:42.4] Ja das heißt sie ziehen das ja schon doch dann in den Herbst, Winter mit rein (interrupted by participant) wenn ich das richtig (interrupted by participant) verstehe.

164 **Participant:** [0:25:46.5] Ja ja ja, genau. Und ich meine Marmeladen und Saft nachher aus den Trauben, die können was nicht alle aufessen wahrscheinlich. Das machen was schon (interrupted by interviewer sign of attention). Und rote Grütze und al alle alles was zu viel is, wird irgendwie verarbeitet. Und dann in den Winter mit rein genau. Das is einfach so. Und das is ehrlich gesagt auch das Tolle daran, dass man denn im Winter, was haben was denn noch (interrupted by interviewer sign of attention).

165 [0:26:12.6] **Other Person:** Letzen Mirabellen haben wir ja noch grade gegessen kürzlich. (interrupted by participant) Vor ner Woche glaub ich ungefähr. (laughter) Vom letzten Jahr. Na der Haselnussbusch, der be trägt leider nicht gut, der, weiß nicht, der hat irgendwie ne Macke.

166 **Interviewer:** [0:26:32.2] Das interessant, weil die anderen Haselnussbüsche, die ich hier so gesehen hab, die tragen, tragen doch ordentlich, oder? (interrupted by other person) Also außerhalb jetzt.

167 [0:26:38.6] **Other Person:** Der wirft die alle ab. Der hat (interrupted by interviewer sign of attention) ganz, der trägt ganz viel, das bei dem ja auch so eher dann mal. (interrupted by interviewer sign of attention) Nagut der eine wird vielleicht was, aber die andern beiden sind schon (interrupted by interviewer sign of attention) sind schon taub hier. (interrupted by interviewer sign of attention) und da fallen ganz viele runter. Is kaum noch was dran. Da oben sind noch welche. Naja sonst kommt das Eichhörnchen, dann sind die auch weg, also (interrupted by participant) (laughter) genau.

168 **Interviewer:** [0:26:59.3] Das will ja auch noch was davon haben ja.

169 [0:27:00.7] **Other Person:** Genau. (interrupted by participant) Die denken sich das selbe eben (inaudible)

170 **Interviewer:** [0:27:04.9] Haben sie irgendwelche speziellen Ernährungsgewohnheiten; Gezwungen oder ungezwungenermaßen?

171 **Participant:** [0:27:09.4] Genau, ich esse glutenfrei.

172 **Interviewer:** [0:27:10.9] Ja? Weil sie müssen, oder weil sie wollen?

173 **Participant:** [0:27:13.9] Weil ich muss. (interrupted by interviewer sign of attention) Also das is ungefähr 10 Jahre her. Ich hatte Blut im Stuhl (interrupted by interviewer sign of attention). Ich hab keine Allergien gegen Getreide und ich habe auch keine Zöliakie (interrupted by interviewer sign of attention), aber das (interrupted by other person) hat Unverträglichkeit und das hat schlagartig geholfen (interrupted by interviewer sign of attention), also von daher verzichte ich also auf Weizen, Roggen und Gerste und Hafer und das funktioniert ziemlich gut. Und eben hier draußen die Bewegung, dieses diese Massage, die Magen Darm hier erfahren durch das rauf, runter, rauf, runter, raus, rein. Man is hier den ganzen Tag irgendwie unterwegs, also jedenfalls wir. Man kann's auch anders machen, aber mh wir machen es so und das is einfach ne ziemlich gesunde Sache für's älter werden auf jeden Fall.

174 **Interviewer:** [0:28:10.6] Interessiert sie das Thema gesünder leben oder gesundes Leben, aktiv?

175 **Participant:** [0:28:15.0] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) auf jeden Fall. Das is mein

Lebensthema im Grunde gewesen. Ich bin äh ich hatte in den, als ich in den zwanziger Jahren war, hatt' ich 'ne schwere Migräne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und äh hab Medikamente bekommen, ziemlich starke auch und als sie nich mehr geholfen ham, dann bin ich zum Arzt und der hat gesagt, dann nehmen se doch einfach das Doppelte. Aha. Also ich meine, das is ja (interrupted by interviewer sign of attention), da hat's bei mir klick gemacht und ich merkte, also so geht das nu nich und dann hab ich mich auf den Weg gemacht und hab mich für Homöopathie interessiert und für alternative Ernährungsgewohnheiten. Ich bin auch Ernährungsberaterin (interrupted by interviewer sign of attention) und hab dann Vollwerternährung schon Anfang der 80er, kannte noch kein Mensch, das f war ja noch'n ganz neues Wort sozusagen Vollwerternährung. So ja natürliche Ernährungsgewohnheiten, das ganze Thema. Ja eigentlich mein Leben lang hat mich das interessiert und begleitet auch und wir essen auch überwiegend Vollwert, dass was man Vollwertkost nennt, also Gemüse is unser Hauptnahrungsmittel und Getreide kommen noch dazu und Fleisch und Fisch selten, aber richtig selten. (interrupted by interviewer sign of attention)

176 [0:29:31.1] **Other Person:** Käse auch noch'n bisschen, ne.

177 **Participant:** [0:29:32.6] Käse noch'n bisschen, genau.

178 **Interviewer:** [0:29:34.8] Was wäre selten dann für Sie?

179 **Participant:** [0:29:37.0] Also das wir's zubereiten würd ich ma sagen einmal im Monat.

180 **Interviewer:** [0:29:42.0] Das selten. (interrupted by other person)

181 **Participant:** [0:29:43.6] Eher schon wenn wir essen gehen, dass (interrupted by other person) wir dann mal'n Steak essen, oder was weiß ich was.

182 [0:29:47.9] **Other Person:** 'S war in Coronazeiten ja w es war eher selten, aber jetzt wieder 'n bisschen öfter. (laughter)

183 **Participant:** [0:29:51.1] Ja.

184 **Interviewer:** [0:29:51.8] Das stimmt ja, Corona hat das schwierig (interrupted by participant) gemacht. Gibt's was spezielles, was sie verwenden würden bei Atemwegserkrankung, oder wenn sie mit den Atemwegen Probleme haben?

185 **Participant:** [0:30:05.0] Ja ich habe mit den Atemwegen (interrupted by interviewer sign of attention) Probleme ja. Ja ja. (interrupted by interviewer sign of attention) äh ah

186 **Interviewer:** [0:30:09.2] Ich möchte mich da nicht drüber freuen. (interrupted by participant) Bitte nich so werten ja?

187 **Participant:** [0:30:12.4] (laughter) Ich äh ich bin I äh Lehrerin gewesen und habe immer Bronchitis gehabt. Drei mal im Jahr Bronchitis verdammte Kiste nochmal und drei mal im Jahr Antibiotika, weil der Normalmediziner weiß nichts anderes damit anzufangen, bis ich dann vor pf ich weiß nich, 's war's vielleicht 20 Jahre schon her, bis ich dann zum chinesischen Institut gegangen bin und gesagt hab, so, dass is mein Problem und ich will kein Antibiotika mehr nehmen für meine Bronchitis, ich will einfach keine Bronchitis mehr und dann hab ich ne chinesische Kräuterteekur gemacht und Akupunktur und von Stund an hatt' ich keine schwere Bronchitis mehr. (interrupted by interviewer sign of attention) So und dann hab ich nämlich angefangen mit dem Salbei. Salbeiaufguss oder Salbei Kochen. Das sind zwei verschiedene (interrupted by interviewer sign of attention) Sachen, also der gekochte Salbeitee is viel intensiver für m für mich. Also wenn ich im Winter merke hier irgendwas is im Busche, dann mach ich sofort, koch ich mir Salbeitee richtig strong (interrupted by interviewer sign of attention) und das äh is etwas was mir total gut tut. Mag bei anderen anders sein. Keine Ahnung. Und dann alte Hausmittel, also gekochte Kartoffeln, wenn es hier irgendwie verschleimt is. Kennst des auch?

- 188 [0:31:34.5] **Other Person:** Ja ja.
- 189 **Interviewer:** [0:31:35.2] Gekochte Kartoffeln in so'n Handtuch rein und dann wurden die zerdrückt und dann hat man hier ganz lange äh mit dieser Packung sozusagen gelegen, bis äh alles rausgezogen is, was da nich äh reingehört, oder alles aufgeweicht wurde.
- 190 **Interviewer:** [0:31:48.9] Die Kartoffeln noch warm?
- 191 **Participant:** [0:31:50.1] Ja
- 192 **Interviewer:** [0:31:50.7] Heiß?
- 193 **Participant:** [0:31:51.4] Ja.
- 194 **Interviewer:** [0:31:52.1] W also frisch gekocht praktisch.
- 195 **Participant:** [0:31:54.3] Frisch gekocht, so dass man's grade noch ertragen kann (interrupted by other person) und dann
- 196 [0:31:57.7] **Other Person:** Musst aber auch aufpassen, dass nich zu heiß (interrupted by participant) is (laughter)
- 197 **Participant:** [0:31:59.2] Ja ja ja stimmt.
- 198 **Interviewer:** [0:32:00.0] He grad sagen, also sonst muss man irgendwas suchen gegen Verbrennung.
- 199 **Participant:** [0:32:02.5] Ja ja ja ja ja genau. (interrupted by interviewer sign of attention) Also das is.
- 200 **Interviewer:** [0:32:05.6] Aber okay. Kartoffeln kochen und zerdrücken und dann auf (interrupted by participant) den Brustbereich legen.
- 201 **Participant:** [0:32:11.3] Packen genau.
- 202 **Interviewer:** [0:32:18.4] Gibt's was spezielles, was Sie bei Verdauungsproblemen und im Magen Darm Trakt Problemen benutzen würden?
- 203 **Participant:** [0:32:25.2] Tja. Verdauungsprobleme. Ähm Süßholz. 'S is mehr für Magen und für Hals. Fenchel natürlich Fenchel, Anis, also ich hab ähm äh genau Fenchel, Anis und was noch? Kümmel. (interrupted by interviewer sign of attention) Die drei Sachen sind auch in unserem Teerepertoire für die Winterzeit.
- 204 **Interviewer:** [0:32:53.3] In welcher Form benutzen sie das dann?
- 205 **Participant:** [0:32:55.2] Wird gekocht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Richtig ordentlich aufgekocht und womit wir auch, also ich auch bei der Bronchitis öh gute Erfolge erzielt hab, mit indischem Tee. (interrupted by interviewer sign of attention) Also Ingwer, Anis, Fenchel, ähm Kardamom, Zimtstange (interrupted by other person), Nelke, das war's glaub ich. Eigentlich sind's 7. Was fehlt denn noch? Na jedenfalls das dann 10 Minuten, viertel Stunde gekocht (interrupted by interviewer sign of attention), abgeseibt und dann mit Honig oder manchmal mit Milch, mit Milch wird das ja traditionell getrunken. Das is gut für Halsgeschichten für mich. (interrupted by interviewer sign of attention) War sie schon mal in Indien?
- 206 **Interviewer:** [0:33:56.5] Na. Indien war ich noch nich bisher. Hauptsächlich in Europa unterwegs gewesen (interrupted by participant) und in Südamerika.

- 207 **Participant:** [0:34:03.9] Okay. Südamerika war ich noch nicht (interrupted by interviewer sign of attention) außer Cuba.
- 208 [0:34:07.0] **Other Person:** Aber da gibt's bestimmt auch einiges (interrupted by participant) so Sachen.
- 209 **Interviewer:** [0:34:11.4] Da hab ich ich aber nicht ran gewagt. Das ganze, also meine Biodiversität, die ja in in weiten Teilen Südamerikas vorzufinden sind sind wahnsinnig, also (interrupted by participant)
- 210 [0:34:22.1] **Other Person:** Ja ja ja. Kennt man wahrscheinlich auch noch ganz vieles nicht, jedenfalls in der Europäer, als Europäer kennt man das nicht.
- 211 **Interviewer:** [0:34:27.8] Wahrscheinlich ja (interrupted by other person). 'S gibt tatsächlich äh immer wieder Expeditionen, also auch von von Pharmafirmen in die Gebiete (interrupted by other person) (interrupted by participant), weil ja doch auch viel von der von der traditionell westlichen Medizin auf Pflanzenwirkstoffen basiert. (interrupted by other person) (interrupted by participant) Ähm so viel synthetisch wird ja gar nicht gemacht, aber dann wird halt, was werden Expeditionen gestartet und dann wird geschaut was gegen was wirkt, oder was welche Stoffe enthält (interrupted by participant). Sehr spannend ja. (interrupted by participant) Ziemlich spannend.
- 212 **Participant:** [0:34:57.1] Ja. Da fällt mir ein ich bin einmal, als wir im Himalaya waren ich bin einmal bei einem tibetischen äh Mediziner gewesen. Kannst du dich noch erinnern? Ich glaub oben in Leh. Der hat, wir hab ich so kleine äh Kügelchen gekriegt, ich weiß gar nicht mehr wo für, wo gegen. Kann ich mich, also
- 213 [0:35:15.2] **Other Person:** Nicht homöopathisch Kügelchen?
- 214 **Participant:** [0:35:17.2] Ne ne ne ne ne, das war Kräuterzeug was er mir da zusammengedreht hat. Ich weiß auch gar nicht mehr wofür. Jedenfalls sieht das so'n bisschen aus wie Kuhkacke. Mit stü mit mit Faserstoffen (interrupted by interviewer sign of attention) drin, also so'n, ja es das ist halt Grünzeug, aber ich kann mich nicht mehr erinnern. Ne, das hab ich auch nicht weiter verfolgt. Da hab ich mir noch'n schönes Buch gekauft über tibetische Medizin. Tibetische Medizin. Tja.
- 215 **Interviewer:** [0:35:54.1] Wann glauben Sie, haben Sie das jetzt gelernt, was sie mir gesagt haben, also wir haben ja eben schon mal drüber gesprochen, wo das Interesse grob herkommt und wieso sie jetzt den Garten hier haben, aber was glauben Sie in welchem Lebensabschnitt, oder mit welchem Grund sie das, sich das Wissen angeeignet haben.
- 216 **Participant:** [0:36:14.8] Tja. Ähm.
- 217 **Interviewer:** [0:36:20.4] Ist ne gute Frage ne?
- 218 **Participant:** [0:36:21.4] Des ne gute Frage ja. Also erstmal (interrupted by other person) also meine Migräne hat ganz viel damit zu tun. Also auch selber ausprobieren und dann diese ewige Bronchitis und die Abneigung gegen Arzneimittel (interrupted by interviewer sign of attention) und vor allen Dingen auch das eingeschränkte Wissen der Mediziner, wenn der Arzt zu mir sagt, nehmen sie einfach das Doppelte (interrupted by interviewer sign of attention). Ich meine, dass sind ja ein einschneidende Erlebnisse, wo man denkt, also so geht's ja nicht.
- 219 [0:36:47.0] **Other Person:** Ja jetzt so gu können wir sagen, vielleicht die Grenzen, das an deinem eigenen Leib die Grenzen der Schulmedizin (interrupted by participant) erfahren und äh genauso mit der Unverträglich. Es ist ja auch so (interrupted by participant), dass (inaudible) nicht äh medizinisch nicht exakt nachzuweisen und (interrupted by participant), weil's eben keine Allergie ist und weil's keine Zöliakie ist und ja. Und das ist ja genau sowas (interrupted by participant) ja.
- 220 **Participant:** [0:37:12.2] Und vor allen Dingen, also meine Mutter ist auch eine, die auch eher im Garten geht, oder meine Oma war's auch, die eher im Garten ging und irgendwelche Kräuter sich da gepflückt

ham und irgendwelche Tees für alle möglichen Sachen parat hatten.

221 **Interviewer:** [0:37:30.0] Wer würden Sie sagen hat von den beiden Frauen die größere Rolle gespielt im Bezug auf Gartenwissen?

222 **Participant:** [0:37:36.7] Ich glaub meine Großmutter. (interrupted by interviewer sign of attention) ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Tja.

223 **Interviewer:** [0:37:43.6] Das mit der Migräne und mir der Bronchitis das war, hatten Sie eben schon mal in den 20ern gesagt, oder?

224 **Participant:** [0:37:47.8] Ja ich war 24 25 oh puh so (interrupted by interviewer sign of attention). Bis Ende 20 da. 21 bin ich angefangen homöopathisch gegen die Migräne (interrupted by interviewer sign of attention) gegen anzugehen.

225 **Interviewer:** [0:38:04.4] Um das zeitlich verorten zu können, darf ich Sie fragen wann sie geboren sind?

226 **Participant:** [0:38:07.5] 50. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich bin also 71.

227 **Interviewer:** [0:38:09.8] 71 okay. Wie formulier' ich jetzt die Frage? Sie meinen, dass sie in der Nachkriegszeit aufgewachs, also Sie sind ja dann in der Nachkriegszeit aufgewachsen.

228 **Participant:** [0:38:24.2] Ja

229 **Interviewer:** [0:38:24.6] Und Sie meinten auch, dass da weniger dann vorhanden war. Sehen Sie 'n Unterschied zwischen Gärten heute und Gärten damals?

230 **Participant:** [0:38:36.9] Naja. Also die Gärten die ich kennen gelernt hab in meiner Kinderzeit das waren natürlich nich 100% Nutzgärten. Das so nich. Es gab immer Blumenrabatten, aber der Nutzgarten war natürlich der der große Garten und es wurde alles angebaut und man hat, also ich bei meinen Großeltern auf dem Bauernhof, da seh ich noch die großen Mieten äh so und so tief und denn hier lang die Möhren und da sie Sellerie und da die Kohlköpfe und da die Kartoffeln und und so weiter. Und im, oder die Rote Beete und im Winter hat man dann das wieder rausgeholt. Das war die Vorratswirtschaft, was ma alles Bohnen hat man eingekocht, genau Erbsen auch, oder getrocknet. Tja das war meine Kinderzeit. Da gab's keinen keinen äh Supermarkt gleich um die Ecke. Genau. Wenig Zucker. Das Mehl wurde noch selber gemahlen oder das Weizen mehr würde vom vom vom vom brachte der Milchwagen mit. Mir dämmert's. Jawoll. Aus'm nächstgrößeren Ort vom Müller. Solche Geschichten.

231 [0:39:53.9] **Other Person:** Naja das war eben auf'm Dorf denn ne.

232 **Participant:** [0:39:55.5] Genau, das war auf'm Dorf. Und wenn Oma gebacken hat dann wurde richtig gebacken. Also nicht nich so'n kleines irgendwas, sondern (interrupted by interviewer sign of attention) drei große Brote und den ganzen Ofen voll gemacht und so weiter.

233 **Interviewer:** [0:40:12.1] Wie hatt'n das gehalten?

234 **Participant:** [0:40:14.2] Steintopf. (interrupted by interviewer sign of attention) Im Keller.

235 [0:40:18.2] **Other Person:** Ja sag ich Sauerteigbrot.

236 **Participant:** [0:40:19.5] Ja ja. Lange (interrupted by other person) Teigführung jo. Ja.

237 **Interviewer:** [0:40:29.6] Würden sie sagen, dass sie in der Schule irgendwann mal s pflanzenbezogene Kurse, oder Klassen hatten, oder in der Schule darüber was gelernt haben?

- 238 **Participant:** [0:40:36.1] Ne. Sowas nich. (interrupted by interviewer sign of attention) Also (laughter) ich hab's nachher, als ich selber Lehrerin war gerne weitergegeben (interrupted by interviewer sign of attention), also die 7ten Klassen, wenn wir Projektstage hatten. Der Natur auf der Spur und was weiß ich was. Was blüht denn da. All solche Geschichten hab ich dann gemacht, weil ich das einfach immer spannend gefunden hab und ich immer gedacht hab, die Kinder heute ham keine Ahnung was am Wegesrande steht.
- 239 [0:41:04.1] **Other Person:** Oder habt ihr nich mit der Heimatkunde sowas gemacht bei euch?
- 240 **Participant:** [0:41:07.2] Ja, in der Heimatkunde, da ham wir Blätter gezeichnet vom Lindenbaum, vom (interrupted by other person) von der Eiche, von der Buche sowas, aber (interrupted by other person) mh (interrupted by other person) Heilpflanzen.
- 241 [0:41:18.1] **Other Person:** Kannst'e, konntest'e wenigstens wie se Bäume unterscheiden. Das konnt die Leute (interrupted by participant) offensichtlich heute auch nich.
- 242 **Participant:** [0:41:21.8] Genau (interrupted by other person) und Gräser, ich erinnere mich, dass wir irgendwann Gräser zeichnen mussten (interrupted by other person) in der Grundschule. Ja.
- 243 [0:41:29.8] **Other Person:** In den großen Ferien in der vierten Klasse oder in der dritten Klasse sin, mussten wir Gräser sammeln, die dan aufkleben (interrupted by participant). 30 verschiedene Gräser. (interrupted by other person) Nie gedacht, dass es so viel gibt.
- 244 **Participant:** [0:41:41.2] Das is'n bisn aubertrieben. (laughter)
- 245 [0:41:42.5] **Other Person:** Ja, gab's aber. Zu der Zeit war das anders (inaudible).
- 246 **Interviewer:** [0:41:48.8] Also in der Schule eher nich. Würden sie denn sagen, dass sie professionellen Kontakt ma zu Heilkräutern hatte, also im ah sie waren Lehrerin, oder?
- 247 **Participant:** [0:41:59.9] Ja.
- 248 **Interviewer:** [0:42:00.2] Ham sie, sind sie mal einem anderen Beruf nachgegangen, der Heilkräuter näher war, oder haben sie als Lehrerin mit Heilkräutern professionell Kontakt gehabt?
- 249 **Participant:** [0:42:09.6] Ne (interrupted by interviewer sign of attention), ne. So kann man das nich sagen (interrupted by interviewer sign of attention). Ne ne also auch beim UGB, das war zwar alternative Ernährungsgeschichte, aber mit Heilkräutern hatte das nichts zu tun. Das war schon spezielles, privates (interrupted by interviewer sign of attention) Interesse.
- 250 **Interviewer:** [0:42:32.3] Okay, also privates Interesse.
- 251 **Participant:** [0:42:33.8] Ja.
- 252 **Interviewer:** [0:42:35.2] Sind ihre Eltern auch aus der Region?
- 253 **Participant:** [0:42:39.1] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Mein Vater zumindest, meine Mutter is aus Berlin.
- 254 **Interviewer:** [0:42:43.7] Ja? Okay. Sie ham dann Lehramt studiert, oder?
- 255 **Participant:** [0:42:52.6] Ne (interrupted by interviewer sign of attention) ne.
- 256 **Interviewer:** [0:42:54.5] Au jetz wird's interessant. (interrupted by participant) Keine studierte Lehrerin. Ja das doch ma was schönes.

- 257 **Participant:** [0:42:59.2] (laughter) Ich bin keine ordentlich Lehrerin, ich bin eine unordentliche Lehrerin (laughter)
- 258 **Interviewer:** [0:43:03.4] Das soll nich heißen, dass es 'ne schlechte Lehrerin is ne, also.
- 259 **Participant:** [0:43:05.7] Genau. Muss nichts heißen. Also ich habe ähm, ich bin in die Schule reingeraten äh indem ich, ich hab ne Meisterprüfung als Hauswirtschaftsmeisterin (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm ich hab Erwachsenenpädagogik studiert und bin dann über die Hauswirtschaft in die Schule geraten, weil sie grade Leute brauchten (interrupted by interviewer sign of attention). Ja das is einfach so un da bin ich dann irgendwie bin ich da hängen geblieben. Zwischendrin hab ich denn auch diese Ernährungsberatungsförderung, Ausbildung gemacht und Familientherapie und was weiß der Teufel was alles. So. Jedenfalls bin ich letztendlich 30 Jahre lang in bremer Schulen Lehrerin gewesen.
- 260 **Interviewer:** [0:43:48.3] Okay. Was wäre dann ihr höchster Abschluss?
- 261 **Participant:** [0:43:53.0] Mein höchster Abschluss? (interrupted by other person) Die Meisterprüfung (interrupted by interviewer sign of attention) im Grunde. Ich habe 2 Gesellenbriefe 2 äh 2 äh andere Abschlüsse, aber auch Familientherapie, dass is alles nur berufsbegleitend gewesen. Die Meisterprüfung und auch auch in der Erwachsenenpädagogik hab ich keine Abschlussprüfung mehr gemacht, weil ich schon längst in der Schule war. Also das einfach mir nicht weitergeholfen hätte zu der Zeit. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 262 **Interviewer:** [0:44:17.9] Würden sie sich auch ja, entschuldige.
- 263 **Participant:** [0:44:19.5] Ja, also (inaudible) kommen denn so Sachzwänge da rein. Meine eigenen Kinder waren dann soweit, dass sie anfangen stud zu studieren und dann braucht ich einfach auch das Geld. So is es. Ja.
- 264 **Interviewer:** [0:44:31.4] Hm. Würden sie sich als neugierig bezeichnen?
- 265 **Participant:** Neugierig? (interrupted by interviewer sign of attention) Um jeden Fall (interrupted by interviewer sign of attention). Aber sicher doch. Heha
- 266 **Interviewer:** [0:44:39.0] Es schwingt schon'n bisschen Empörung mit. (interrupted by participant) Wie kann ich sowas fragen ne.
- 267 **Participant:** [0:44:42.9] Als (laughter) als ich in Ruhestand gegangen bin, da hab ich angefangen Klarinette zu spielen (laughter) ja es is ja schon. Boah ich hatte niemals, also ich spiele mehrere Instrumente, aber keins spiel ich ordentlich und ich dachte verdammt nochmal, nie war Geld da, genug also dass ich und auch keine Zeit (interrupted by interviewer sign of attention) äh Einzelunterricht Klarinette.
- 268 **Interviewer:** [0:45:02.6] Ham (interrupted by participant) sie sich aber was schwieriges ausgesucht, oder? (interrupted by interviewer sign of attention) Klarinette is nich so einfach.
- 269 **Participant:** [0:45:06.2] Is nich so einfach.
- 270 [0:45:06.9] (unrelated to topic)
- 271 **Participant:** [0:45:35.4] Ja, das mach ich jetzt seit 5 Jahren und, (interrupted by interviewer sign of attention) also, ja und mit dem Garten hier, bevor sie gehen müssen sie sich gleich die Bilder drinnen auch angucken, die wir hier im Garten gemacht haben (interrupted by interviewer sign of attention) sonst kommen sie nich (interrupted by interviewer sign of attention) vom Hof (laughter)

- 272 **Interviewer:** [0:45:46.6] Können wir machen. Okay gerne gerne.
- 273 [0:45:47.5] **Other Person:** Der Vorteil von ner Klarinette is natürlich, man kann ihr einfach äh (interrupted by participant)
- 274 **Participant:** [0:45:50.3] Genau, ich kann sie mitnehmen. (interrupted by other person) (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ja ja (interrupted by other person). Kleines Köfferchen. Klavier steht zuhause.
- 275 **Interviewer:** [0:45:57.6] Kann man gut aufbewahren, ja.
- 276 [0:45:59.2] **(unrelated to topic)**
- 277 **Participant:** [0:46:22.5] Also ich würd schon sagen, dass ich neugierig bin und hier mit dem garten. Kein Gartenjahr is so wie das andere. (interrupted by interviewer sign of attention) Es is einfach so, dass die Klimatischen Verhältnisse und die Tierwelt und das was wir letztes Jahr gesehen haben. Kommt es dieses Jahr wieder, also die Spannung, wird es mit den Artischocken. Letztes Jahr hatten wa Artischocken, die waren so hoch, die hatten solche Köpfe. Solch Blüten. Also wir ham immer mal eine stehen lassen als Blüte, weil sie einfach toll aussieht und die anderen ham wa aufgegessen.
- 278 **Interviewer:** [0:46:52.5] Für die Aufnahmen, es wird groß gezeigt, also große Artischocken. (interrupted by participant) Ja.
- 279 **Participant:** [0:46:56.3] Größe Artischocken (interrupted by interviewer sign of attention).
- 280 [0:46:58.5] **Other Person:** Naja, ob da dies Jahr noch was wird weiß man nich ne.
- 281 **Participant:** [0:47:00.6] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Kommt drauf an, was es
- 282 **Interviewer:** [0:47:03.9] Noch is ja'n bisschen Sonne da (interrupted by participant) ne. Bisschen (interrupted by other person) (interrupted by participant) Wärme.
- 283 **Participant:** [0:47:06.7] Mit dem Wetter wird.
- 284 [0:47:08.8] **Other Person:** Und wir ham ja immer immer so Frostperioden manchmal ne Anfang April noch 2 Tage, oder manchma Anfang Mai noch 2 Tage. Je nach dem ob dann der Pfirsich grade blüht denn. Da war letztes Jahr war's so, da hat der grade geblüht wegen, fing er grade an zu blühen, unten, oder oben, weiß ich gar nicht mehr. (interrupted by participant) Jedenfalls hat er da die Blüten alle huit, abasiert (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by participant), dann hat er aber nochma ne zweite Blüte gehabt unten oder oben (interrupted by participant) und dann kam da noch'n Paar. Nich oder, ja manche sind oder auch Kartoffeln ham wa so früh Kartoffeln, Frühkartoffeln so weit raus waren die kommt der Frost, wusch. Alles abasiert, dann müssen sie wieder von vorn anfangen. Also wie kommen dann wieder (interrupted by participant) nach ne, aber.
- 285 **Participant:** [0:47:47.2] Alles schwarz.
- 286 [0:47:49.1] **Other Person:** Das is denn äh manchmal so nich, wenn denn ja. Und Schnecken zum Beispiel ham wir die ganzen letzten Jahre war's so trocken (interrupted by participant), da ham die Schnecken uns eigentlich in Ruhe gelassen nich. Aber dieses Jahr (interrupted by participant) unmöglich ne, also. Jetz grad gestern ham sie hier 'ne ganze Paprikapflanze, so'n Dinge gekappt. Die brauchst'e, also irgend wahrscheinlich nur einzige Schnecke, die f die frisst den Stängel an und dann kippt das Ding um, bup und dann is der ganze Pflanze (laughter) is dann. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 287 **Participant:** [0:48:18.8] Ja so is es. (interrupted by other person)

- 288 [0:48:19.8] **Other Person:** Statt (interrupted by interviewer sign of attention) das sie die Blätter frisst, ich weiß nich, warum die das gemacht hat.
- 289 **Interviewer:** [0:48:23.6] Vielleicht war der Stängel grad lecker. Ja.
- 290 **Participant:** [0:48:24.9] Ja genau, oder die suchte s was saftiges, die Blätter sin 'n bisschen dünn. Ja.
- 291 [0:48:30.8] **Other Person:** Man kann überall lesen, die mögen kein Nachtschattengewächse.
- 292 **Participant:** [0:48:34.3] April April.
- 293 [0:48:35.3] **Other Person:** Auf'n Tomaten auf dem die die Kartoffeln ham se gekillt (interrupted by participant) also.
- 294 **Interviewer:** [0:48:43.5] Joa
- 295 **Participant:** [0:48:44.5] Joa (interrupted by other person) genau. Und ich meine äh diese Aubergine, die ham wir dieses Jahr das erste Mal. (interrupted by interviewer sign of attention) Also 's so viel Versuch hier, ausprobieren, was geht. Und mit dem Fenchel wah. Fenchel das wollte jahrelang nich vernünftig funktionieren und dieses Jahr hatten wir richtig schöne Fenchelknollen, richtig schöne flache, zarte Dinger. Ja. Ma sehen was nächstes Jahr is. Also es is immer ganz viel Ausprobieren und das is etwas, was uns beiden, ich denke, das is eben auch Neugier ne, nich? Wir machen das mal so und wir machen und versuchen mal die und wa versuchen mal das un der Herr (name), der sie hier hergeschleppt hat (interrupted by interviewer sign of attention) äh der hat sein Garten schon 40 Jahre und is äh arbeitet so'n bisschen nach'm Mond und äh der hat gesagt, machen se mal'n wandernden Kompost. Wollen die mal sehen, wie bei mir die Pflanzen auf dem wandernden Kompost sind? Wandernder Kompost, was is das? Genau und dann au äh also Hügelbeet sozusagen. Ich äh (interrupted by interviewer sign of attention) ausheben und dann alles rein von Gras so'n bis frischem Kompost und Küchenabfällen und Holzresten und so weiter und dann Erde wieder oben drauf und dann hatten wa da unten ne Fußbodenheizung (interrupted by interviewer sign of attention). Perfekt (interrupted by interviewer sign of attention), wunderbar. Das haben wir dann hier auch angewendet und wunderbar. Also man kann äh einiges machen und testen hier und erfahren. Ja, also die Erde aufwerten, die Leute, die hier vorher waren, hatten den Garten fast 50 Jahre und waren schon Mitte 80, als sie den abgegeben haben und ham in der letzten Zeit nich mehr viel gemacht, viel sie's einfach nich mehr konnten. Is auch ne Kräftefrage. Des is einfach so.
- 296 [0:50:24.1] **Other Person:** Naja de war des war ausgelutscht (interrupted by participant) der Garten.
- 297 **Participant:** [0:50:26.8] Fertig der war'n bisschen. Ja. Da da fehlt dann bisschen Power. Jo und seitdem ackern wir hier, aber da es uns Spaß macht is es, also immer mim Handy, weil es gibt ständig irgendwas zu fotografieren, irgendwas kreucht da immer rum.
- 298 [0:50:42.6] **Other Person:** Und der Rasen wird jedes Jahr kleiner. Wird jedes Jahr weniger (interrupted by participant) noch. Nachher geht's wieder umgekehrt ne.
- 299 **Participant:** [0:50:48.8] Ja genau. (laughter)
- 300 [0:50:51.5] **Other Person:** Bei unseren Vorgängern, die hatten ja sozusagen viel Rasen und denn nur noch'n paar Stauden, sonst hatten die gar nix mehr (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by participant). Einfach klar, weil dass dann relativ pflegeleicht is.
- 301 **Interviewer:** [0:50:59.2] Ja klar. Sind viel, viele Gärten, also jetzt hier auf der auf der Insel nich so angelegt, aber wenn ma jetzt nach außen geht, weiter in die Gebiete, sind viele Gärten angelegt, so dass sie möglichst wenig Arbeit machen. (interrupted by participant) Is auch schön, hilft mir nur nich besonder weiter, aber (interrupted by participant), klar als ja.

- 302 [0:51:15.3] **Other Person:** Ja (interrupted by interviewer sign of attention) vom Kleingartengesetz her müssen 30% der Gartenfläche als Nutzgarten verwendet werden. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is eigentlich Pflicht, Verpflichtung. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 303 **Interviewer:** [0:51:25.8] Das es Pflicht is weiß ich, aber da gibt's ja anscheinat kreative Wege drum rum (interrupted by participant) (interrupted by other person) und dann gibt's äh.
- 304 [0:51:30.0] **Other Person:** Naja gut, aber es reicht, wenn er da ein zwei Bäume stehen hat, so (interrupted by interviewer sign of attention) reicht das (interrupted by participant) schon, nich, (interrupted by interviewer sign of attention) aber manche Leute ham noch nich ma das, da frag ich mich auch, wo ham die ihre 30% Nutzgarten. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 305 **Participant:** [0:51:38.1] Ja aber ich mein man will den alten Leuten ihren Garten nich wegnehmen, wenn sie da glücklich sind und wenn sie ihn gepflegt halten. Es is auch äh Erholungsfläche für Bremen (interrupted by interviewer sign of attention), is so, also jetz spazieren, laufen ja ganz viele Leute hier spazieren.
- 306 **Interviewer:** [0:51:51.9] Ja. Na sowieso. Wär da auch nich so streng. Hm ja ja. Ja is Ihnen noch was eingefallen, irgendwie, was sie mir noch erzählen möchten zu Kräutern, oder zu dem Garten, weil wenn nich, würd ich hier Aufnahme beenden.
- 307 **Participant:** [0:52:11.3] Genau.
- 308 **Interviewer:** [0:52:11.9] Alles was wir sagen muss ich ja auch übersetzen in Schrift.
- 309 **Participant:** [0:52:15.0] Ja ja nur zu, machen sie des.
- 310 [0:52:16.5] **Other Person:** Ach hier gibt's doch schöne Programme, oder (interrupted by participant) (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)
- 311 **Interviewer:** [0:52:19.9] Darf n leider noch nich, oder noch nicht preiswert. (interrupted by other person)
- 312 [0:52:22.8] **Other Person:** Funktioniert nich so gut, ne. (interrupted by participant) (interrupted by interviewer sign of attention)
- 313 **Participant:** [0:52:25.3] Ja äh mein **Lavendel** is natürlich auch so vom Duft her schon beruhigend, als Tee beruhigend und ich weiß was als Mischung, als Aromastoff in verschiedenen Kräutermischungen, die nich so lecker sind ohne Lavendel.
- 314 [0:52:47.9] **Other Person:** Aber ich mein, gibt's doch'n paar andere Kandidaten, die eigentlich mehr ne, also zum Beispiel äh war (name), die will, macht ja auch alle möglichen Sachen.
- 315 **Participant:** [0:52:56.7] Tja, genau. Sind noch zwei, aber die st, gehen wahrscheinlich schon in's Bett, die stehen immer um 6 Uhr auf und fangen schon sofort an zu arbeiten, also, aber die sind äh auch wären auch interessant für Sie sicherlich (interrupted by interviewer sign of attention).
- 316 **Interviewer:** [0:53:10.5] Kennen sie noch irgendwen, der vielleicht nach 83 geboren is?
- 317 **Participant:** [0:53:16.2] Ja (interrupted by other person) das äh äh (name) garantiert ne. Wie alt mag (name) sein, wollen wa ma eben überlegen.
- 318 [0:53:23.4] **(unrelated to topic)**
- 319 [0:55:56.1] **Other Person:** Sonst hätten wir nur noch ne Kandidatin, die in Vietnam geboren is, aber das passt ja eben auch mehr.

- 320 **Interviewer:** [0:56:00.5] Ne. Das (interrupted by participant) passt leider nicht. 'S auch super interessant (interrupted by participant) (interrupted by other person). Ich werd auch immer 'n bisschen vorwurfsvoll angeschaut, wenn ich sage, ich hätt' gern Leute so aus Deutschland, Norddeutschland, dann, speziell in Bremen, so, (interrupted by participant) "wie, ich fall da raus"? Ja, nicht weil ich, sondern, weil ich muss.
- 321 **Participant:** [0:56:16.1] Ja ja genau. Ich mein, das is ja'n enges Gebiet und äh das äh so eng is es nun auch wieder nicht, das Gebiet (interrupted by interviewer sign of attention), also man man muss (interrupted by interviewer sign of attention) äh sich ja einschränken, sonst verzettelt (interrupted by other person) man dann.
- 322 [0:56:25.2] **Other Person:** Ja aber warum äh w ich mein wä ich mein, das äh das is ja nu Ihre Frage, ich frag aber für Ihre Arbeit, oder was?
- 323 **Interviewer:** [0:56:30.3] 'S sind Vorgaben, die ich mir selbst gesc ge gesetzt habe, (interrupted by participant) aber ich bin kein großer Fan davon das dann in der Mitte umzuwerfen, weil ich nicht die Ergebnisse erziele, die ich gerne erzielen wollen würde (interrupted by other person). Äh, es gibt ja'n großen, also in der Wissenschaft gibt's ja'n ne große Schwäche grade, dass positive Nachrichten viel einfacher veröffentlicht werden und das heißt ich kann 99 Sachen negativ finden und dann die eine positive, die ich finde, die veröffentliche ich, aber das lässt ja'n großen Teil auch dann einfach unveröffentlicht, oder 's is halt nicht so spannend, wenn ich sage, ich hab was ich finden wollte hab ich nicht gefunden. (interrupted by participant) Das is nicht so spannend, aber es is halt auch'n Ergebnis, (interrupted by participant) und solange ich m meine Masterarbeit, solange die dann trotzdem als bestanden gewertet is, würd ich dass dann auch gerne so kommunizieren, (interrupted by participant) dass ich dann einfach Sachen gefunden hab, oder eben nicht gefunden hab. (interrupted by participant) (interrupted by other person). Für die Richtigkeit einfach.
- 324 **Participant:** [0:57:27.1] Genau, aber junge äh junge Leute und die dann als Selbstversorger hier im Kleingarten a leben und arbeiten, dass äh find ich schon ganz besonders und die ähm einen tollen Garten. Der is absolut zugewachsen, weil (interrupted by interviewer sign of attention) alles voll is (interrupted by interviewer sign of attention), also die ham keinen Rasen (interrupted by interviewer sign of attention), weil kein Platz für Rasen (interrupted by interviewer sign of attention) ja, also weil sie das Land brauchen.
- 325 [0:57:47.2] **Other Person:** Ja aber wie gesagt, junge Leute sagt du. Gut, im Vergleich zu uns, ne, aber.
- 326 **Participant:** [0:57:50.3] Ja im Vergleich zu uns, natürlich im (interrupted by other person) Vergleich zu uns.
- 327 [0:57:52.8] **Other Person:** Jung sind die auch nicht mehr.
- 328 **Interviewer:** [0:57:53.2] Ne, aber auch für meine Alters, zweite Altersgruppe würd der dann auch, (interrupted by participant) würd zu auch passen ja. (interrupted by participant) Ja.
- 329 **Participant:** [0:57:59.4] Ja. Also das (interrupted by interviewer sign of attention) die beiden sind spannend. Aber wie gesagt auch aus gesundheitlichen Gründen. Der (name) is krank (interrupted by interviewer sign of attention) und ja dann kommt man eben auf ganz neue Ideen.
- 330 [0:58:10.0] **Other Person:** Genau, die jüngeren Leute, die hier auch Gärten haben, ich mein die ham ja meistens auch Kinder. Meistens auch kleine Kinder. (interrupted by participant)
- 331 **Interviewer:** [0:58:16.6] Ich hatte letzte Zeit einfach echt schlecht äh k kein kein Glück mit dem Wetter, deswegen wunder ich mich, wo die ganzen Leute im Kleingarten sind. (interrupted by participant) Äh, aber grade nicht so da. (interrupted by participant) Nicht (interrupted by other person)
- .

332 **Participant:** [0:58:28.8] Die sind nich, die kommen bei Sonne, da kommen se raus.

333 **Interviewer:** [0:58:31.3] Das ein Problem ja. Naja. Ich hab hier noch so'n Datenschutzhinweis (interrupted by participant), da bräucht ich noch ne Unterschrift, drunter, was heißt bräuchte ich, sie können die Unterschrift gerne verweigern.

334 [0:58:40.3] **(unrelated to topic)**

### 7.3.2.6 Interview BO 6

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Eh ja. Guten Tag, hallo. Erstmal
- 2 **Participant:** [0:00:04.2] Hallo.
- 3 **Interviewer:** [0:00:04.4] Gudrun ähm ich hab gehört, du hast, kommst ursprünglich aus Bremen, oder Bremen Umgebung.
- 4 **Participant:** [0:00:12.3] Mhm.
- 5 **Interviewer:** [0:00:13.2] Und das du dich in deinem Garten, oder das du in deinem Garten äh Pflanzen hast, die du auch zu medizinischen Zwecken einsetzen würdest, wenn's dir nicht so gut geht, oder wenn du irgendwelche Beschwerden hast.
- 6 **Participant:** [0:00:23.3] Ja.
- 7 **Interviewer:** [0:00:23.6] Möchtest du mir einfach mal, oder möchtest du einfach mal anfangen darüber zu erzählen was du hier so im Garten hast und wie du das verwendest?
- 8 **Participant:** [0:00:30.3] Was ich für Pflanzen hab, ja, also ich beschäftige mich schon ganz lange generell mit Pflanzen, aber auch mit Heilpflanzen und Giftpflanzen und äh ich hab einfach Interesse daran. Wir hatten früher zuhause 'n Garten und daher kommt wahrscheinlich die Motivation.
- 9 **Interviewer:** [0:00:47.1] Früher meinst du mit in deiner Kindheit?
- 10 **Participant:** [0:00:49.0] In meiner Kindheit mhm (interrupted by interviewer sign of attention) und ich hab schon äh seit ja jetzt 30 Jahren 'n Garten und ähm bau Gemüse an, hab natürlich auch Stauden, die mir einfach gefallen und hab äh aber auch Pflanzen ne, wie zum Beispiel **Mutterkraut**. (interrupted by interviewer sign of attention) Tanacetum (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm dann guck ich immer nach, was äh gibt's äh für Aussagen für diese Pflanzen und dann hab ich gelesen, dass man diese Blätter benutzen kann, wenn man Kopfschmerzen oder Migräne hat. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ich hatte Jahrzehnte lang Migräne und ähm dann sollte man die Blätter ma so auf's Schwarzbrot legen und dann essen. Bei mir hat des leider nicht gewirkt. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, das find ich auch, aber ich fand das erstma so ganz interessant. Ich glaub, das war das erste Mal, dass ich ja mit einer Pflanze, die mir nicht so vertraut is, wie zum Beispiel **Salbei**, oder so ne ähm äh sowas erfahren hab und das fand ich total interessant und dann hab ich mich immer wieder damit beschäftigt und äh, also auch mit Kräutern, was die für ne Wirkung hat und Salbei eben Halsschmerzen, oder so, dass is ja total gut, oder äh Mückenstiche, oder so Stiche, wo man die Blätter einfach so'n bisschen draufreiben kann, oder so. Ähm ja, das benutz ich auch so und die Gewürzkräuter sowieso noch zum essen natürlich. Und ähm so für naja ich hab **Brennnesseln** (interrupted by interviewer sign of attention) und dann äh im Frühjahr gibt's immer ne Brennnesselsuppe und äh ich trockne manche Brennnesseln und äh dann trink ich das als Tee, weil das blutreinigend is. Mh, oder **Frauenmantel**, Alchemilla ähm hab ich auch benutzt, weil ich immer so Menstruationsbeschwerden hatte und dann hab ich immer 'n Tee von gekocht und das hat tatsächlich geholfen. (interrupted by interviewer sign of attention) Das fand ich ähm, ja, das hat mich beeindruckt.
- 11 **Interviewer:** [0:02:57.1] Aus welchen Teilen der Pflanze, bei der Brennnessel und der dem Frauenmantel?
- 12 **Participant:** [0:03:00.3] Ey eh bei der Brennnessel die Blätter (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm und die Samen nehm ich manchmal zu Bratkartoffeln (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention), aber ich weiß nicht, was die Samen da jetzt für ne Wirkung haben ne, aber das schmeckt einfach total gut. Ähm und bei de bei der Alchemilla n nehm ich die Blätter und äh trockne die und scheint die klein und dann hab ich da man, hab ich das aufgebrüht und 'n Tee draus gemacht und dann, ach jetzt hab ich was neues entdeckt hier im Garten. Es siedeln sich ja manchmal Dinge an, die man jahrelang nicht hatte. (interrupted by interviewer sign of attention) Und

irgendwann war das jetzt vor zwei drei Monaten, da dacht ich huch, das hat ich ja noch nie hier. Das ist das **Klettlabkraut** Galium heißt das glaub ich, is glaub ich der lateinische Name. Und dann äh hab ich so nachgeguckt mhm, was kann man damit machen und das ist offensichtlich bei Drüsenerkrankungen ganz gut, also bei grade Schilddrüsenerkrankungen (interrupted by interviewer sign of attention). Wenn man wenn man des frische Kraut so kleinschneidet, kurz brüht und damit gurgelt (interrupted by interviewer sign of attention). Äh und ich hatte mal so'n heißen Knoten in der Schilddrüse und ähm in letzter Zeit hab ich so geschwitzt, hab ich hier äh vielleicht hat das wieder was damit zu tun und dann hab ich immer gegurgelt, aber ich kann von der Wirkung eigentlich noch nicht so wirklich was sagen, aber ich trink auch den Tee und das hat mich total erstaunt, weil, also wenn man älter wird, dass man älter wird, hat man das Problem, dass man nachts immer pinkeln muss, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Und seitdem ich diesen Tee trinke, so kurz aufgebrüht, muss ich nachts nicht mehr zum Klo. (interrupted by interviewer sign of attention) Obwohl ich hab'n Heilpflanzenbuch, da steht, dass es eigentlich harntreibend wirkt (interrupted by interviewer sign of attention), aber bei mir ist 's grad das Gegenteil. Also was für mich einfach ja, find ich spannend. (interrupted by interviewer sign of attention). Ja ja ja ja und das macht mir Spaß sowas so auszuprobieren ne. Ja, was hab ich noch für Pflanzen? Ähm die ich äh. Muss ich erst mal überlegen, das sind immer viele, aber also Heilpflanze, was benutzt ich denn? Da müsst ich mal durch'n Garten gehen, also ich kann mich da.

13 **Interviewer:** [0:05:25.7] Könn wir gerne machen. (interrupted by participant)

14 **Participant:** [0:05:26.5] Ja? Ich muss mal 'n bisschen (inaudible) gucken.

15 **Interviewer:** [0:05:29.9] Also ich interessier mich auch dafür, was sonst noch im Garten (interrupted by participant), also Nutzpflanzen, oder Zierpflanzen. Du meinstest ja, du hast (interrupted by participant) alles drei praktisch im Garten.

16 **Participant:** [0:05:37.6] Ja, ich hab eben, also ich hab vor 2 Jahren hinten so'n Wildstaudenbeet angelegt (interrupted by interviewer sign of attention), weil ich eben viel so mit Wildbienen beschäftige auch (interrupted by interviewer sign of attention) und äh hier das ist total, ja das find ich total äh gut und da sind auch so Pflanzen, also dann hat ich mal so'ne Eselsdistel, aber da weiß ich nicht, was man da so mit macht. Ach was was was gibt's noch? Öhm dieses sä diese äh Achillea, diese Garbe, diese **Schafgarbe** (interrupted by interviewer sign of attention), ja die hab ich auch. Die hab ich vorne. Dieses hier ist so mein Wildstaudenbeet und ah und **Johanniskraut**, genau. Das hab ich, das benutzt ich auch. Das äh das trink manchmal ne Zeit lang als Tee. Das trockne ich auch und äh äh da ich wusste das nicht, ich war mal bei vor vielen Jahren bei ner Homöopathin und da hat ich, ich weiß nicht mehr aus welchem Grund, hab ich Johanniskrauttee getrunken (interrupted by interviewer sign of attention) und denn fragt sie mich irgendwann so ähm und äh geht's dir gut und so. Ja, sag ich, mir geht's eigentlich total gut. Dann sagt sie, aha und wie kommt das? Hab ich gesagt, keine Ahnung und dann ze n reden wir und sagt sie, trinkst du auch genug. Naja sag ich, trink grad viel Johanniskrauttee und da sagt sie, ach ja jetzt weiß ich auch, warum's dir so, also 's war wirklich (interrupted by interviewer sign of attention) ne verblüffende Wirkung (interrupted by interviewer sign of attention). Ich war also, es ist schon vie, also mh Jahrzehnte her, aber ich fand das total interessant. Hab gedacht, das da wär ich nie drauf gekommen, also weil ich mich gar nicht damit beschäftigt hab, was hat, was ist die Wirkung davon, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Ja und das hab ich hier auch, das vermehrt sich eben gut.

17 **Interviewer:** [0:07:27.3] Welchen Teil davon benutzt du?

18 **Participant:** [0:07:28.7] Äh Blüten und Blätter. (interrupted by interviewer sign of attention) Und äh, ja das nehm ich hier so, also n wie gesagt, dann hab ich hier ja noch so Eberraute, das weiß ich nicht, wofür man die eigentlich verwenden kann. Ich mag den Geruch einfach so gerne. Das ist so'ne Artemisia Pflanze und dann hab ich halt hier vor 2 Jahren ungefähr, hier das ist so'n Waldziest, der soll ja auch, was hat der noch für 'ne Wirkung? Aber hab ich selbst noch nicht probiert, weiß ich nicht. Und denn gibt's hier, weiß nicht, ob du die Pflanze kennst, das ist eine Scrophularia, eine Braunwurz, aber da weiß ich auch äh das ist ja so'n lateinischer Name, ich weiß gar nicht wofür der steht. Muss ich nochmal nachgucken. Hab ich aber auch noch nicht ähm äh so genommen. Ja, also das sind eben

überwiegend äh äh (interrupted by interviewer sign of attention) und dann naja gibt's halt hier die, na, hab ich jetzt die Samenstände runtergeschnitten, weil die sich so vermehren, die Digitalis, also diese Eisenhut, äh also Aconitum hab ich vorne, oder so, aber da muss man ja 'n bisschen vorsichtig mit sein, (laughter) die sind ja sehr giftig.

19 **Interviewer:** [0:08:51.0] Machst du damit was?

20 **Participant:** [0:08:52.2] Nein, da mach ich nichts mit, das is äh, also benutz ich so als Zierpflanze, ich find sie einfach schön und sind, also grade die Digitalis, das is unglaublich, was für Hummeln da rein gehen (interrupted by interviewer sign of attention), das find ich total, also was find ich total spannend. Ja. Ja dann hab ich hier diese Melde, da das ich immer im Salat, die, eines Tages war die hier, nich das ich die ausgesät hab und (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Ja ja die Rote Melde. Ich hatte auch ma die Grüne Melde, aber naja manchma verabschieden sich die Pflanzen einfach wieder so ne. Das wechselt immer, was sich so anpflanzt. Ja. Hab ich denn sonst noch irgendwas, was ich benutze? Geranien, hm hm, ne, ich glaub. Ich kann mich nich erinner. Also ich hab nich so wahnsinnig viel Erfahrung damit, ne, aber ich probier immer so Sachen aus, wenn ich irgendwas habe und denk, aha guck ma nach, was kann man da für'n was kann man da für'n Kraut nehmen, so is der Weg immer, ne, wenn ich irgendwie was hab. Zum Beispiel, ach ja, **Beinwell** (interrupted by interviewer sign of attention), das is natürlich auch so'n äh, also da kann man ja so'n Brei draus machen, wenn man so Verstauchungen hat, oder so, das hab ich auch schon benutzt. Das, also äh fand, 's ging jedenfalls weg. Ob es denn wirklich daran gelegen hat weiß ich ja nich, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Aber äh es hat gewirkt, genau. Beinwell.

21 **Interviewer:** [0:10:23.3] Aus welchen Teilen der Pflanze hast du den Brei gemacht?

22 **Participant:** [0:10:25.2] Äh, aus den Blättern.

23 **Interviewer:** [0:10:26.6] Aus den Blättern okay. Und hier hinten sind Nutzpflanzen seh ich grade.

24 **Participant:** [0:10:32.0] Ja, da sind überwiegend Nutzpfla, achso und Calendula is na, da mach ich, da mach ich manchma ne Salbe draus, so auf äh Bienenwachsbasis, oder so und das is auch für kleine Wunden total gut. Also das benutz ich dann auch immer. Ja d diese hier, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Diese Ringelblumen. Ja, das sät sich ja alles so aus. Das sind überwiegend Nutzpflanzen. In diesem Jahr'n bisschen dürftig. 'S Wetter war einfach so schlecht, aber. Ja und dann manchma trink ich auch'n Tee aus Brombeerblättern. Die trockne ich auch, aber ich weiß nich mehr, ich mag des halt gerne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, ja, Knoblauch.

25 **Interviewer:** [0:11:20.8] Gemüse baust du (interrupted by participant) da hinten, Gemüse baust du da hinten an, oder?

26 **Participant:** [0:11:24.2] Ja, das is so mein äh meine Gemüseabteilung und äh ja, so und und hab ich Beeren ganz viele oder sowas ne.

27 **Interviewer:** [0:11:35.1] Was, wenn ich fragen darf, baust du an als Gemüse?

28 **Participant:** [0:11:38.0] Also ich hab da hinten hier in dem im diesem Hochbeet sind äh Kürbisse und Zucchini. (interrupted by interviewer sign of attention) Hier hab ich Gurken an diesem Gestänge, aber die mh merk ich schon wieder f vielleicht stehen sie doch wieder zu dicht. Dann hab ich hier'n paar Möhren und Zwiebeln, dann bau ich da ähm Zuckerhut an, kennst'e den Salat?

29 **Interviewer:** [0:12:02.2] Ja.

30 **Participant:** [0:12:02.5] Ich find den total, ich mag den total gerne. Hab ich hier'n bisschen Mangold, den krieg ich manchmal Pflanzen geschenkt und andere Salate. Erdbeeren da hinten, kommt jetzt der Grünkohl, dann bau ich Lauch an, mag ich gerne. Eben und Tomaten hier'n bisschen Freilandtomaten, aber es is immer schwierig. Ähm und ja Salate verschiedene und dann und äh ich mach auch n äh hier

zum Beispiel kommt ganz viel Rauke jetzt, die lass ich immer, die gehen immer so in so in Saat und dann ähm schmeiß ich einfach die Samen hier hin und so vermehrt sich das immer wieder. Ich find es ganz interessant mit der Vermehrung (interrupted by interviewer sign of attention). Ich mach das auch mit Radieschen und so, dann und dann nehm ich die Samen wieder selber. Mhm. Ja, Kartoffeln mach ich eher weniger, braucht immer so viel Platz und Bohnen sind in diesem Jahr alle von den Schnecken weggefressen und Rote Beete bau ich immer an, (interrupted by interviewer sign of attention) das die mag ich gerne. Ja, ich liebe das. Ich liebe Rote Beete. Ja so und dann hab ich da ganz viel Rhabarber. Ja so.

31 **Interviewer:** [0:13:07.1] Zwiebeln seh ich noch.

32 **Participant:** [0:13:08.4] Ja hier die Zwiebeln ja, genau. Da nehm ich jetzt schon ma immer eine, wenn ich zuhause eine brauche. (laughter) genau. Dann hab ich natürlich Erdbeeren auch gehabt. Da muss ich jetzt 'n neues Beet anlegen. Ja. Ja da kommt am eine Bohne hier zwischendurch, aber es is (laughter) wie (interrupted by interviewer sign of attention), aber immerhin hat sie jetzt Blütenansätze hier. Da is noch eine und noch eine, aber des is einfach dürftig.

33 **Interviewer:** [0:13:39.8] 'N bisschen traurig ja.

34 **Participant:** [0:13:40.7] Ja, dass war einfach im Frühjahr zu lange zu kalt. (interrupted by interviewer sign of attention) Es war so schwierig die Pflanzen vorzuziehen und dann hatt ich ganz viel zuhause vorgezogen und dann hab ich die hier in's Gartenhaus gestellt (interrupted by interviewer sign of attention) und dann hat ich aber 'n Mäuschen irgendwie im Garten. (laughter) Dann waren das, war das alles weggefressen. Hab ich ja oh nein, dieses Jahr wird das nichts.

35 **Interviewer:** [0:14:03.8] Mh Maus hat sich bestimmt gefreut, ja.

36 **Participant:** [0:14:05.8] (laughter) Ja, damit muss ma halt leben, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Guck und **Lavendel** is natürlich auch ganz schön ne. Das is ja, ich hab ma so'n Kissen gemacht mit so verschiedenen Kräutern aus äh Lavendel, weil das ja so beruhigend is, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) und ich mag den Geruch gern. Ja. Hier die Melisse, aber da mach ich nich so viel mit weil ich so naja.

37 **Interviewer:** [0:14:31.3] Ja hatten wir schon (interrupted by participant)

38 **Participant:** [0:14:32.3] Is nich so mein mein Geruch.

39 **Interviewer:** [0:14:34.4] Meintest, wär schmeckt dir seifig oder?

40 **Participant:** [0:14:36.5] Ja ich hab, ja, ich finde. Und den hab, ach so den hab ich in de in des is meine Heilpflanze, weiß ich nich, hab noch Seifenkraut ganz hinten und äh das find ich ganz interessant, hab ich ma versucht, weil mh weil man da aus diesen Wurzeln, damit kann man tatsächlich waschen, weil da soviel Saponine drin sind (interrupted by interviewer sign of attention) und des hab ich ja ma probiert (laughter), das war total witzig.

41 **Interviewer:** [0:14:58.0] Hat's funktioniert?

42 **Participant:** [0:14:59.2] Äh ja, also ich meine äh ich hab das nich viel gemacht, weil des ja auch mühselig is da immer herzustellen, aber ich fand das, ja ich bin da immer neugierig. Ich find das schön. So hier is (inaudible) eingerollt (inaudible) vorne. Achso in en en das hab ich aber au noch nich probiert, ich weiß nich, ob du die kennst, das is so'ne **Silberkerze** (interrupted by interviewer sign of attention), man als Warzenkraut is das (interrupted by interviewer sign of attention) bekannt. Ja und dieses **Schöllkraut**, kennst du das, das hab ich auch immer, das is auch, soll ja auch gut dieser, der is ja so orange, dieser Saft da drin, das das auf Warzen gut sein soll, aber (interrupted by interviewer sign of attention) Da ich keine hab, hab ich das nich probiert. (laughter) Oh ja. (inaudible), also diese verschiedene Salbeiarten auch interessant hm hm hm hm **Thymian**, ja hier is noch so'n bisschen von

der Schafgarbe, aber ich hab vorne noch diese andere, diese ähm Millefolia.

43 **Interviewer:** [0:16:21.7] Ah da is ne Ratte.

44 **Participant:** [0:16:23.7] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Es gibt total viele Ratten (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

45 **Interviewer:** [0:16:27.6] Kaninchen hab ich gesehen, oder Hasen, aber

46 **Participant:** [0:16:29.3] Ja ja ja Kaninchen sind hier auch viel. Ja w wo war die jetzt, wo hast du die gesehen? Ja, also eigentlich läuft hier immer von da in den Nachbargarten da hinten und dann kommt sie irgendwann immer zurück. (interrupted by interviewer sign of attention) Und die Nachbarin, die hat ganz viele, die seh ich immer, die hat dann schon so Lebendfallen aufgestellt (interrupted by interviewer sign of attention). Is natürlich nich so, naja. Hab ich gesagt, wo bringst du die denn hin? (interrupted by interviewer sign of attention) Ja zu Weser. Sag ich, da sind überall Kleingärten. Nein sagt sie, da nich, aber weiter weg. Aber egal. Ich mach die, aber egal. So wart ma.

47 **Interviewer:** [0:17:09.6] Wie verwendest du denn den Salbei, den Thymian und die Schafgarbe? (interrupted by participant) Und welche Teile?

48 **Participant:** [0:17:14.3] Äh äh d äh, als die Blätter äh immer die Blätter und von der Gabe auch die, das is sie gelaufen grade, jetzt is sie da rübergelaufen (interrupted by interviewer sign of attention) ähm äh und von dem Salbei, ja die, also das ess ich eben, ne, also ich trink manchmal'n Tee, also ich trockne das und trink Tee, wenn ich ma Halsschmerzen hab, oder so, aber ich lieb das auch äh das so anzurösten (interrupted by interviewer sign of attention) mit Gnocchi. Das find ich total lecker. Ja. Und das is ja alles is). 'S Mutterkraut dann, aber jetzt hab ich ja keine Migräne mehr, Gott sei dank (laughter).

49 **Interviewer:** [0:17:54.3] Ja das äh freut mich immer (interrupted by participant). 'S freut mich auch immer zu hören, wenn Leute sagen, das sie wissen wogegen sie etwas verwenden müssen und dann sagen, dass sie es gar nicht haben und ne. Dann freu ich mich immer.

50 **Participant:** [0:18:02.6] Ja (laughter) ja ja. Aja, ja. Ich mein, dass is ja'n total weites Feld mit dieser, mit diesen Heilpflanzen. Es gibt ja so, äh also ich hab verschiedene Bücher auch von der Hildegard von Bingen, was die alles da irgendwie gemacht hat, aber ich vergess das natürlich auch, wenn ich das nich benutze, oder äh weil ich mich auch mit Stauden beschäftige, mit Gemüse, mit Vermehrung (interrupted by interviewer sign of attention) und des is einfach wahnsinnig viel, da muss ich doch immer ma wieder nachgucken ne. Und denn noch immer an die Bienen denken, dass die auch.

51 **Interviewer:** [0:18:39.6] Is dir das wichtig?

52 **Participant:** [0:18:40.5] Ja, das is mir wichtig mit den Wildbienen, weil das is ja schon, also ich bin beim BUND in so'nem Arbeitskreis, äh für Bienen und Blüten und ja, das is schon erschreckend, wie, also insgesamt die Insekten ja zurückgegangen sind ne und ich hab da so so kleine Dosen zur Bambusröhren, also die sind auch belegt, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ähm, das find ich schon ganz schön das so zu unterstützen. Es gibt leider hier auf dem Stadtbe Werder sehr viele Honigbienen, also weil das is eben so'ne Mode, die Leute machen wollen denn den Honig machen und äh das meiste was ich sehe sind Honigbienen ne und Wildbienen eher wenig, obwohl ich ziemlich viele Pflanzen hab für die Wildbienen, aber ja 's is schon erschreckend. Also Hummeln, die seh ich relativ häufig, auch unterschiedliche. Naja so dieses zum Beispiel is auch so'ne ganz so und ne, das is ne Glockenblume. Ähm die is auch für Wildbienen total gut. Das sät sich alles selber aus. Überhaupt sät sich so viel selber aus. Ich komm (laughter) Ohje ohje ohje (inaudible) das is äh äh, erkennst du diese Pflanze? Des is auch ne Gabe. Das 's eine Sumpfgarbe. (interrupted by interviewer sign of attention) Sumpfschafgarbe. Mhm

53 **Interviewer:** [0:20:17.5] Verwendest du die?

- 54 **Participant:** [0:20:19.0] Nein. (interrupted by interviewer sign of attention) Weil ne, ich glaub äh ich glaube ich weiß nich, ob die, also ob das mit ähm verschiedenen Sorten immer die gleiche Wirkung hat. Da müsst ich noch ma nachgucken, das weiß nich. **Giersch** hab ich übrigens auch (interrupted by interviewer sign of attention). Aber äh da kann ma so'ne Salbe draus machen, das hat ne Freundin von mir gemacht (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm die is ganz gut, für m ich hab ja so'n bisschen so na Rheuma eigentlich nich, aber Arthrose und so und dann reib ich da immer meine m die beiden Finger mit ein.
- 55 **Interviewer:** [0:20:50.5] Aus welchem (interrupted by participant) Teil?
- 56 **Participant:** [0:20:51.6] Also auf jeden Fall is nich schlimmer geworden.
- 57 **Interviewer:** [0:20:53.5] Aus welchen Teilen?
- 58 **Participant:** [0:20:54.7] A aus den Blättern. (interrupted by interviewer sign of attention) macht die das. Mhm genau. (interrupted by interviewer sign of attention) Also ich glaub, dass sie das aus den Blättern gemacht hat. Ich will's nich beschwören, aber ich denke schon (interrupted by interviewer sign of attention)
- 59 **Interviewer:** [0:21:07.2] Sach riesiger Rosmarin hier.
- 60 **Participant:** [0:21:09.1] Ja, der is riesig ne? Da is zwar im Winter äh viel abgestorben, aber das hab ich rausgeschnitten (interrupted by interviewer sign of attention). Ja der is toll und auch dieser, ich dieser Salbei. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich mag das ja total gerne. Und denn dieser Rossminze da.
- 61 **Interviewer:** [0:21:23.7] Vor allem is der Lila oben.
- 62 **Participant:** [0:21:25.2] Ja das is so'ne
- 63 **Interviewer:** [0:21:26.7] Spezielle Salbei ha?
- 64 **Participant:** [0:21:27.9] Äh ja ja. Ähm so'n **Salvia purpurea** (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm genau. Aber hat die, eigentlich die gleiche Wirkung wie dieser ganz normale andere Gartensalbei. Katzenminze, weiß ich auch nich. (inaudible) Hm hm hm hm hm hm hm. Ne glaube Heilpflanzen, das is auch ne Heilpflanze, aber ich weiß, aber ich hab sie noch nich verwendet, müsst ich nochma nachgucken. Das is'n äh Bauerneibisch (interrupted by interviewer sign of attention), der echte Bauerneibisch, gehört zu den Malvengewächsen, aber ich weiß nich, wofür ma, aber ne Heilpflanze is es auf jeden Fall, aber ich kann dir nich sagen wofür. Hab ich vergessen.
- 65 **Interviewer:** [0:22:32.9] Passiert.
- 66 **Participant:** [0:22:33.8] Ja. Tja. Joa, ich glaube. Guck ma, hier sitzen die Hummelchen in der Perovskia ah. Ja ich glaub das war's erstma so. Fällt mir nichts weiter ein. Ja 's is nich so viel mit den mit den äh ah Himmel.
- 67 **Interviewer:** [0:23:11.9] Schon. Also ich hab viel erfahren, also. (interrupted by participant) Ja ja ja. Also wenn dir was einfällt, kannst auch jederzeit noch äh noch noch während die Aufnahme läuft gerne sagen (interrupted by participant). Wollen wa uns nochma kurz hinsetzen, oder möchtest du hier im Garten (interrupted by participant) stehenbleiben?
- 68 **Participant:** [0:23:24.3] Nein nein nein nein nein nein, gerne. Wir setzen uns noch. Ja, denn hätt ich ja auch Arnika (interrupted by interviewer sign of attention). Kann man ja auch immer so'ne schöne Salbe draus machen, des is ah das Klima hier leider noch nicht dafür. Ne das is ja immer

- 69 **Interviewer:** [0:23:58.5] Vorsichtig sein, was man sich wünscht, he.
- 70 **Participant:** [0:23:59.9] Ja, ja ja nein, aber das kommt ja sowieso eher so in den Bergen oder so vor, ne. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 71 **Interviewer:** [0:24:16.7] Du hast eben bevor ich die Aufnahme gestartet hab schon erwähnt, dass du in einem botanischen Buch nachschaust, wenn sich hier was neu aussieht.
- 72 **Participant:** [0:24:25.4] Mhm.
- 73 **Interviewer:** [0:24:26.0] Und ähm wie informierst du dich generell zu Pflanzenbezogenen Themen, oder zu in einem speziellen Fall jetzt Kräuter bezogenen Themen?
- 74 **Participant:** [0:24:39.5] Mh also ich hab eben ganz viele Bücher, wo ich nachgucke. Und ähm, also ef äh eigentlich verschiedene, so Heilpflanzenbücher guck ich nach, dann hab ich äh mh dann hab ich so'n Buch über wie man welche äh n ich weiß nich, vielleicht sagt dir der Name Maria Treben was (interrupted by interviewer sign of attention). Ja ah da guck ich immer nach, was äh sagt die denn dazu und so vergleich ich die Sachen äh wenn ich äh was Neues entdecke, oder ja so informier ich mich eigentlich. Also ich bin immer neugierig, wenn ich irgend, wenn ich irgendw ne Pflanze sehe, ob es in meinem Garten is , oder zum Beispiel bei meiner Nachbarin hat ich vor Jahren, die hatte so'ne hohe Pflanze; Blüte so schön, so hellgelb und so sag ich, Mensch, (name), was is'n das für ne Pflanze. Sagt sie, du, weiß ich auch nich und denn bin ich irgendwie Fahrrad fuhr in Marburg im botanischen Garten, da seh ich die Pflanze und dann hab ich gefragt, was das denn für ne Pflanze? Ach ja, das is so'ne Scabiosenart mhm mhm. So und dann dacht ich, denn guck ich unter Scabiose find ich aber irgendwie nich in meinen Büchern, und denk, is ja komisch und denn bin ich irgendwie in Berlin, da in so'nem Förstergarten, da war auch so'ne Pflanze und da auch ne Gärtnerin, die hab ich gefragt, ja das is eine Giraffenscarbiose. Giraffenscarbiose hm, dann hat meine Freundin im Internet geguckt. Gibt's eigentlich nich. Giraffenscarbiose und dann (interrupted by interviewer sign of attention) Nein (interrupted by interviewer sign of attention) konnten wir nich finden. Also konnte sie nich finden. Ich hab kein Internet, ich kenn mich da gar nich aus. Und äh dann war ich im en en Darlem, da is ja diese, da is ähm da is ja der Botanische Garten in Berlin und da gibt's diese königliche Gartenakademie und da gibt's auch so'ne Gärtnerei. So hab ich gedacht. Jetzt muss ich da nochma fragen. Dann fragt ich eine Frau und dann hab ich die Pflanze beschrieben. Ach sagt sie zu mir, sie meinen den Schuppenkopf. Und dann hab ich gesagt, jetzt sagen sie mir aber den lateinischen Namen, sonst find ich das wieder nich. Und jetzt weiß ich, dass eben das is ne *Cephalaria gigantea* is und die nennt man tatsächlich Schuppenkopf. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber 's hat Jahre gedauert, bis ich das rausgefunden hab (interrupted by interviewer sign of attention), aber es hat mich eben immer so beschäftigt (interrupted by interviewer sign of attention). Also so geh ich so vor und ich mag des auch in dieser Langsamkeit. Ich ich weiß ja, heute ham ja alle so'ne App und gucken denn da nach und denn ham sie's zwei Stunden später wieder vergessen, was das war. Und des is nich meine Art damit umzugehen. Ich m m mach mich eben selbst eben gerne auf die Suche (interrupted by interviewer sign of attention) und mach denn immer so Querverbindungen, oder dann hör ich ma von jemandem was und und ich krieg hier viele Anfragen von Leuten auch, ob ich, die hätten da was, ob ich wüsste, was das is oder so und äh ich also ob das Stauden sind, oder was auch immer und eben aber auch mit diesen Wildkräutern find ich hab äh hier immer auch viele diesen Kälberkropf, oder so. Der versamt sich denn plötzlich. Und ja und wenn ich das entdecke hier und weiß nich, was das is denn mach ich mich auf die Suche das rauszukriegen.
- 75 **Interviewer:** [0:28:04.4] Okay. Also da is 'ne, hört sich so an, als wär ne gewisse Neugier (interrupted by participant) vorhanden.
- 76 **Participant:** [0:28:09.8] Seh ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ja. De die treibt mich da noch.
- 77 **Interviewer:** [0:28:13.2] Okay. Mh ähm ne hast, du hast eben schon gesagt, dass äh du dich im Internet nich informierst, oder das du mit Internet generell nicht's am Hut hast.

- 78 **Participant:** [0:28:19.3] Ne
- 79 **Interviewer:** [0:28:19.7] Sondern das das über Bücher und Verbindungen zu anderen Leuten läuft, oder halt zum (interrupted by participant)
- 80 **Participant:** [0:28:25.0] Ja ja, also überwiegend über Bücher, weil ich's schon eben seit Jahren mich da immer mit beschäftige und dann b ähm, ob das Giftpflanzen sind, oder so, dann kauf ich immer was und dann les ich dadrin und dann weiß ich eben zum Beispiel Salbei, ja das auch mit den Kräuter muss man auch vorsichtig sein, ne, äh das die nich unbedingt immer nur heilend sind, ne, sonder auch ähm, kann ja auch ma nach hinten los gehen. Ja und das interessiert mich seit mh vielen vielen Jahren.
- 81 **Interviewer:** [0:28:58.5] Wann würdest du sagen hat das angefangen, dass dich das interessiert?
- 82 **Participant:** [0:29:01.9] Also müsst ich ma überlegen. Mindestens schon seit'n 80er Jahren. Da wollt ich schon immer, also nach'm Studium, hab ich irgendwann genau oh ich muss irgendwie 'n Garten haben und dann dauert das natürlich immer bis man sich da so auf die Socken macht äh. Und ich hab eben seit 1990 'n Garten. Nich diesen, ich hatt erst'n andern Garten und n da wo wir wohnen ham wir auch'n kleinen Garten ähm äh am Haus, ne, aber die is wirklich sehr winzig (interrupted by interviewer sign of attention), aber also äh mindestens seit den 80er Jahren beschäftige ich mich damit. (interrupted by interviewer sign of attention) Und das is mit ähm mit d den Gärten, die hier dann auf dem Stadtwerder da hatte tatsächlich intensiv geworden und ich hab, ich bin hier im Verein Fachberaterin und äh dann mach ich immer wieder so Fortbildungen, oder also so find ich das immer, muss das immer wieder auffrischen und denn gibt's wieder was neues und ja. So is meine mein Werdegang.
- 83 **Interviewer:** [0:30:12.7] Wie kam das dann genau, das du nach'm Studium gemei, oder wie w wie stell ich die Frage? Wie bist du dann darauf gekommen, dass du'n Garten haben möchtest?
- 84 **Participant:** [0:30:23.9] Ja, weil wir zuhause immer 'n Garten hatten und ich hab mir gedacht, so'n Garten, dass is irgendwie toll. Äh also ich hatte schon so den Drang, mich damit zu beschäftigen, oder Gemüse selbst, also anzubauen, das is ne große Motivation gewesen, ne und äh dieses Interesse an Pflanzen hat sich immer weiter ausgebreitet, ne. Denn hab ich was drüber gelesen, was ich total spannend finde un denk ich, ja was es da alles gibt, oder so und so es m mit den Wildbienen im Grunde genommen auch, oder mit den Tieren, wenn ich hier irgendwo 'n Tier sehe, was ich gar nich kenne, äh irgend 'ne Raupe, oder so, dann muss ich mich auf die Suche machen, was das is. Von was für nem Falter, oder so.
- 85 **Interviewer:** [0:31:04.1] Okay. Wie stehst du zu Selbstversorgung, dem Themenkomplex Selbstversorgung?
- 86 **Participant:** [0:31:09.8] Naja wenn ich mich aus meinem Garten selbst versorgen müsste, wär ich wahrscheinlich schon gestorben. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Aber ich find des trotzdem gut, ich hab eben auch viel Obst und ich koch viel ein und mach Marmelade und Pflaumensauce und Tomatensaucen und sowas. Also ja, das find ich schon toll.
- 87 **Interviewer:** [0:31:30.8] Okay. M m m du meinstest, du bist mit Garten aufgewachsen.
- 88 **Participant:** [0:31:37.9] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Wir hatten 'n großen Garten (interrupted by interviewer sign of attention) zuhause.
- 89 **Interviewer:** [0:31:40.2] Hattest du Kontakt zu deinen Großeltern?
- 90 **Participant:** [0:31:42.6] Ja, also ich bin da glaub ich sehr geprägt durch meine ähm durch die eine Großmutter, die äh ähm die hatte ne Freundin und die hatte 'n Schrebergarten und da bin ich immer mitgegangen und das hat mich schon gefreut.

- 91 **Interviewer:** [0:31:57.5] Okay. Sah der äh aus, wie dein Garten, oder sah der aus, wie dein Garten jetzt aussieht?
- 92 **Participant:** [0:32:06.3] Unser Hausgarten? Nein, der sah ganz anders aus. Wir hatten äh überwiegend Gemüse. Wir waren ne Großfamilie und äh gab's eben immer 'n Kartoffelacker und dann gab's eben ganz viele Gurken und naja, sowas was man dann Möhren, was man eben früher so angepflanzt hat. Zucchini oder so kannten wir als Kind gar nicht.
- 93 **Interviewer:** [0:32:28.5] Okay. W Wieso würdest du sagen, sieht dein Garten dann anders aus?
- 94 **Participant:** [0:32:35.6] Also einma wilder, finde ich. (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm Ja 's is einfach, ja is nich so dominiert von Gemüseanbau.
- 95 **Interviewer:** [0:32:52.9] Wieso hast du das nie, oder wieso hast du das nich gemacht?
- 96 **Participant:** [0:32:57.4] Mehr Gemüseanbau?
- 97 **Interviewer:** [0:32:58.7] Ja, oder mehr so gegärtnert, wie deine Eltern, oder Großeltern?
- 98 **Participant:** [0:33:05.2] Das kann ich dir gar nich beantworten, das hat sich für mich einfach so (interrupted by interviewer sign of attention) anders entwickelt, weil meine Interessen w einfach glaub ich breiter gefächert sind (interrupted by interviewer sign of attention), als es meine Mutter hatte bestimmte Stauden an die ich mich auch noch erinnere, die ich aber selbst aber eigentlich gar nich habe (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm aber darüber hinaus hat ich nich so den Eindruck, dass sie sich da so Inhaltlich mit beschäftigt, oder so. Das war nich so. Das musste eben schön aussehen und gut war. (interrupted by interviewer sign of attention) Und das is bei mir schon anders. Ja, das merk ich, also das hat einfach im im Laufe vieler Jahre immer mehr zugenommen, das mein Interesse da immer wieder so in die Tiefe geht.
- 99 **Interviewer:** [0:33:56.7] Kommen deine Eltern oder Großeltern auch aus der Region?
- 100 **Participant:** [0:33:59.4] Ja, also ähm meine meine Eltern kommen beide auch aus Bremerhaven (interrupted by interviewer sign of attention). Mhm, die sind da geboren äh und meine Großeltern ähm also kommen eher aus'm, also m meinerseits Nordrhein Westfalen, oder Braunschweig, da die Ecke. Mein anderer Großvater kam aus Chemnitz, aber den hab ich gar nich kennen gelernt. Ich hab meine Großväter gar nich kennen gelernt nur meine beiden Großmütter. (interrupted by interviewer sign of attention) Na, schon wieder?
- 101 **Interviewer:** [0:34:42.0] Weiß nich, irgendwas war da grad.
- 102 **Participant:** [0:34:44.9] Ja ich muss ma ne Falle aufstellen, aber das is immer so schwierig (interrupted by interviewer sign of attention). Ah ja, aber ich hab da zum Beispiel so'ne ähm so'ne Pflanze, die hat ich neulich von einer Frau aus'm anderen Garten, äh ne so'n Wiesenknöterich und ich hm mag die total gerne und dann hat ich die erste ma im Wasser stehen und dann hab ich sie dahin gepflanzt und die trieb schon wieder neue Blätter, ich hatte die runtergeschnitten und dann, bis jetzt sind immer die Blätter abgefressen. (interrupted by interviewer sign of attention) Und des äh des sind keine Schnecken, äh Schneckenfraß das kenn ich schon. Aber weiß nich, ich nehme an, dass das die Ratten sind. (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, das is immer, keine Ahnung.
- 103 **Interviewer:** [0:35:40.3] Nur noch kurz in mein Büchlein reinschauen (interrupted by participant); Irgendwas vergessen hab. Wahrscheinlich hab ich irgendwas vergessen. Hast du inne Schule irgendwelche Kurse oder Klassen gehabt, die sich darauf beziehen würden, auf Medizinpflanzen oder Heilpflanzen?
- 104 **Participant:** [0:35:58.8] Hm, also ich bin selbst Lehrerin gewesen a ner freien Schule und ich hab mit

den Schülerinnen und Schülern, wir waren hier ganz viel im Garten, da ham wir auch alles sowas gemacht. Da ham wir Zahnsalz hergestellt zum Beispiel aus Salbei, oder sowas (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) und oder diese Ringelblumensalbe und so äh, aber aus meiner eigenen Schulzeit weiß ich gar nich so. Ne, kann ich nich sagen mm. (inaudible)

105 **Interviewer:** [0:36:53.4] Dann mutig hä?

106 **Participant:** [0:36:54.8] Das sind die von der, also ich, die sehen anders aus, als die hier sonst immer läuft, das sind die von der Nachbarin mhm. Naja. Muss ich mich ma drum kümmern.

107 **Interviewer:** [0:37:09.2] Dann, wenn du sagt, du bist Lehrerin, bist du studierte Lehrerin, oder bist du (interrupted by participant) Quereinsteigerin? Ja?

108 **Participant:** [0:37:14.2] Mhm

109 **Interviewer:** [0:37:15.4] Dein höchster Bildungsabschluss, wenn ich danach fragen darf?

110 **Participant:** [0:37:19.3] Äh ja Staatsexamen ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm mhm.

111 **Interviewer:** [0:37:23.2] Gibt's bei Lehramt auch zwei? Oder is das nur ein Staatsexamen?

112 **Participant:** [0:37:28.3] Äh ja es gibt das ex äh erste Examen an der Uni und dann das Referendariat, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) mhm, genau.

113 **Interviewer:** [0:37:33.8] Also beide?

114 **Participant:** [0:37:34.4] Ja. Ja ja mhm.

115 **Interviewer:** [0:37:35.8] Hattest, oder würdest du sagen, du hattest mal professionellen Kontakt zu Medizinpflanzen oder zu Heilpflanzen?

116 **Participant:** [0:37:43.0] Nein. Hatt ich nich mh. Also höchstens, also höchstens über die Homöopathie (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Das is ja das äh, hat ja viel auch mit Pflanzen zu tun. Mhm

117 **Interviewer:** [0:37:57.9] Aber jetzt das du dich mal damit beruflich beschäftigt hast.

118 **Participant:** [0:38:00.5] Nein, beruflich (interrupted by interviewer sign of attention) hab ich mich da nich mit beschäftigt. Nein nein nein, mm. Nein, ich komm äh also auch von meinem Studium her, ich hab Mathe und Sport studiert, also es is ne ganz andere Richtung (laughter) und äh ja im Studium kann ich mich auch gar nich nh so erinnern, dass ich mich da überhaupt viel mit Pflanzen beschäftigt hab, also das is äh war glaub ich so'ne Zeit, da waren einfach andere Sachen angesagt. Also ich hab erst auch was ganz anderes studiert, ich bin eigentlich Schiffbauingenieurin und (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) ja. Und äh das hat mir dann aber doch nich so gut gefallen.

119 **Interviewer:** [0:38:46.6] Ah aber da kommt wahrscheinlich Mathe her, he?

120 **Participant:** [0:38:48.5] Jaja, jaja, also ich ha ich hatte eben gar kein Abitur, ich hatte Mittlere Reife und dann hab ich dies Fachhochschulstudium gemacht und ähm dann hab ich 2 Jahre auf der Werft gearbeitet (interrupted by interviewer sign of attention) und äh dann hab ich irgendwann gedacht, nein, ich kann diese Arbeit nich machen, also da hab ich äh, es gab so'ne Flaute, so'ne Werftflaute und ich konnte gar nicht als Ingenieurin da arbeiten und dann hat ich da so'n Job in 'ner allgemeinen Betriebsorganisation (interrupted by interviewer sign of attention), das heißt also, ich musste immer die Abläufe abnehmen, die da im Betrieb gelaufen sind und dann hab ich irgendwo her, ich kann doch nich dafür sorgen, das die Leute immer schneller arbeiten müssen und das (laughter) is einfach nich,

is auch meine politische Haltung überhaupt nicht ne. (interrupted by interviewer sign of attention) A hab ich gesagt, nein, das kann ich nicht machen, das is, würde mir so gegen den Strich gehen, das kann ich nicht. Ja und dann hab ich halt überlegt, was kann ich machen (interrupted by interviewer sign of attention) und dann sagte 'n Freund zu mir, ja studier' doch noch irgendwie und dann hab ich ja ja, was soll ich denn machen und hab gedacht, was mach ich gerne und was glaub ich, was ich kann. Das waren eben Mathe und Sport.

121 **Interviewer:** [0:39:52.2] Okay. Ja is doch gut. Hat, war das die richtige Entscheidung?

122 **Participant:** [0:39:55.2] Äh ja mit Mathe, also, des war interessant, weil äh die Mathematik an der Uni war ne völlig andere, also die in meinem Fachhochschulstudium. Weil das war praxisorientiert, ne und da kam ich gut mit klar und ich kam an die Uni und hab mir gedacht, ich versteh gar nichts wa wovon reden die. Ich ka (laughter) und ich hatte 'n Kommilitonen, der machte Diplommathematik und der konnte das super gut erklären. Aber es war mir letztendlich zu abstrakt. Ich bin mehr so 'ne praktische Person.

123 **Interviewer:** [0:40:29.6] Aber das is ja schon krass, oder, wenn du, wenn du sagst, du warst dafür zuständig Teile von Schiffen zu bauen, (interrupted by participant) also wo wirklich viel Mathe gebraucht wird für (interrupted by participant) und dann kommst du in's Lehramtsstudium und dir is das zu, also du verstehst die Mathematik net. Also das schockiert mich grad'n bisschen.

124 **Participant:** [0:40:46.0] Ja, das war eben so, naja, das war eben so (interrupted by interviewer sign of attention) an der Bremer Uni (interrupted by interviewer sign of attention), da studierten eben Diplomeute und die Lehramtsstudenten alle gleich, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) Mathe und äh naja, also für mich war's dann jedenfalls letztendlich nichts. Ich bin da irgendwie, ich hab das irgendwie geschafft und hab auch das Examen gemacht, so is es noch, aber, aber ähm, nein. Ich hatte da letztendlich nicht so viel mit am Hut. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja zum Beispiel, wär ich gar nicht auf die Idee gekommen, Biologie zu studieren, weil, wenn, äh so aus meiner heutigen Sicht denk ich immer, komisch, dass ich da gar nicht drauf gekommen (interrupted by interviewer sign of attention) bin, aber des war eben, das war halt 72, oder so, da war ich irgendwie auf anderen Wegen.

125 **Interviewer:** [0:41:34.4] Joa, is auch heut noch Brotlose Kunst. Also machen nicht so viele Leute. (interrupted by participant) Mein, ich bin ja, hab ja Bachelor Biologie gemacht (interrupted by participant) und bin jetzt auch wo anders dann (interrupted by participant), also. Immer noch in nem ähnlichen Bereich, aber. (interrupted by participant) Trotzdem.

126 **Participant:** [0:41:51.5] Und ähm, also das umfasst ja, aber was du machst, wenn ich das verstanden, richtig verstanden hab, ja relativ viel, ne, dieses Studium. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is ja dieser Teil is ja nur ein so'n winziger Teil, ne? (interrupted by interviewer sign of attention) Und äh und in Bezug auf Nachhaltigkeit äh, worauf bezieht sich das noch?

127 [0:42:11.3] **(unrelated to topic)**

128 **Interviewer:** [0:46:57.3] Ich hab noch (interrupted by participant) zwei, oder drei Fragen, die ich gern jetzt einfach so noch kurz abhacken wollen würde. Trinkst du, trinkst du viel und gerne Tee?

129 **Participant:** [0:47:05.7] Wart ma eben.

130 **Interviewer:** [0:47:10.2] Sind wa in ner Einsch Einflugschneise, he?

131 **Participant:** [0:47:12.0] Ja ja, das is vom Flughafen, ja ja, das is immer schrecklich hier. So nochmal deine.

132 **Interviewer:** [0:47:19.2] Trinkst du viel und gerne Tee?

- 133 **Participant:** [0:47:21.6] Öh puh. Ich trink Tee, vor allen Dingen abends oder so und trink eben gerne diesen Zitronentee, den trocken ich immer, 's nehm ich immer mit im Strauch und trink auch mal'n anderen Tee, aber also überwiegend, äh überwiegend trink ich Wasser.
- 134 **Interviewer:** [0:47:40.1] Okay. Äh hast du irgendwelche speziellen Ernährungsgewohnheiten? Gewollt, oder ungewollt, also hast du Allergien, oder Unverträglichkeiten, (interrupted by participant) oder selbstgewählt?
- 135 **Participant:** [0:47:50.2] Ne, Allergien oder sowas hab ich nicht. Ähm ich hab vor'n paar Jahren meine Ernährung 'n bisschen umgestellt, weil ich eben diese Arthrose un dich f wüsste nich, ob das ne entzündliche is, oder ne Arthritis, sodass ich bestimmte Sachen, ich ess keine äh keine Lebensmittel, oder kaum Lebensmittel die äh ne hohe Linolsäure haben (interrupted by interviewer sign of attention) und das sind alle Nüsse, oder sowas, das ess ich gar nich mehr, ähm und eben relativ fettarm (inaudible) guck ich'n bisschen drauf und ähm und ich hab das Gef, immerhin das Gefühl, es wird nich schlimmer, ne.
- 136 **Interviewer:** [0:48:35.6] Immerhin (interrupted by participant), is auch schon gut (interrupted by participant), oder?
- 137 **Participant:** [0:48:37.8] Ja, das find ich auch, also man kann (interrupted by interviewer sign of attention) in meinem Alter nich davon ausgehen, das man irgendwie 'n Zustand wieder erreicht vor 20 oder 30 Jahren. Das is einfach so. Insofern und das is mir nich so schwer gefallen.
- 138 **Interviewer:** [0:48:50.2] Okay. Darf ich fragen in welchem Jahr du geboren bist?
- 139 **Participant:** [0:48:53.9] 48
- 140 **Interviewer:** [0:48:54.4] 48 okay. Gibt's spezielle Sachen die du machst, wenn du Verdauungsbeschwerden hast, oder wenn du Probleme mit der Verdauung hast, mim Verdauungstrakt,(interrupted by participant), die du dann zu dir nimmst?
- 141 **Participant:** [0:49:04.4] Ach ich hab mal ne Zeit so diese, hab ich übrigens gestern, gestern hab ich das erst erfahren, wo, woher die eigentlich kommen, hab ich so Flohsamen, oder Flohsamenschalen gibt es so (interrupted by interviewer sign of attention). Halt so Ballast und ne, das hat, das hab ich ma ne Zeit genommen und gestern hab ich erfahren, dass das die Samen von dem **Wegerich** sind. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich hab gesagt huch (laughter), warum heißt das Flohsamen? Ich versteh das gar nich. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber das hab ich gestern erst irgendwo gelesen (interrupted by interviewer sign of attention) is das nich (interrupted by interviewer sign of attention)
- 142 **Interviewer:** [0:49:33.7] Ja das ja spannend, kann man auch einfach auf die Wiese gehen.
- 143 **Participant:** [0:49:36.3] Ja und ich hab hier auch immer (interrupted by interviewer sign of attention) Wegerich, also so is es ja nich, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Aja, das is ja auch, da ja aus diesem **Spitzwegerich**, da kann man auch irgendwie so'n Salbe machen. Ähm ja da hab ich mich ja mal mit diesem Horoskop, mit diesem indianischen Horoskop oder so und da gehört für, für mich gehört da der Spitzwegerich dazu (interrupted by interviewer sign of attention), weil ich tatsächlich immer auch mit den Knochen 'n bisschen Probleme hab (interrupted by interviewer sign of attention), also ich hab äh neige so zu Arthrose.
- 144 **Interviewer:** [0:50:04.3] Wie verwendest du den Spitzwegerich dann?
- 145 **Participant:** [0:50:06.1] Naja, ich hab da, ich weiß nur, dass man da eben so'ne Salbe (interrupted by interviewer sign of attention) auflegen kann und das das so lindert, aber ich hab das selbst nie benutzt.

- 146 **Interviewer:** [0:50:13.8] Wm mh benutzt du dann jetzt die Samen?
- 147 **Participant:** [0:50:18.3] Naja, das hab ich gestern erst erfahren (interrupted by interviewer sign of attention), ja ja, das (laughter) hab ich das, weil ich das nich wusste.
- 148 **Interviewer:** [0:50:23.7] Hast du das vor dann?
- 149 **Participant:** [0:50:24.8] Ja, ich öh auf jeden Fall werd ich das machen. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is doch irgendwie gut, also wenn, also ich dachte, wieso Wegerich, wieso heißen die Flohsamen. Ich hab mich schon immer gewundert (interrupted by interviewer sign of attention), was das eigentlich is.
- 150 **Interviewer:** [0:50:36.1] Ja. Hast du irgendwelche anderen Sachen, die du bei Verdauungsproblemen kräutermäßig irgendwie anwendest?
- 151 **Participant:** [0:50:45.0] M m. (interrupted by interviewer sign of attention) ne, ne.
- 152 **Interviewer:** [0:50:47.6] Bei Atemwegserkrankungen?
- 153 **Participant:** [0:50:49.4] Hab ich eher selten.
- 154 **Interviewer:** [0:50:52.6] Ja es freut mich natürlich sehr.
- 155 **Participant:** [0:50:54.1] Ja, ja ja.
- 156 **Interviewer:** [0:50:56.0] Aber bei Husten, oder so, (interrupted by participant) wenn du erkältet bist? (interrupted by participant)
- 157 **Participant:** [0:50:58.0] Ja ich hab das, ich bin (interrupted by interviewer sign of attention) so auch so selten erkältet, oder so, also waren, ich hatte mal ne Zeit lang und hatte öfter mal 'n Schnupfen oder so, ne. Und naja dann nehm ich halt so Kamillosan, oder also äh **Kamille** mit einat ähm inhalieren, oder so, aber ich hab da eben auch'n spezielles äh homöopathisches Mittel und wenn ich so'n Anflug von Schnupfen krieg, dann nehm ich da so'n Tropfen und dann is gut.
- 158 **Interviewer:** [0:51:24.3] Okay, gut. Ich hätte alle meine Fragen jetzt beantwortet (interrupted by participant), wen dir jetzt noch irgendwie was einfällt zu Pflanzen, die du mir noch gerne vorstellen wollen würdest (interrupted by participant), wenn nich äh würd ich den Datenschutzhinweis jetzt noch rausholen, währenddessen die Aufnahme weiterlaufen lassen. Äh einfach (interrupted by participant), weil ich erfahren hab, dass viele Leute dann, ihnen dann noch was einfällt und dann (interrupted by participant) hab ich's nich aufgenommen (interrupted by participant) Ja.
- 159 [0:51:52.8] **(unrelated to topic)**

### **7.3.3 Interviews Rostock younger age group**

#### **7.3.3.1 Interview RY 1**

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Genau, okay. Hallo erstmal, wir suchen grade deinen Schulgarten. Äh erstma Dankeschön, dass du äh dich dazu bereit erklärst mir das Interview zu geben. Ähm du weißt ja schon, dass ich meine Masterarbeit zu Heilpflanzenwissen und Wissensweitergabe schreibe. Wie wär's, wenn wir einfach damit anfangen, wenn du mir mal ein bisschen erzählst, was für Pflanzen du im Garten hast
- 2 [0:00:28.7] **Other Person:** Hallo.
- 3 **Interviewer:** [0:00:28.9] Hallo
- 4 **Participant:** [0:00:30.0] Hallo.
- 5 **Interviewer:** [0:00:30.9] Vor allem welche du medizinisch nutzen würdest.
- 6 **Participant:** [0:00:36.7] Okay. Ähm ich habe verschiedene Kräuter im Garten schon. Ich habe schon die Zitronenmelisse, ich hab Katzenminze, ich hab glaube ich irgend 'ne türkische Minze im Garten (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm das is hier vorbei (laughter). Lass ma wieder umdrehen. Ähm, was hab ich denn noch alles im Garten. Ich glaub Schnittlauch kann man sogar auch verwenden, also die verschiedenen Kräuter, diese typischen Kräuter sind bei mir im Garten, die man verwenden kann. Borretsch hab ich auch.
- 7 **Interviewer:** [0:01:10.0] Welche Pflanzenteile würdest du von diesen Pflanzen verwenden und wie würdest du sie verwenden?
- 8 **Participant:** [0:01:14.9] Also 's kommt ja auf die Pflanzenart drauf an (interrupted by interviewer sign of attention). Also ähm dementsprechend is dann ja (inaudible) mehr oder minder fast alles verwendbar von Pflanzen. Von Wurzeln, Knollen, hoch zu den Stängeln und Blätter und Blüten, die dann nutzbar wären.
- 9 **Interviewer:** [0:01:30.4] Die speziellen, die du jetzt genannt hattest?
- 10 **Participant:** [0:01:32.6] Ähm da Blattwerk, und wenn wa ja dann an die Zwiebeln denken, zum Beispiel vom Schnittlauch, kann man bestimmt auch irgendwas mit machen, oder bei Zwiebeln allgemein, ähm ja. Je die da die Blätter an sich von mir, ja solche Sachen. Also (interrupted by interviewer sign of attention)
- 11 **Interviewer:** [0:01:52.3] Gegen was (i interrupted by participant) ja bitte. Ich wollte dich nicht unterbrechen.
- 12 **Participant:** [0:01:55.8] (laughter) ne, is auch nur, fällt mir grad nich ein.
- 13 **Interviewer:** [0:01:58.3] Okay. Also, äh gegen was würdest du dann, du hattest ja Zitronenmelisse und Minze gesagt, bei welchen, oder für oder gegen was würdest du diese (interrupted by participant) Sachen verwenden.
- 14 **Participant:** [0:02:05.6] Also die sind ja für Erkältungserscheinungen einfach. Is immer gut, oder zur Beruhigung ja auch (interrupted by interviewer sign of attention), ne, also, wenn man so'n bisschen gestresst is und das dann dementsprechend einatmet und wird man ja auch immer schon so'n bisschen äh ja so'n bisschen entspannter (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm jetzt so Schnittlauch beziehungsweise Zwiebeln könnte man ja eher nochma sage, is auch gegen Erkältungserscheinungen, ne, Zwiebel ähm Saft, den man ja machen kann zum Beispiel ähm ja. Ach Gott äh hier so hab ich leider nich, aber Kohl, ne Kohlblätter die total gut sind wenn man irgendwie schwanger ist zum Beispiel Milchstau hat (interrupted by interviewer sign of attention) kann man da die Kohlblätter drauflegen und das hilft wirklich unwahrscheinlich gut. Das kühlt ab und nimmt den Stau raus (interrupted by interviewer sign of attention), den man drinne hat. Ähm, ne so Weißkohl (interrupted by interviewer sign of attention) könnte man da verwenden, fällt mir jetzt grade ein.

Aber ich hab kein Kohl im Garten (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention), wie gesagt, ich hab ein frischen garten, ne, erst äh jetzt nach und nach (interrupted by interviewer sign of attention) erobert werden muss, ne.

15 **Interviewer:** [0:03:07.2] Na, aber is ja trotzdem Wissen vorhanden, also (interrupted by participant) hättest du jetzt zum Beispiel Erkältung, oder Milchstau, wüsstest du ja, was du machen (interrupted by participant) musst.

16 **Participant:** [0:03:13.1] Wüsst ich, was ich machen sollte, (interrupted by interviewer sign of attention) richtig. Ja, also so das typische, was man auch kennt, ne. So wenn ma noch **Holunder** hätte auch mit Erkältungserscheinungen. Ähm ich kenn mich nur so bisschen Wildkräuter halt, so wenn du dein, ne, **Breitwegerich**, **Spitzwegerich** (interrupted by interviewer sign of attention), es hilft wenn ma so'n offenes Bein hat (interrupted by interviewer sign of attention), ne, das könnte man auch drauf legen (interrupted by interviewer sign of attention). Theoretisch wollt ich da ja auch 'n bisschen was so, 'n bisschen mehr wilder machen ne Ecke, aber da sind ja die Kleingärten immer nich ganz so begeistert, dass muss man bisschen versteckter machen. (interrupted by interviewer sign of attention). Ich glaub hier kommt man nich rein. Ich glaub ich muss wirklich den anderen Eingang nehmen von der anderen Gartenanlage.

17 **Interviewer:** [0:03:51.0] Ja ich glaub, dass is auch einfach Garten, (interrupted by participant) ja.

18 **Participant:** [0:03:52.8] Des is äh, ja. Ich glaub, dann wirst du hier auch weniger fündig (interrupted by interviewer sign of attention), weil hier weniger (interrupted by interviewer sign of attention) Garten an da lagen sind. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja

19 **Interviewer:** [0:04:00.5] Ich würd dich weiter begleiten, wenn das für dich okay (interrupted by participant) is.

20 **Participant:** [0:04:02.4] Okay, alles klar.

21 **Interviewer:** [0:04:02.7] Also wenn du dich unwohl fühlst, oder so, dann sag bescheid, äh.

22 **Participant:** [0:04:06.2] Also, ne, wie gesagt, ich bin eben erst auf der Suche nach her was (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) muss jetzt hier noch'n Stück (inaudible).

23 **Interviewer:** [0:04:13.2] Du hast ja grade erzählt von Wildkräutern, die du auch verwenden würdest, oder wüsstest, wie man sie verwendet, ähm, magst du mir dazu auch noch, hallo

24 **Participant:** [0:04:23.0] Hallo.

25 [0:04:23.3] **Other Person:** Hallo.

26 **Interviewer:** [0:04:24.4] Äh, ein bisschen was erzählen? Wollen wir auf den Bürgersteig rauf? Also wir würdest du brit Spitz- und Breitwegerich zum Beispiel verwenden?

27 **Participant:** [0:04:33.9] Also meine Oma hatte zum Beispiel ein offenes Bein, ne, also durch Thrombose, glaub ich is das gewesen, dass das dann offen war und das is dafür da, dass man das dann auch äh zum abheilen, beziehungsweise zum kühlen und so kann man zum Beispiel auch Breitwegerich beziehungsweise vor allem auch Spitzwegerich benutzen, wenn man en Mückenstich hat. (interrupted by interviewer sign of attention) Da kann man das so'n bisschen anrauen und dann kann man das da drauf legen und dann kühlt das auch ab. Brauch man kein Fenistilgel.

28 **Interviewer:** [0:05:00.2] Welche (interrupted by participant) welche Teile der Pflanze?

29 **Participant:** [0:05:02.6] Das Blattwerk (interrupted by interviewer sign of attention) is das, also nich (inaudible) direkt (interrupted by interviewer sign of attention), auch für das offene Bein sind das die

Blätter (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention)

30 **Interviewer:** [0:05:11.9] Und du hattest eben noch Holunder erwähnt.

31 **Participant:** [0:05:14.1] Genau, Holunder, äh da vor allem äh die Früchte, ne, die Beere (interrupted by interviewer sign of attention), die besonders Vitamin C haltig sind. Also gut im Winter verwendbar als Saft, äh und die Blüten kann man auch sehr gut als Tee wieder verwenden. Die werden auch wieder so ver erfrischend sind und aber auch dadurch auch viel Vitamin C haben, aber das weiß ich nicht genau, aber die Beeren, die ham ganz viel Vitamin C. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Ja (laughter), was fällt mir denn noch ein? **Tannennadelspitzen** gibt's auch, die man benutzen könnte, wenn man irgendwie so'n Gewächs bei sich im Garten hat, obwohl man das nicht mehr so unbedingt haben sollte wohl. So äh Zierhölzer oder sowas, also nicht Zierhölzer, sondern hier Nadelgewächse, weil die, also weil alles was so Friedhofsgewächs is, dass soll man nicht mehr in den Gartenanlagen wohl haben, aber Tannennadelspitzen kann man s auch, also wenn die jetzt frisch treiben (interrupted by interviewer sign of attention), benutzen, um so'ne Art Hustensaft zu machen (interrupted by interviewer sign of attention), oder auch so'n Likör (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Ach, da fällt mir ja noch ein, **Fenchel**. Fenchel kannst auch gut verwenden. Auch wieder zu Erkältungserscheinungen, also bei mir geht alles um Erkältung anschein (interrupted by interviewer sign of attention), ja, (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

32 **Interviewer:** [0:06:44.1] Bist du bestens gewappnet.

33 **Participant:** [0:06:46.1] Ja das is ja, ne, wenn ma ja Kinder hat, dann versucht ja immer was zu suchen, was nicht unbedingt ähm chemisch is, sondern versucht halt immer noch was alternatives zu finden, damit das nicht so reinballert. Ich glaub wir gehen hier total falsch. Ähm ja.

34 **Interviewer:** [0:07:26.7] Hast du Kinder, wenn ich fragen darf?

35 **Participant:** [0:07:28.3] Ja, ich hab 2 Kindern, daher weiß ich auch Bescheid mit Milchstau (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) und auch mit Erkältungs äh äh Dingen, die man verwenden könnte (interrupted by interviewer sign of attention). Also ich hab auch noch recht kleine Kinder und daher weiß ich da so'n bisschen Bescheid.

36 **Interviewer:** [0:07:46.2] Okay. Weil du grade meintest, dass man, sobald man Kinder hat sich mit 'n bisschen mit dem Thema auseinandersetzt, ähm nicht sofort zu Chemie zu greifen, verwendest du sag ich mal schulmedizinisch gar nichts?

37 **Participant:** [0:07:59.6] Doch, also die Mischung macht's ja, ne. Also so man is ja doch irgendwie Leihe und am Anfang is äh, also wenn es so leichte Erkältungserscheinungen sind, dann versucht man schon über diese Hausmittel irgendwie zu gehen. Wenn ich aber merke, dass es doch äh mehr is, also, ne, wenn Fieber nicht runter geht, oder so (interrupted by interviewer sign of attention), dass diese normalen Hausmittel nicht (inaudible) machen, oder so (interrupted by interviewer sign of attention), oder so, ja, dann geht man ja schon zum Arzt, ne. Alleine auch schon um die Krankschreibung zu bekommen (laughter). (interrupted by interviewer sign of attention) Damit ich zuhause bleiben kann. Hier muss doch noch die andere Gartenanlage sein, hattest du das auch irgendwie?

38 [0:08:44.9] **(unrelated to topic)**

39 **Participant:** [0:08:56.7] Ich hatte äh hatte ma so'ne Kräuterwanderung mit gemacht, aber mir fällt jetzt grade auch nicht's weit ein

40 [0:09:02.6] **(unrelated to topic)**

41 **Interviewer:** [0:09:51.6] Du hattest eben noch Fenchel erwähnt. (interrupted by participant) Welchen Teil äh der (interrupted by participant) Pflanze?

- 42 **Participant:** [0:09:56.8] Also bei der Fenchel kannst du ja auch die Knolle wieder verwenden, aber dann auch eher, dass du die Blätter nimmst. Die Samen kannst du ja nehmen für Tee auch, Blätter auch (interrupted by interviewer sign of attention), ähm und die Knolle is ja einfach so zum Essen, aber ich weiß nich, was man damit noch so anstellen kann medizinische gesehen.
- 43 **Interviewer:** [0:10:15.5] F bei was würdest du Fenchel verwenden?
- 44 **Participant:** [0:10:17.7] Das is auch wieder so Richtung Erkältung (laughter).
- 45 **Interviewer:** [0:10:23.5] Hast du irgendwas Spezielles im Kopf, was man gegen ähm Magenbeschwerden, Magenunwohlsein verwenden würde?
- 46 **Participant:** [0:10:30.6] Ach Gottchen, Magen. Ach Magen is auch Fenchel zum Beispiel, ne. Hast mich ja gleich drauf gebracht dann. Ähm (interrupted by interviewer sign of attention) ja.
- 47 **Interviewer:** [0:10:41.8] Kommen wir hier weiter geradeaus?
- 48 **Participant:** [0:10:43.8] Ja Minze kannst du da ja auch ruhig nehmen, also alles, was da ja so'n bisschen beruhigender wirkt.
- 49 [0:10:48.8] (unrelated to topic)
- 50 [0:11:31.0] **Participant:** Ach **Kartoffeln** kannst du nehmen, ne (inaudible) Kartoffeln. Kartoffeln sind auch, wenn man Halsschmerzen hat, oder sowas, kannst drauflegen, so'ne warme Kartoffel gibt ähm (interrupted by interviewer sign of attention)
- 51 **Interviewer:** [0:11:42.9] So auf die Brust.
- 52 **Participant:** [0:11:43.6] Genauso auf die Brust, genau Kartoffel, ähm
- 53 [0:11:54.7] (unrelated to topic)
- 54 **Interviewer:** [0:12:52.9] Also, die Kartoffeln hatten wir grade.
- 55 **Participant:** [0:12:55.3] Genau, den Kartoffelwickel hatten wir, sagt man ja glaub ich. Ach mir fällt grad so wenig ein ehrlich gesagt (laughter)
- 56 **Interviewer:** [0:13:10.7] Is okay. Scheint, als wären wir noch ne Zeit unterwegs.
- 57 **Participant:** [0:13:12.9] Ach **Pflaumen** kann man ja auch verwenden, wo ich das grad sehe, ich hab Pflaumen im Garten. Ja, wenn du'n bisschen Verstopfung hast, nimmst'n Pflaumensaft, oder gedörnte Pflaumen und schon is die Verstopfung weg.
- 58 **Interviewer:** [0:13:23.8] Ja. Gut, ja.
- 59 **Participant:** [0:13:26.4] Siehst'e, man muss einfach in den Garten gehen und man'n bisschen gucken, was da so is. (interrupted by interviewer sign of attention) Und man könnte theoretisch aus den **Äpfeln** auch Apfeles Apfelessig machen und der is ja für verschiedene Sachen gut, äh zum Beispiel auch für Pilze, die man hat, ne, auch zur Reinigung des Körpers (interrupted by interviewer sign of attention), kann man ja das auch trinken. Ja. Für die Haare soll das ja gut sein, als Haarspülung. Das kräftigt. Wenn man **Brennnessel** im Garten hat, is es sehr gut für die Entwässerung, also das Blattwerk, ähm als Tee, reinigt den Körper auch wieder, also entwässert, ähm, auch gut im Salat zu verwenden, (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Was einem doch immer noch einfällt, dann, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenn ma sich hier wieder umguckt in seinem Garten. Ich glaub, so musst du es dann machen, wenn ud mit den Leuten redest (interrupted by

interviewer sign of attention). In den Garten und dann guckt man gemeinsam und dann fällt einem was ein.

60 **Interviewer:** [0:14:32.5] Ich hab, war vorher in Bremen und hab Interviews gemacht und da bin ich tatsächlich auch durch die Kleingärten und hab hauptsächlich Interviews aus den Kleingärten genommen (interrupted by participant) und das is wirklich so, wenn man mit denen durch den Garten geht, dann, ach das steht ja da noch und das würd ich so und so ja.

61 **Participant:** [0:14:43.6] Ja, genau. Dass man so da

62 **Interviewer:** [0:14:46.6] Aber du erinnerst dich ja ganz gut daran. Mh. Hast du Nutzpflanzen im Garten? Im Sinne (interrupted by participant) von.

63 **Participant:** [0:15:08.1] Ja verschiedene Nutzpflanzen. Ähm also, ne, die Kartoffel haben wir ganz viel angebaut, weil da grade ganz viele Kartoffeln so noch rumlagen und wir mussten das ja versuchen irgendwie urbar zu machen, mal. Äh Bohnen ham wir dahin gesät, weil wir den ja auch so dann relativ spät hatten, man muss ja immer drauf achten, was man wann einpflanzen kann. Ja und 'ne Zucchini pflanze, 'n Kürbis. Kürbissamen sollen irgendwas mit Prostata haben, wenn es um die Medizin geht, aber keine Ahnung. Chilis, Aubergine, Tomate, ja und dann halt Äpfel, die Pflaume und Kirschen is noch bei uns im Garten. Brombeeren ham wa auch noch 'n Paar und Himbeer und Erdbeeren, aber die Ernte war sehr schlecht (laughter) (interrupted by participant) (interrupted by interviewer sign of attention)

64 [0:16:05.9] **(unrelated to topic)**

65 **Interviewer:** [0:16:57.0] Na stehen geblieben sind wa bei Kürbis, der was gutes für die Prostata tun soll.

66 **Participant:** [0:17:01.0] Ja, äh also irgendwie die Samen, in seinen Samen so was drinne sein (interrupted by interviewer sign of attention), aber das weiß ich jetzt nur, ne, wenn man durch die Drogerieabteilungen geht und dann sieht man die Kürbiskerne drauf. (interrupted by interviewer sign of attention) Also, wie man das wie verwendet, ähm braucht ich persönlich noch nich (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention), daher weiß ich es nich und wie man das dann dementsprechend anwendet. Also es sind ja wirklich eher so die gängigen Sachen, die ich jetzt besser noch kenne, aber wir versuchen natürlich aufzuschlüsseln nochmal.

67 **Interviewer:** [0:17:44.1] Wo glaubst du kommt das Wissen her? Also wenn du jetzt überlegst. Du hast mir jetzt viel gesagt (interrupted by participant), super interessante Sachen.

68 **Participant:** [0:17:54.1] Also äh es is natürlich so, dass man ja immer viel von Zuhause erstmal geprägt is (interrupted by interviewer sign of attention), von Zuhause, was man so mitbekommen hat, ne. So die gängigen Sachen wie ähm Zwiebelsaft und Holundersaft bei Erkältungserscheinungen ähm, ne, also das wird von Zuhause kommen. Bin dann irgendwann auch mit den Großeltern im Garten war oder mit den Eltern gehabt, aber auch, was ich eben grad erwähnt hab, ne, wenn man in der Drogerie is, dann sich einfach a umguckt bei Medizin und dann (inaudible) Sachen und so'ne gewisse Affinität.

69 **Interviewer:** [0:18:41.8] Hallo.

70 [0:18:42.6] **Other Person:** Hallo.

71 **Interviewer:** [0:18:49.3] Ne gewisse Affinität.

72 **Participant:** [0:18:50.4] Genau, also ich hab ja und ne Affinität zu Garten hin, weil ich als Kind wollt ich immer Gärtnerin werden (interrupted by interviewer sign of attention). Jetzt darf ich's wieder teilweise denn dementsprechend ausleben. Ähm und dann hat man dass ja schon so, dass man eher so ma das Auge drauf wirft oder mit Freunden sich darüber unterhält, ähm ja. Wobei vor allem

tatsächlich, wenn man jetzt jüngere Kinder dann noch hat, fühlt man sich an bestimmte Dinge erinnert und das man sich untereinander austauscht also Eltern und dann sagt auch probiert das doch mal. Man muss ja nicht gleich die Chemiekeule verwenden (interrupted by interviewer sign of attention). Also auch die Hebamme, die einem dann erzählt hat, das mit dem Kohlblatt auflegen und die ja auch hier ähm ja immer versucht halt die alternative Medizin zu verwenden.

73 **Interviewer:** [0:19:35.8] Okay, scheint ja funktioniert zu haben. Meintest du (interrupted by participant)

74 **Participant:** [0:19:37.7] Genau, hat total gut funktioniert, kann ich jedem nur empfehlen.

75 [0:19:43.1] **(unrelated to topic)**

76 **Interviewer:** [0:19:57.0] Das heißt, du bist mit Garten aufgewachsen.

77 **Participant:** [0:19:59.7] Ja, ich bin mit Garten aufgewachsen. Erst bei den Großeltern, die ja 'n Garten hatten so und da im Sommer immer mal wieder war und dann ähm haben meine Eltern irgendwann einen Schrebergarten, einen Kleingarten (interrupted by interviewer sign of attention) auch bekommen. Wie sich vor kurzem rausgestellt hat, weil ich mir ja auch ein Garten für meine Familie gekauft habe, haben sie's auch vornehmlich gemacht, damit die Kinder damit auch'n bisschen in Berührung kommen mit so'nem, mit der Natur.

78 **Interviewer:** [0:20:36.0] Achso, das war auch deine Intention?

79 **Participant:** [0:20:38.6] Ja, weil ich selber das äh jetzt als Ausgleich mir suchen möchte nochmal zu dem doch manchmal sehr stressigen Alltag (interrupted by interviewer sign of attention), wo ich ja auch viel Freude dran habe, in der Erde zu wühlen und ähm

80 [0:20:56.2] **(unrelated to topic)**

81 **Participant:** [0:22:29.9] Wo war ich jetzt stehen geblieben? Ich war (interrupted by interviewer sign of attention). Für die Kinder, genau. Also, ne, dass das die auch friedlich damit aufwachsen, also wir haben bei uns im Haus auch hinten noch'n Hof, wo wir auch'n bisschen was so, ähm, aber sehr gering wo a was anbauen, ähm, aber die sollen schon auch sehen, ne, wie was wächst und selber was einsäen und ja, aber es ist tatsächlich glaub ich vornehmlich für mich als Ruheoase für mich (laughter) gedacht. Ich schaff gerne was, also wenn man hier so Lehrer ist, sieht man zwar manchmal, was die lieben Schüler gelernt haben, aber man hat immer ganz viel Papierkram und man denkt immer man kommt nicht zum Ende, ne, das ist wie im Studium (interrupted by interviewer sign of attention), wo man auch immer denkt, oh Gott, wo ist denn das Ende. (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm und wenn man ja sowas macht wie Holzarbeiten, äh Bastelarbeiten oder im Garten, da sieht man was man getan hat (interrupted by interviewer sign of attention). Ne, man ist zufrieden, ne, also 's ist 'n bisschen Psychotherapie wahrscheinlich (laughter). (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) Genau (inaudible).

82 **Interviewer:** [0:23:37.6] Du meintest, du bist Lehrerin (interrupted by participant). Was würdest du als deinen höchsten Bildungsabschluss bezeichnen?

83 **Participant:** [0:23:42.4] Mein höchster Bildungsabschluss (interrupted by interviewer sign of attention). Na ich hab ja, ähm, Staatsexamen, mein zweites Staatsexamen.

84 **Interviewer:** [0:23:49.7] Zweites Staatsexamen, okay.

85 **Participant:** [0:23:50.7] Ja.

86 **Interviewer:** [0:23:52.1] Hast du professionell

- 87 [0:23:53.4] **(unrelated to topic)**
- 88 **Interviewer:** [0:24:46.6] Ja dann, nehm ich wieder weiter auf. (interrupted by participant) Ich hab den Faden 'n bisschen verloren. Wir waren bei, wieso du den Garten hast.
- 89 **Participant:** [0:24:55.1] Warum ich den Garten habe, genau. Mhm
- 90 **Interviewer:** [0:24:56.9] Genau. Ähm, wo, wie du das Wissen, mh, wie informierst du dich, wenn du Fragen im Bezug auf Garten hast, oder Heilpflanzen hast, Heilpflanzen im speziellen?
- 91 **Participant:** [0:25:12.4] Also, ich frag ganz oft tatsächlich erstma mein Papa auch. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Oder überhaupt so äh Leute, dann guck ich lieber gern in Bücher und äh letztendlich äh dann äh dieses große googeln, was dann anfängt. Ja, aber das äh ich geh wirklich eher erst Menschen, dann Bücher und dann äh Google. Außer es muss ganz ganz schnell gehen. Aber ich versuch eigentlich immer den andern Weg. Ja, genau.
- 92 **Interviewer:** [0:25:41.0] Okay. Äh, du musst los, oder, dann
- 93 **Participant:** [0:25:46.2] Also ich öh warte jetz darauf, dass ich äh GPS Daten zu (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention) und dann werd ich weiter gehen. Ja.
- 94 **Interviewer:** [0:25:56.1] Dann schlag ich ma meine Fragen auf. Sah der Garten von deinen Großeltern und Eltern anders aus als deiner, oder hatte er andere Zwecke?
- 95 **Participant:** [0:26:06.8] Ja, also es is ja so der Nutzgarten gewesen, den man hatte, ne, also ähm mein Opa der hatte auch 4 Gärten muss man dazu sagen (interrupted by interviewer sign of attention), ja, (interrupted by interviewer sign of attention), also er hatte dann auch klein äh, also Kleinvieh ja auch gehabt, (interrupted by interviewer sign of attention), also, ne, Hühner und sowas, was ich bei mir in meiner Kleingartenanlage nicht habe, äh dementsprechend hat er auch andere Sachen angebaut, die ja dann auch für die Tiere verwendet werden, wurden, ähm aber meine Oma, die hatte auch so Blumenverkauf, also sie ham halt Eier verkauft, Blumen verkauft auch. Dementsprechend gab's da auch große Blumenrabatte, ähm und ziemlich viel Obst und viel Gemüse, also was sie wirklich dann nachher verarbeiten konnten; Dementsprechend dann auch zu Mosterei und so gebracht haben. Also sie ver haben schon versucht so'n bisschen aus Selbstversorger, weil's v, ne Kriegszeiten und dann nachher dann ja auch die DDR Zeiten.
- 96 **Interviewer:** [0:26:57.3] Hallo.
- 97 **Participant:** [0:26:57.7] Hallo. Dementsprechend, ja was gebraucht wurde.
- 98 **Interviewer:** [0:27:02.3] Mhm. Wie stehst du zum Thema Selbstversorgung?
- 99 **Participant:** [0:27:06.5] Ähm, toll, wenn man's umsetzen kann (interrupted by interviewer sign of attention). Wirklich, find ich toll. Ähm Während nach und nach wahrscheinlich sogar ne Sache, die ich präferieren würde für mich, oder anstreben würde, äh in der Sit, jetzigen Situation für mich äh vollkommen nich möglich jetz nich möglich erstma ansehe.
- 100 **Interviewer:** [0:27:30.4] Okay, Aber gibt's da Pläne in der Zukunft zu, deinerseits?
- 101 **Participant:** [0:27:35.8] Im Bezug auf die Zukunft mit meinem Garten? (interrupted by interviewer sign of attention) Klar. Also jetz, was da grade ja auch rauskam, ne, also es is schon so, ich würde schon gerne wollen, dass mein Garten mich ähm mehr versorgen kann, als das was ich jetz äh erstma hab. Und man dadurch dann, ja, weiß, woher was kommt. (laughter)
- 102 **Interviewer:** [0:27:57.0] Okay. Hast du in der Schule was zu Heilpflanzen gelernt gehabt?, Also (interrupted by participant) in deiner Schulzeit?

- 103 **Participant:** [0:28:02.7] Gar nich. (interrupted by interviewer sign of attention) Mm.
- 104 **Interviewer:** [0:28:04.3] Zu Nutzpflanzen?
- 105 **Participant:** [0:28:05.5] Heimatkundeunterricht (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) und ein bisschen auch im Biologieunterricht. (interrupted by interviewer sign of attention) Öh, ich hatte so'n ganz altbackenen äh w Biologielehrer und der äh hatte sich so, wenn wir jetzt Symbiose und sowas hatten (interrupted by interviewer sign of attention) ähm, ne, mussten wir schon, was auch doll hängen geblieben is, was wie, was die Knöllchenbakterien an den Lupinen sind und an den Erbsen und äh, da is das gut für den Boden is und äh, also so kleine Sachen und er hatte auch dafür gesorgt, dass wir dann so Flächen abstecken mussten und die Pflanzen bestimmten mussten und, also, ne, daher so'n ganz kleines bisschen, aber wirklich in der Schulzeit direkt nich, also das musste man eher ma privat in Angriff nehmen.
- 106 **Interviewer:** [0:28:48.5] Okay, wir sind ja auf der Suche nach dem Schulgarten grade, weil du als Lehrerin arbeitest. Würdest du sagen, dass du professionellen Kontakt zu Heilpflanzen.
- 107 **Participant:** [0:28:57.8] Ja noch nich, ne (laughter). Es entwickelt sich erst. Ich hab ja erst vor kurzem erfahren, äh dass ich das übernehmen kann oder darf, oder wie auch immer und äh jetzt geht's daran erstma wieder sich selbst weiterzubilden (interrupted by interviewer sign of attention) und dementsprechend ähm finde ich, ist das ja ein wichtiges Gebiet und ich finde, dass sollte man den Kindern auch näher bringen. Ähm ja und äh dementsprechend äh versuche ich jetzt mich selber zu professionalisieren und dass dann dementsprechend weiterzugeben.
- 108 **Interviewer:** [0:29:30.5] Okay. Äh früher meintest du ja, dass du auch mit Garten aufgewachsen bist. Mh, wolltest du da eher sein, oder musstest du da eher sein?
- 109 **Participant:** [0:29:42.1] Ah, das is ja immer so zweischneidiges Ding, ne (interrupted by interviewer sign of attention), also, aber im Großen und Ganzen wollt ich da sein, weil wie gesagt, ich wollt ja auch gerne Gärtnerin werden und ich hab auch als Kinder dann Gartenbücher und sowas bekommen. Also ich äh, man hat schon gemerkt, dass ich das wirklich wollte, also dass ich schon dahinter stand und das mochte, (interrupted by interviewer sign of attention) im Garten zu sein. Mhm
- 110 **Interviewer:** [0:30:02.0] Gut. Ich äh hab meine freien Fragen eigentlich alle gestellt, ich würd jetzt einfach noch so'n paar Punkte abfragen, wenn das für dich okay is, dauert auch nich mehr lange, keine Sorge, du kannst gleich weg (inaudible).
- 111 **Participant:** [0:30:12.1] Ja es tut mir total Leid, dass das hier so, (interrupted by interviewer sign of attention) weil ich ähm
- 112 **Interviewer:** [0:30:14.5] Ich ich versteh das voll, ja, du bist ja (interrupted by participant) am arbeiten mehr oder weniger.
- 113 **Participant:** [0:30:17.0] Ich bin grad am arbeiten, genau.
- 114 **Interviewer:** [0:30:18.3] Ich bin, ich bin sehr dankbar, dass du mir überhaupt deine Zeit schenkst. Ähm du bi, wo bist du geboren und aufgewachsen?
- 115 **Participant:** [0:30:23.0] Ich bin geboren in Güstrow, also hier in Mecklenburg, also Mecklenburg Vorpommern, ähm un din der Schulzeit dann nachher umgezogen nach Plau am See und habe in Rostock studiert, also ich bin durch und durch Mecklenburgerin.
- 116 **Interviewer:** [0:30:35.2] Okay. Sind deine Eltern auch aus der Region?
- 117 **Participant:** [0:30:38.3] Ja. Mhm.

- 118 **Interviewer:** [0:30:39.4] Deine Großeltern, weißt du das zufällig auch?
- 119 **Participant:** [0:30:41.1] Ja, die sind auch aus der Region. Bloß eine mütterlicherseits, die Oma, die kam dann aus Schlesien.
- 120 **Interviewer:** [0:30:46.9] Mhm. Ja. Hör ich oft, dass irgendwelche (interrupted by participant) Leute.
- 121 **Participant:** [0:30:51.4] 'S is so Gegend, ne, wo viele hier her kommen. Mhm
- 122 **Interviewer:** [0:30:53.9] Darf ich dich nach deinem Geburtsjahr fragen?
- 123 **Participant:** [0:30:56.7] 1980.
- 124 **Interviewer:** [0:30:57.8] 80. Okay. Schön. Du hattest Kontakt zu deine Eltern und Großeltern als du aufgewachsen (interrupted by participant)
- 125 **Participant:** [0:31:02.7] Ja.
- 126 **Interviewer:** [0:31:03.0] bist. Würdest du dich als Neugierig bezeichnen?
- 127 **Participant:** [0:31:05.2] Ja.
- 128 **Interviewer:** [0:31:06.2] Als gerne draußen?
- 129 **Participant:** [0:31:07.2] Ja.
- 130 **Interviewer:** [0:31:07.9] Trinkst du viel Tee?
- 131 **Participant:** [0:31:10.1] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja ja ja, täglich. (interrupted by interviewer sign of attention) kaltgewordener Tee (laughter) is unsre, unser haupttrink Trinkmittel.
- 132 **Interviewer:** [0:31:18.6] Und hast du spezielle Ernährungsgewohnheiten? Gewollt oder ungewollt, also Allergien zählen da auch mit (interrupted by participant) rein.
- 133 **Participant:** [0:31:33.3] Ja ich ich überleg jetz grade mit Ernährungsgewohnheiten, also man hat ja schon so so 'ne, ne, wenn man vor allem mit dem, mit Familie, dass man ja das Frühstück irgendwie ne, mit Haferflocken, Mittag, wo du auf alle Fälle immer Gemüse dabei hast und Abends muss auf alle Fälle Obst und Gemüse mit auf'm Tisch steht, also das sind so die Gewohnheiten, ne, also dass, wir essen schon Brot, weil einige essen ja auch, ne, also, ne, also so r r ganz ganz normal (laughter)
- 134 **Interviewer:** [0:32:02.6] Okay. Das klang jetz aber relativ gesund. Interessierst du dich für's Thema gesünder leben?
- 135 **Participant:** [0:32:08.0] Natürlich?
- 136 [0:32:08.6] **Interviewer:** Oder gesunder Ernährung an sich?
- 137 **Participant:** [0:32:10.1] Wär ich, ja.
- 138 **Interviewer:** [0:32:11.5] Informierst du dich aktiv dazu?
- 139 **Participant:** [0:32:13.8] Ne, das fällt mir eher zu.
- 140 **Interviewer:** [0:32:16.1] Okay. Gut, zwecks Zeitmangel (interrupted by participant), es sei denn dir

fällt noch irgendwas ein, ich würd das Gerät weiterlaufen lassen, einfach jetzt noch hier, das is'n Datenschutzhinweis.

141

[0:32:26.8] (unrelated to topic)

### 7.3.3.2 Interview RY 2

- 1 [0:00:00.0] **Participant:** Fragen und ich antworte darauf?
- 2 **Interviewer:** [0:00:01.8] Genau, ich äh stell Fragen, oder ich lass dich hauptsächlich erzählen, aber ich leite dich so'n bisschen.
- 3 **Participant:** [0:00:05.9] Okay.
- 4 **Interviewer:** [0:00:06.3] Ähm, wenn dir was unangenehm is, oder dir was unangenehm is, oder wenn du worauf nich antworten möchtest, dann äh sag das einfach. Musst du nich, is hier überhaupt kein (interrupted by participant) kein Zwang dabei. Genau. Wenn du magst, können wir anfangen.
- 5 **Participant:** [0:00:17.2] Ja.
- 6 **Interviewer:** [0:00:17.7] Ähm ja, du weißt ja, dass ich, hab ich grade eben am Zaun gesagt, dass ich meine Masterarbeit zu Heil oder ja, Heilpflanzenwissen und Wissensweitergabe schreibe und vielleicht fangen wir einfach damit an, dass du mir erzählst, was du so im Garten hast, oder was du schon benutzt hast, welchen Teil der Pflanze am besten und gegen oder für was du das benutzt hast.
- 7 **Participant:** [0:00:39.4] Mhm, also erstma find ich dein gewähltes Thema richtig toll, ich finde nämlich, dass das unglaublich viel wieder in die in die Bevölkerung getragen werden muss, dieses Wissen. Ich habe jetzt den Garten hier seit 7 Jahren (interrupted by interviewer sign of attention) und das Erst, was auftrat, war der Ackerschachtelhalm, wo dann die ein Alteingesessenen Männer gesagt ham, dass musst du wegspritzen. Aber Ackerschachtelhalm kriegt man nich so einfach weg, also hab ich mich darüber informiert und hab erfahren, dass das eine ganz urige Pflanze is und zwar is die schon seit Millionen von Jahren, diese Ackerschachtelhalme unter uns und vor allem bei sehr festem Boden. Also dieser Ackerschachtelhalm möchte eigentlich nur, dass es dem Boden wieder gut geht und lockert den auf und ich hab dann erfahren, dass da ganz viel Kieselsäure drin is und ähm benutz ihn seither als Tee, also der darf hier auch wachsen. Der wird auch mit ausgerupft, aber der wird nich ähm jetzt bekämpft oder so, also er is Teil des Gartens. Und ähm also er wurde auch früher, hab ich erfahren, durch ähm als Zinnkraut bezeichnet und damit wurden dann die Zinnwannen und Zinntöpfe poliert um die wieder schick zu machen, das geht mit dem auch ganz gut. Und ich benutz ihn als Tee und ich ähm setz ihn aber auch in Alkohol an, zusammen mit Gänseblümchen, weil das gut gegen Akne hilft. Und da hatt' ich Probleme und die sind jetzt so gut wie weg.
- 8 **Interviewer:** [0:02:08.3] Ja, würd ich nämlich sagen, ja. Das, keine Probleme mehr da, (interrupted by participant), also zumindest keine sichtbaren. Welchen Teil der Pflanze, oder der Pflanzen, die du grade genannt hast, würdest du verwenden (interrupted by participant) für Sachen?
- 9 **Participant:** [0:02:18.9] Vom Gänseblümchen kann man alles nehmen und vom Ackerschachtelhalm nehm ich halt den Halm mit den ja was, wie heißt das? Sprossen? An den Seiten? Hier ham wir einen, ich weiß nich, ob du den kennst, bestimmt, dass is ja auch 'n sehr beliebtes (interrupted by interviewer sign of attention)
- 10 **Interviewer:** [0:02:32.1] Ich hatte (interrupted by participant)
- 11 **Participant:** [0:02:32.8] Beikraut.
- 12 **Interviewer:** [0:02:34.1] Hier ma'n Kleingarten und den Ackerschachtelhalm kenn ich sehr gut ja.
- 13 **Participant:** [0:02:37.6] Ja (laughter) der is hier sehr verbreitet (interrupted by interviewer sign of attention) genau. Und ähm da hab ich jetzt überlegt bei uns im Vereinsvorstand ma zu fragen, ob denn da Interesse an solchen Vorträgen besteht, weil's halt immernoch Leute gibt, die gegen den Ackerschachtelhalm Glyphosat nutzen, aber wenn du ihn wirklich abhaben willst m müsstest du jahrelang dein Garten umbuddeln (interrupted by interviewer sign of attention). So und es is glaub ich besser mit ihm Freundschaft zu schließen und zu verstehen, warum er hier wächst.

- 14 **Interviewer:** [0:03:01.8] Ja äh ich hab die Erfahrung gemacht, dass man Ackerschachtel, also man kann sich da auf'n Kopf stellen. Den wird man nich (interrupted by participant), wird ma nich los. Äh das is glaub ich utopisch. Was fällt dir noch so ein?
- 15 **Participant:** [0:03:13.8] Ähm ich hab dieses Jahr ein **Spitzwegerich**hacker bei mir angelegt (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm hab ihn eigentlich sonst immer nur so wie's jeder macht zerkaut und dann auf Mückenstiche gerieben, aber hab dieses Jahr auch erfahren, dass er einfach richtig köstlich als Salat schmeckt, das is Salatbeilage und weiß auch da, dass den viele als Beikraut nich toll finden und versuchen, den aus ihrem Garten rauszukriegen. Ich hab ihn nur extra angepflanzt (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) und mir'n Acker gemacht und bei dem is es auch so, dass ich den zum Beispiel zerhexle, oder zerreibe im Mörser und dann Honig mit einlege, oder den auch einfach in Tees mit reinnehme, also eigentlich kommt der so gut wie überall rein. Grade wenn er frisch raus kommt und da nehm ich dann halt, die 'n den die frischen Blätter, die jungen Blätter (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Genau. Dann hab ich hier bei mir noch den **Frauenmantel** ähm kultiviert. Den seh ich quasi als meine Heilzauberpflanze als Frau, weil der unglaublich hilft bei Menstruationsbeschwerden aller Art, also ob das nun Rückenschmerzen sind im unteren Bereich oder Magenbeschwerden. Es ham ja auch viele Frauen Blähungen oder sowas und äh da hilft der einfach perfekt. Da is des richtig gut.
- 16 **Interviewer:** [0:04:32.6] Welche Teile der Pflanze und wie bereitest du (interrupted by participant) das zu?
- 17 **Participant:** [0:04:34.6] Da nutz ich die Blätter und ja auch ma einen herholen.
- 18 **Interviewer:** [0:04:38.6] Ich kann dir auch folgen. Wir können auch durch den Garten laufen, wenn du magst.
- 19 **Participant:** [0:04:41.2] Ja (inaudible)
- 20 **Interviewer:** [0:04:43.6] Nein? (interrupted by participant) Okay. Dann bleib ich sitzen.
- 21 **Participant:** [0:04:50.8] Das 'n Frauenmantelblatt (interrupted by interviewer sign of attention) und früher haben die alten Heilkräuterfrauen gesagt, dass der Morgentau, der sich auf en Blättern sammelt so so kostbar sind wie die Tränen eines Säuglings und das es, dass diese Tautropfen auch heilende Kräfte haben. Die nutz ich nu nich, ich nutz nur das Blatt. Jetz im Hochsommer is es nich mehr so schön, außer man hat das zwischendurch einma abgeschnitten und dann kommen neue raus (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm genau. Die frischen jungen Blätter sind perfekt für Tees. 'S kann man auch trocknen und beim trocknen is es ja bei manchen Kräutern so, dass sie dann noch gehaltvoller sind mit ihren Wirkstoffen, also beim Ackerschachtelhalm soll's so sein. Den gib's auch in der Apotheke und diesen natürlichen ursprünglichen Frauenmantel aus der Natur, den gibt's bei uns nur noch recht we wenig, das wird hauptsächlich in osteuropäischen s Ländern gesammelt, aber denn den wir hier anpflanzen können bei uns im Garten, der hat die gleichen Wirkstoffe und das, ja, wirklich sehr gut. Der is auch geeignet als Mann, wenn ma Magen Darm Probleme hat, oder auch wenn man ähm dazu neigt 'n schlechten Fettstoffwechsel zu haben und den regelmäßig trinkt, dann unterstützt einen das beim abnehmen zum Beispiel. (interrupted by interviewer sign of attention). Genau. Dann hab ich noch den **Lavendel**, da hab ich hinterm Haus riesige Büsche, den ich immer mal wieder Einhalt gebieten muss. Der is nich einheimisch, aber da mach ich gerne Lavendelöl ähm draus und da, der is schmerzst das is schmerzstillend. Also da kann man, weiß nich, ich hab ne Tochter und wenn die sich irgendwo gestoßen hab, dann reib ich das mit Lavendelöl ein, sehr hochkonzentriert und dann sind die Schmerzen weg. Was hab ich noch? **Salbei** liebe ich sehr grade bei Mandelentzündung, auch als Tee zubereitet. Die Blätter, dass man an mit den dann gurgelt, auch sehr hochkonzentriert ansetzen und Salbei der wirkt, ja, Fungizid, antibakteriell und auch ähm antiviral und ich denke, das is ein ganz guter Tee, den man durchaus regelmäßig trinken kann einfach um immer wieder alles auszuschwemmen, was dem Körper nich ganz so gut tut. Ja und dann hab ich noch die **Zitronenmelisse**, über die hab grade nachgedacht in meinem Garten, weil die kommt bei mir ganz viel und ich glaube, dass die Pflanzen, die gut für einen

sind, ja, in den eigenen Garten kommen, aber zu der hab ich noch keine Beziehung aufgebaut. Also ich weiß halt, dass man sie bei Unruhezuständen nehmen kann, aber irgendwie is sie noch nich so meins. (interrupted by interviewer sign of attention) Dann ham wa noch den Löwenzahn. Da benutz ich die Löwenzahnblätter als Salatbeilagen und die ähm Löwenzahnköpfe, da ham wir auch schon mal Löwenzahnhonig draus gemacht, aber da mu muss man halt sehr viel Industriezucker für benutzen und das is dann nachher vielleicht doch nich das, was man unbedingt benutzen möchte, um gesund zu sein. Und letztes Jahr hatt' ich schöne, große Karden, die waren 2 Meter hoch und die Wurzel der **Karde**, die soll unterstützend sein bei der Borreliosebehandlung. Genau und das sind glaub ich so meine Lieblinge hier. **Thymian** hab ich noch, den nutz ich auch sehr gerne nachher für die Erkältungszeit. Das's einfach ganz köstlich ähm Thymiantee mit Honig, ganz viel zu trinken, das hilft gut gegen die Erkältung, zum Schleimabtransport. Und dann hab ich noch das Seifenkraut, de den wilden Flox, den muss man immer sehr Einhalt gebieten. Der riecht ganz traumhaft und aus dem kann man zum Beispiel Seifenwasser machen, mit dem man noch abwaschen kann. (interrupted by interviewer sign of attention) Genau. Das war jetz erstmal so, dass was mir sofort auf der Zunge liegt.

22 **Interviewer:** [0:08:54.2] Ja. Das war deine Lieblinge hast du gesagt. (interrupted by participant) Hast du im garten auch Sachen, die du nich verwendest, von denen du aber wüsstest, wie man sie verwendet?

23 **Participant:** [0:09:06.5] Mh die **Goldrute**. Goldrutenextrakt soll bei Blasenentzündung helfen. Allerdings glaub ich die Wurzeln und alle wo man eher die Wurzeln für nimmt, das is mir n z w in der äh Verarbeitung zu anstrengend (interrupted by interviewer sign of attention). Des is bei der Quecke das selbe. In Russland wird Quecke ja richtig angebaut, weil sie'n sehr guter Stärkelieferant is, aber Quecke is hier halt tatsächlich äh weit verbreitet und wird als Unkraut gesehen. Ich seh's einfach nur als Gras, das sich schnell verbreitet, aber die Wurzel is sehr stärkehaltig und wird in manchen Regionen sehr gerne genutzt als Nahrungsmittel auch (interrupted by interviewer sign of attention). Genau. Ne **Brennnessel**, genau die Brennnesseln hab ich noch. 'S gibt immer ma wieder Stücke in meinem Garten, wo die Brennesseln wachsen dürfen. Zum einen ähm für eine Schmetterlingsart, die sich am liebsten von diesen Brennesseln ernährt. Weiß jetzt aber grade genau gar nich genau wer das is. Könnte der Admiral sein. Und ähm die Brennessel entwickelt kleine Nüsschen, die man dann sammeln und trockenen kann und sich dann in's Müsli mit reinmacht. Und die Blätter kann man auch gut nehmen bei Blasen und Nierenerkrankungen und dann sich ein Tee zubereiten und im Garten nutz ich sie hauptsächlich um Brennesseljauche zum düngen herzustellen. Ansonsten hab ich jetz nichts, was mir so noch an (inaudible). Naja die **Birke**. Also die Birke, wenn's ganz früh im Frühling is, dann kann man die Birkenblätter mit in den Salat nehmen und auch Birkenwasser zapfen, wenn's im Frühjahr sehr ähm sehr feucht is, aber da is es tatsächlich so, die benutz ich schon mit als Tee pflanze, weil sie blutreinigend sein soll. Und zum Beispiel gibt es ja diese Lipome, das sind so ähm Fettart Ansammlungen unter der Haut glaub ich. In in der Muskulatur sogar; Das weiß ich jetzt nich genau. Ähm müssten Sie vielleicht noch ma nachforschen. Und angeblich soll da regelmäßig getrunkenen Birkenblättertee gut helfen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Das war's.

24 **Interviewer:** [0:11:40.9] Wenn ich mich jetz hier so umschaue', seh ich auch äh Nutzpflanzen, klassische. Ähm, die ham sie also auch im Garten, darf ich fragen, was sie dabei im Garten hätten, oder davon im Garten hätten? Also wenn ich jetz hier so die Tomate zum Beispiel anschau.

25 **Participant:** [0:11:57.3] Ja. Also das sind verschiedene Tomaten. Das sind alles alte Samensorten von einem Fischer aus Kratzeburg, der hält nebenbei als Leidenschaft alte Tomatensamen oder, ja alte Tomatensamen aufzieht und dann kann man die Pflanzen dort kaufen und eigentlich hohl ich mir dann regelmäßig die Samen auch aus den Pflanzen aus den Tomaten zurück, aber in manchen Jahren mach ich's nich und dann geh ich da wieder frisch kaufen. Allerdings hab ich da die Namen nich im Kopf (interrupted by interviewer sign of attention), oder kann ich nichts zu sagen. Ja und dann hab ich ne Zucchini im Gewächshaus dieses Jahr ausprobiert, muss aber feststellen, dass die Freiland doch mehr lieben in der Fruchtentwicklung. 'S wird dann tatsächlich größer auch bei regelmäßigem Gießen im Gewächshaus, sie mögen's frei lieber (interrupted by interviewer sign of attention). Genau. Gurken hab ich noch un denn gibt es dieses Jahr ganz viel Porree. Ich hab dieses Jahr 'n bisschen weniger angebaut als sonst, einfach um mich mehr ähm um die Aufwertung des Bodens kümmern zu

können. Zum Beispiel das hab ich jetzt so Senfsaat und so ausgebracht um zu gucken, ob ich damit 'n bisschen den Boden wieder hinbekomme, weil das ist tatsächlich, nach jahrelanger DDR Wirtschaft schon 'n Unterschied ist, ne, also die, das Gärtnern, das verändert sich glaub ich jetzt in den Generationen wieder.

26 **Interviewer:** [0:13:26.8] Das ist interessant. Wollen sie da'n bisschen mehr drauf eingehen, was sie damit meinen?

27 **Participant:** [0:13:32.8] Also als ich hier her kam war das kein kleines Bauerngärtchen sondern es stand eine Staude und dann 30 Zentimeter die nächste Staude und dazwischen war halt alles komplett unkrautfrei gegruppelt und ähm es war keine Humusschicht auf dem Boden und es war alles sehr trocken und weiter unten ist der Boden aber sehr lehmig, das heißt er hat er hat schwer irgendwelche Stoffwechselprozesse in seinem in seiner Erde zu machen und ich versuche seit 3 Jahren immer mehr ähm dem Garten zu ermöglichen ne Humusschicht zu entwickeln. Grade auf meinem Nutzacker und ähm ja mulche dann sehr viel mit Pflanzenschnittresten und verzichte auch weitestgehend auf's umgraben, wenn dann nimm ich die Forke zum umgraben oder mal zum Lüften, also dass ich reinstech' und einma anhebe, oder ja. Und dass ich zum Beispiel versuche mein mein Nutzacker durch das Mulchen vor dem austrocknen zu hindern. (interrupted by interviewer sign of attention) Genau. 'S wird weniger gegruppelt in diesem Garten, als früher, bevor der von mir übernommen wurde. Und ich hab das Gefühl, dass es ihm ganz gut tut und merk aber auch in der Entwicklung der Humusschicht, dass das wirklich richtig lange dauert dem Boden das zurückzugeben, was man ihm über viele Jahre genommen hat und versuche halt auch nur über äh Düngung aus dem eigenen Garten, sprich Brennesseljauche oder Mulchen ihm was zurückzugeben und nicht durch Fremddüngung, durch irgendwelche äh Tierabfälle oder so. Genau, sondern dass der das mit seinem mit seinem eigenen, seiner eigenen Energie schafft.

28 **Interviewer:** [0:15:25.3] Wie lange haben sie den Garten schon?

29 **Participant:** [0:15:27.1] 7 Jahre.

30 **Interviewer:** [0:15:29.5] Hatten sie immer schon 'n Garten?

31 **Participant:** [0:15:31.0] Ne, also meine Mutti hatte damals 'n Garten und ich mochte das nicht besonders gerne (interrupted by interviewer sign of attention), aber es scheint hängen geblieben zu sein, dass es ein Erholungsort ist. Aber jetzt so als Erwachsene hab ich schon 'n anderes Gefühl auch entwickelt. Nämlich nicht nur, dass mit der Garten dient, damit ich ernten kann, sondern, oder auch ent Erholung habe, sondern dass ich halt auch dem Garten dienen möchte, dass ich darauf achte ähm was ich jetzt erst in den letzten Jahren entwickelt habe, dass ich versuche, regionale Pflanzen zu suchen, die als bei äh Bienenweiden fungieren können. Als ich zum Beispiel angefangen habe mit dem Gärtnern hab ich mir ein Schmetterlingsflieder geholt, sowas würde ich mir heutzutage nicht nochmal kaufen, weil der halt ähm nicht regional ist und die Insekten auch eher'n bisschen high macht und die dann unvorsichtiger sind zum Beispiel was Vögel angeht. Aber er ist da und ich find's halt auch wunderschön, aber nochmal kaufen würd ich mir so einen nicht. Genau.

32 **Interviewer:** [0:16:34.3] Haben sie sich den gekauft als Zierpflanze?

33 **Participant:** [0:16:36.8] Ja. Haben Sie noch andere Ideen dazu?

34 **Interviewer:** [0:16:40.7] Nein, äh darum geht's gar nicht, sondern sie haben auch Zierpflanzen im Garten, (interrupted by participant) oder?

35 **Participant:** [0:16:45.0] Ja.

36 **Interviewer:** [0:16:45.6] Wenn ich das richtig sehe. Was für was war das Interesse zuerst da, also wenn wir jetzt 3 Kategorien hätten, Heilpflanzen, Zierpflanzen und Nutzpflanzen, traditionelle Nutzpflanzen?

- 37 **Participant:** [0:17:00.3] Also zuerst ging's mir um Heilpflanzen (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Da ich hab sehr schnell angefangen mir die Kräuter zusammenzusuchen von denen ich einfach, auf die ich einfach immer Zugriff haben möchte (interrupted by interviewer sign of attention) und natürlich durch dieses, 's war schon recht marode, aber einfach fantastische Gewächshaus, was mir meine ähm Vorgänger hinterlassen haben, Tomaten. Tomaten aus'm Gewächshaus, das is was ganz anderes als Tomaten aus der Kaufhalle (interrupted by interviewer sign of attention). Genau. Und dann kam's aber nachher auch dazu, wo den Garten gestalten zu wollen und die Ästhetik haben zu wollen und viele Pflanzen waren schon da und wir haben aus ähm von den Gärten, die in Rostock leider plattgemacht wurden, hatten wir viele Leute, die uns ihre Pflanzen angeboten haben, so quasi zum retten, dadurch is auch der Pflanzenbasar vorne entstanden, dieses kleine Kämmerchen, wozu's auch ne Facebook Gruppe gibt, also Menschen die ihre Pflanzen nich mehr wollen, können sie da kostenlos anbieten und verschenken, genau, also viele Pflanzen sind hier einfach nur zur Pflanzenrettung reingekommen. Zum Beispiel die verschiedenen Floxarten, die sind nich sehr üppig was den Nektar angeht, also nich wirklich sinnvoll für die Insekten, aber sie sind gerettet und sie sind für die Ästhetik trotzdem schön.
- 38 **Interviewer:** [0:18:22.6] Wie sind sie zu dem Garten gekommen? Wie war der Gedankengang dazu?
- 39 **Participant:** [0:18:27.3] Puh der Gedankengang war eigentlich recht spontan. Meine Freundin hat gegenüber ihren Garten gehabt und wir sind hier lang gegangen und da hab ich gesagt, ach so'n Garten wär eigentlich ganz nett und dann ham wir erfahren, dass die Dame, die hier vorher gewohnt hat, oder genau, den Garten genutzt hat, dass sie den verkaufen will und danach gab's 'n Handschlag und dann war's mein Garten. Ja. Das war ein schöner Glücksfall.
- 40 **Interviewer:** [0:18:54.0] Wieso wollten sie 'n Garten haben?
- 41 **Participant:** [0:18:56.4] Ich glaub der Hauptgrund is, dass ich, ich war zu dem Zeitpunkt schwanger und hatte es mir schön vorgestellt äh, dass mein Kind dann einfach viel Zeit in einem ruhigen Stück Natur verbringen kann. Hab mir das allerdings einfacher vorgestellt, also die ersten 3 Jahre waren nich so viel mit Bewirtschaftung des Gartens, aber danach ging's dann besser. Und es is schon schön, wenn dann des eigene Kind schmatzend in der Himbeerhecke sitzt und man's nich sieht. S man hört's nur schmatzen. Ja, das war glaub ich ein Hauptgrund. 'S in der Stadt schon schwierig, grade wenn dann in der Innenstadt die ganzen Grünflächen weggenommen werden überhaupt einen Erholungsort zu haben und inzwischen bin ich sehr froh, dass ich hier sein darf.
- 42 **Interviewer:** [0:19:43.1] Mh ja, versteh ich. Sie ham ja jetz schon einiges erzählt, so was sie im Garten haben und wofür sie das benutzen. Wenn sie nachdenken. Mh wo glauben sie, haben sie das Wissen erlangt? Is ne gute Frage, ne?
- 43 **Participant:** [0:20:10.1] Mhm. Also 's is sehr vieles über die Jahre zusammengesammelt, was äh solch äh was solche Heilwissen anbelangt und ich hab natürlich auch ein Freundeskrei Kreis mit Frauen, die ähnlich interessiert sind, oder auch wo im Verwandten und Bekanntenkreis einfach die, die normale Nat nja, die normale Medizin, Schulmedizin nicht's oder zu wenig gebracht hat und man immer unterstützend irgendwas gesucht hat, also immer dieses Bedürfnis hat, sich auch noch selbst zu helfen und dem Anderen vielleicht noch gute Tipps zu geben und da war oft der erste Anlauf tatde tatsächlich einfach das im Internet zu suchen, Suchbegriffe einzugeben und sich dann entsprechender heilkundige Seiten rauszusuchen und die Pflanzen, die mich jetzt aber s insbesondere auch interessieren, äh da hab ich mir da tatsächlich auch Bücher zu gekauft. Also ich hab 2 Ackerschachtelhalmbücher, ich hab ähm von, es gibt ja immer auch ma so Bücher, die umherliegen zum verschenken, oder so. Alles was es da an ha an Naturheilkunde gab oder so hab ich immer erstma alles eingesackt und geguckt, ob ich da was für mich filtern kann. Die meisten wurden wieder weiter gegeben, aber viele sind auch einfach bei mir geblieben, weil die 'n tollen Input gebracht haben. Ja. Ich glaub so'ne Mischung is das von anderen Menschen aus'm Internet und aus echten Büchern.

- 44 **Interviewer:** [0:21:43.6] An welchem Zeitpunkt, oder wann denken Sie, ham sie sich wieder, also Sie meinten j, dass sie das als Kind gar nicht gemocht haben im Garten.
- 45 **Participant:** [0:21:51.5] Als Kind schon, als Jugendliche (interrupted by interviewer sign of attention) eher nicht so, ne, auf'm Dorf. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.
- 46 **Interviewer:** [0:21:56.6] Und wann hat das wieder angefangen? Also den Garten ham sie ja bekommen, als Sie ihr Kind bekommen haben meinten (interrupted by participant) Sie.
- 47 **Participant:** [0:22:03.6] Ja.
- 48 **Interviewer:** [0:22:03.9] War das auch der Startpunkt für das neu informieren, oder das neue Interesse?
- 49 **Participant:** [0:22:09.7] Mh ne. Also tatsächlich hatt' ich da schon immer Interesse dran und ähm damals war ich noch Masseurin und da ging es ja allein schon mit sowas wie Aromatherapie, oder Massageölen, zum Beispiel ein Lavendelmassageöl, dass das beruhigend wirkt und man hat halt viele, wie etwas auf'n Körper wirkt dann auch schon als junger Mensch in der Ausbildung nachgeforscht. Inzwischen bin ich Physiotherapeutin und das is für mich immernoch ganz interessant, öhm ja, wie etwas auf den Menschen wirken kann, vor allem in unserer Zeit, was entspannend wirken kann (interrupted by interviewer sign of attention), oder wenn ich zum Beispiel Bindegewebszonen entdecke bei einem Patienten und weiß, wo hat der jetzt ungefähr vielleicht ein Problem und mit welcher Pfl, welche Pflanze könnte da 'n unterstützender Helfer sein. Und inzwischen is mein Interesse auch schon weiter. Ich hab mich jetzt weiter qualifiziert zu Wildnismentorin und biete auch Kurse an, äh, oder nicht ich biete Kurse an, sondern nehm an Kursen teil, an so Kindercamps und wo man die Kinder einfach an die Natur führt und ganz vieles einfach auch von Kollegen mitnimmt, oder von den Kindern selbst, genau, was die gehört haben, dass bringen die einem auch bei und zukünftig möchte ich schon, dass auch in regionalen Kursen verbreiten. Nicht unbedingt für Kinder, sondern vielleicht mit denen Kräutern, die mir auch wichtig sind, dass ich das ähm unter die Erwachsenen bringe, die daran Interesse haben.
- 50 **Interviewer:** [0:23:45.1] Fallen Wildkräuter ein, die Sie selbst ma benutzt haben, äh beziehungsweise die sie kennen und wüssten, wie man sie dann nutzt?
- 51 **Participant:** [0:23:52.2] Jetzt so aus Wald und Flur?
- 52 **Interviewer:** [0:23:54.1] Ja.
- 53 **Participant:** [0:23:55.0] Naja die, die üblichen Verdächtigen, no so, also so f die **Fichtenspitzen** für Fichtennadelhonig, oder Breitwegerich, Spitzwegerich. Den Hasenkleee.
- 54 **Interviewer:** [0:24:08.1] Für was würden sie das Ganze verwenden? Das Ganze. Für was würden sie die Pflanzen verwenden? (interrupted by participant) Oder die Pflanzenteile?
- 55 **Participant:** [0:24:15.8] Also den den Fichtenhonig, den wir hergestellt haben, den haben wir halt auch so für Teezubereitung genommen, oder bei Erkältungskrankheiten. Und den Spitzwegerich ham wir damals auch eher so als Honig so Zusatz gesammelt, ähm Hasenkleee kann ich mich dran erinnern, hab ich schon in meiner Kindheit ganz viel gesammelt und immer so in den Mund geschoben, also, dass is eigentlich 'n ein leckerer, saurer Klee, den man ganz oft im Wald findet und den man sicherlich auch für Salate sammeln kann. Hm, ne tatsächlich hab ich mir alles eher in den Garten gehört (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Also 's is selten, dass ich so von der Natur dann was rausgenommen habe.
- 56 **Interviewer:** [0:25:12.8] Okay. Können sie sich an Kurse oder Klassen in der Schule erinnern, die Heilpflanzen thematisiert haben?

- 57 **Participant:** [0:25:22.4] Ne, leider gar nich. (interrupted by interviewer sign of attention) Was nich heißen muss, dass es nich da war, aber ich kann mich nur dran erinner, dass man grade noch so gelernt hat, die verschiedenen Blätter der Bäume. (interrupted by interviewer sign of attention) Also da aus meiner Erinnerung fehlt da tatsächlich was. Also meine Tochter die weißt heute durch unseren Garten mehr von Pflanzen als ich damals wusste.
- 58 **Interviewer:** [0:25:47.5] Aber auch bei ihr wieder durch den eigenen Garten und nich durch ihre Schulkurse.
- 59 **Participant:** [0:25:52.3] Ne, nich durch die Schule. Wobei die da auch 'n ähm ihre Schule, die hat 'n kleinen Garten, die ham 'n Schulgarten, aber ich weiß nich, was der beinhaltet und wie sehr der bewirtschaftet wird mit Heilpflanzen.
- 60 **Interviewer:** [0:26:05.6] Okay. Aber immerhin 'n kleinen Garten hinten dran. Is doch schön. (interrupted by participant). Sie meinten, sie sind Physiotherapeutin (interrupted by participant) mittlerweile. Würden sie das al also mh. Wie wie stell ich die Frage. Is das ne abgeschlossene Ausbildung?
- 61 **Participant:** [0:26:25.9] Das is ne staatlich anerkannte Ausbildung, ja.
- 62 **Interviewer:** [0:26:29.0] Okay. Würden sie das als ihren höchsten Bildungsabschluss bezeichnen?
- 63 **Participant:** [0:26:32.6] Puh
- 64 **Interviewer:** [0:26:34.5] Oder wenn nicht, wenn sie das verneinen würden, was würden sie als ihren höchsten Bildungsabschluss bezeichnen?
- 65 **Participant:** [0:26:39.4] Ah Bildungsabschluss klingt so komisch (interrupted by interviewer sign of attention). Bildung is ja irgendwie nie abgeschlossen, weil man ja immer wieder äh (interrupted by interviewer sign of attention), also ich denke, dass es mh vom gesellschaftlich objektiven Standpunkt (interrupted by interviewer sign of attention) her mein mein äh höchster Bildungsabschluss is, ja.
- 66 **Interviewer:** [0:26:53.6] Okay. Abgeschlossene Ausbildung. Ja. Na, dass is äh
- 67 **Participant:** [0:26:57.7] 'S kann man auch studieren. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich hab's aber nich studiert.
- 68 **Interviewer:** [0:26:59.8] Okay. Kann man es Mittlerweile studieren, (interrupted by participant) ja?
- 69 **Participant:** [0:27:01.2] Man kann's als Bachelor und Master sogar studieren (interrupted by interviewer sign of attention) ja.
- 70 **Interviewer:** [0:27:03.8] Man kann's mittlerweile als Master studieren? (interrupted by participant) Was lernt man da?
- 71 **Participant:** [0:27:07.1] Ich denke äh eher so die Eigenständigkeit und Führung eines Unternehmens. Sowas (interrupted by interviewer sign of attention) in die Richtung dann. (interrupted by interviewer sign of attention) Krankenkassenabrechnung und sone Sachen. Eventuell, ich ich weiß es nich. Ich hatte den Masterstudiengang nich.
- 72 **Interviewer:** [0:27:20.4] Na, aber interessant, weil das hätt' ich mir jetzt nich als studierbar, also es hat ich als praxisnahen Beruf einfach im Kopf und hätt' jetz nich gedacht, was man da großartig theoretisch noch alles zu machen kann, was man da nich praktisch gleichzeitig.
- 73 **Participant:** [0:27:33.5] 'S kann man leider inzwischen in sehr vielen praktischen Berufen (interrupted by interviewer sign of attention), ne, (interrupted by interviewer sign of attention) die sehr viel mehr

Praxis eigentlich (interrupted by interviewer sign of attention) brauchen.

- 74 **Interviewer:** [0:27:42.5] Würden sie sagen, sie haben über ihren Beruf, den sie jetzt ausüben oder generell mal professionellen Kontakt zu Heilpflanzen gehabt?
- 75 **Participant:** [0:27:52.2] Puh, professionellen Kontakt. Ne, prof professionell nich, eher wenn dann laienhaft. (interrupted by interviewer sign of attention) Also da dann eher dann in der Wildnismentorausbildung da geht's dann schon eher in die Richtung, wo man da (interrupted by interviewer sign of attention) mehr aufnimmt.
- 76 **Interviewer:** [0:28:17.1] Aber das kommt jetzt erst, oder? Is das schon abgeschlossen, oder?
- 77 **Participant:** [0:28:20.4] Das hab ich schon abgeschlossen, ja. Ich hab da nur noch nich äh, also ich mache schon als Praktikum regelmäßig, aber ich mache's noch nich nebenberuflich (interrupted by interviewer sign of attention). Damit hab ich noch nich gestartet. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.
- 78 **Interviewer:** [0:28:37.6] Sie ham ja jetzt hier auch generell einige mh kl Nutzpflanzen, zum Beispiel sowas wie die Tomate. Wie stehen sie zum Thema Selbstversorgung?
- 79 **Participant:** [0:28:46.1] Hach (interrupted by interviewer sign of attention) Selbstversorgung brauch auf jeden Fall Zeit und Hingabe (interrupted by interviewer sign of attention) und das is sehr schwierig als alleinstehende Person, oder auch als Kleinfamilie ernsthaft sich selbst versorgen zu können, wenn man denn, wenn man f arbeiten geht. Das is einfach schwierig. Also wir können natürlich im Sommer von vielem hier zehren, im Herbst nachher auch noch mal. Dieses Jahr is die Apfelernte nich so toll, aber im Herbst is es oft so, dass wir n kein Obst kaufen brauchen. (interrupted by interviewer sign of attention) Also es is schon ein Zugewinn, aber es bräuchte sehr viel mehr Zeit glaube ich um sich selbst zu versorgen, weil das is nachher ein ein Lebensmodell (interrupted by interviewer sign of attention). Selbstversorgung mh während man arbeiten geht, geht vielleicht dann, wenn man in einer größeren Gemeinschaft einen Garten hat, wo man einfach mehr sich um um die Pflanzen sorgen kann und es geht ja schon da los, dass man früh die Aufzucht beginnt und dann d also diese Kleinarbeiten, wie das Pikieren zum Beispiel äh ähm das sind alles Arbeiten. In jedem Monaten h hast du eigentlich Arbeiten wo du dich drum sorgen musst und allein dieses kleine Stückchen Land würde ja auch, wenn man nach dieser Regelung mh der ein Drittel Regelung vom Gartenverein geht, ne, dass man ein Drittel anbauen muss, selbst da kann ma, man kann ja viel mehr rausholen. Also es gab Jahre im Gewächshaus, da war's komplett grün, weil auf den äh auf den Bänken oben standen noch Paprikapflanzen und Chilis und so. Also man kann ganz viel auch aus diesem kleinen Stückchen Land noch rausholen um viel Nahrung rauszuholen, aber dann brauch man nich nur die Zeit is alles anzuziehen und aufzuziehen und zu bewässern und zu versorgen, sondern nachher auch die Verarbeitung (interrupted by interviewer sign of attention). Und man möchte es ja auch ordentlich verarbeiten, also es muss, es muss geerntet werden, es muss gewaschen werden, es muss ähn teilweise zerkleinert oder geschält werden, dann möchte man vielleicht auch etwas einkochen oder fermentieren und äh nich einfach nur einlagern. Es brauch viele Handgriffe um die Nahrung, die man hat dann auch haltbar zu machen. Es benötigt einfach Zeit und Hingabe und ich hab mir schon so manche Nacht um die Ohren geschlagen, und musste dann am nächsten Tag wieder arbeiten, weil ich das Bedürfnis hatte einfach meine Nahrungsmittel, die ich jetzt so lange begleitet habe verw, also auch verwerten zu können, ne (interrupted by interviewer sign of attention), haltbar machen zu können. Also das, Selbstversorgung is was ganz feines und ich wünschte, jeder Mensch hätte die Möglichkeit auf einem Stück Land sich in der Gemeinschaft oder wenn er die Zeit hat auch alleine selbstzuversorgen. Das wär schon sehr schön, ja. Aber noch is es nich soweit. Auch weil wir dann 'n ganz anderes Bezug zu den Nahrungsmittel hätten. Also allein, dass alle Menschen wissen, das es verschiedene Farben von Johannisbeeren gibt, dass es nich nur orange Möhren gibt, dass das auch lilane und schwarze Kartoffeln gibt und das wir einfach in einer unglaublichen Vielfalt leben und die äh unsere Wahrnehmung von Nahrung und was im Prozess damit zusammenhängt und was meine Nahrung eigentlich braucht um gesund zu sein, ähm ich glaub dafür ham wir ein ein sehr kleines Bewusstsein inzwischen. Das find ich schade. Ja. Selbstversorgung wäre wünschenswert. (interrupted

by interviewer sign of attention)

80 [0:32:40.8] (unrelated to topic)

81 **Participant:** [0:33:56.1] Man muss ja nich alles anbauen, ne, sondern man kann ja auch tauschen (interrupted by interviewer sign of attention). Also mit den Säften zum Beispiel was wir jetzt angesprochen ham da gibt's ja hier diese mobilen Saftpressen (interrupted by interviewer sign of attention), oder auch da in Satow, ne, wo man hinfahren kann. Man gibt seine Früchte ab und bekommt dafür Gutscheine und kann dann dort günstiger einkaufen gehen (interrupted by interviewer sign of attention). Wobei man da dann natürlich nie weiß, was man für Säfte bekommt (interrupted by interviewer sign of attention) bei der bumbi mobilen Saftpresse schon.

82 **Interviewer:** [0:34:19.9] Ja, die war cool. Da sind wir auch hingefahren, na ich glaub da ham wir 130 Kilo Äpfel hingefahren von und ham dann Saft, also unseren Saft dann halt da rausbekommen (interrupted by participant). Das war ziemlich cool, ja. Das hat mir getaugt, ja. Wie sieht's aus mit dem Thema gesundes und gesünderes Leben? Informieren Sie sich da aktiv, oder is ihnen das wichtig?

83 **Participant:** [0:34:39.6] Des is ja 'n sehr breites Feld. Was genau spielt ihnen da jetzt vor?

84 **Interviewer:** [0:34:43.6] Das breite Feld (laughter)

85 **Participant:** [0:34:47.4] Das breite Feld. Okay. Ich glaube um wirklich gesund zu leben, ah das hört sich jetzt hm vielleicht 'n bisschen äh zu übertrieben an, aber ich glaube um wirklich gesund zu leben muss sich jeder Mensch erstma selbst begegnen. Und wie das nachher geht, ob man da, weiß ich, irgendwelche schamanischen Reisen macht, oder ne Psychotherapie beginnt, oder was weiß ich äh, das is äh, da gibt's ja verschiedene Wege, aber ich glaube, es is ganz wichtig, dass die Menschen sich wieder selbst spüren, die verschiedenen Aspekte ihres Wesens um s zu wissen, wo wirklich ihre Werte sind und nich nur die intellektuellen, logischen Werte, sondern auch die der Gefühle und auch ähm die die f einen vielleicht ein bisschen sanfter oder schwächer scheinen lassen. Ich glaube es is wichtig, dass wir da mehr Berührungspunkte finden müssen und dementsprechend eine Kommunikationskultur auch aufbauen, die es ermöglicht über sowas wieder zu reden und ähm genau. Das wir gut miteinander reden, wertvoll miteinander reden. Das wir Individualität zulassen und fördern und gleichzeitig aber ähm den Wert auf ein auf auf unsre Gemeinsamkeiten legen, so unterschiedlich wir auch sein mögen, aber auch da geht's ja im Charakteren so ähnlich wie bei der Gartenarbeit oder bei der Wirtschaft um Arbeitsteilung. Jeder bringt etwas verschieden äh was verschiedenes mit und das ergänzt sich nachher. Genau und ich glaube, dass dieses Gesunde in sich selbst sein, dass das der Grundstein is für alles andere aus diesem breiten Spektrum gesunden Leben und sich denn auch die Zeit dafür nehmen, ne, also ich war jetzt zum Beispiel grade in einer Situation, wo ich als Physiotherapeutin mir selbst wieder mehr ähm Massagen gewünscht habe und habe jetzt überlegt, okay wa wenn ich jetzt das Geld dafür ausbebe, so und so viel hundert Euro, was is wenn mein Auto dann kaputt geht und dann dacht ich, was für ein doofer Gedanke. Ich verzichte jetzt darauf, dass es meinem eigenen Körpergefährt gut geht, nur weil mein Auto kaputt gehen könnte und da hab ich halt auch dann gemerkt, dass so'ne Gedanken verkehrt sind. Und das es mir egal sein muss, was mit meinem Auto is, äh sondern dass es wichtig is, wie's meinem Körper geht und dass wir, ja, dann einfach in die richtige Richtung investieren. Unsre Zeit und auch unser Geld. Das wir überlegen, mit welchen Menschen wir unsre Zeit verbringen und ähm dass wir darauf achten auch in ähm in welchem beruflichen unfe Umfeld wir uns bewegen. Das wir mit wen Energien gut haushalten, die wir haben, die uns zu Verfügung stehen und uns gewertschätzt fühlen in der Gemeinschaft, in der wir Zeit verbringen, privat wie auch beruflich.

86 **Interviewer:** [0:37:38.8] Mh das klingt doch relativ reflektiert. Also würde ich jetzt ma so sagen, ja. Ich schau noch einmal in mein Büchlein rein, ob ich was vergessen hab. Meine Fragen sind das hier. Ich glaub von den freien Redefragen sozusagen hab ich meine Antworten bekommen, die ich gerne hätte, aber wenn ihnen noch was einfällt zu Kräutern, oder Heilkräutern, Kräuternutzung, Sachen, die sie eben vergessen ham, sagen sie das gerne noch. Wenn nich, würd ich einfach so ein, zwei Sachen gerne abhacken hier von meinen Fragen, einfach für die Auswertung später, wenn das okay is, würd

(interrupted by participant) ich fragen. Wo genau sind sie geboren und aufgewachsen?

87 **Participant:** [0:38:34.9] Ich bin geboren in äh Mecklenburg Vorpommern, Ribnitz-Damgarten (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm gewohnt hab ich dann viele Jahre in einem kleine Dorf bis zu meiner Jugend in der nähe von Ribnitz (interrupted by interviewer sign of attention) und bin dann als 16jährige nach Rostock gezogen alleine.

88 **Interviewer:** [0:38:55.3] Okay. Kommen ihre Eltern auch hier aus der Gegend?

89 **Participant:** [0:38:59.6] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Alle Gegend Ribnitz, ne, wobei meine Mutter kommt aus der nähe von Neustrelitz. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber is äh trotzdem Mecklenburg Vorpommern.

90 **Interviewer:** [0:39:08.2] Sie mit Ihren Großeltern aufgewachsen?

91 **Participant:** [0:39:10.1] Hach mh ich hab immer sehr viel Zeit bei meinen Großeltern mütterlicherseits gelebt, die mir glaub ich die Möglichkeit geschenkt haben mich als naturnahen Menschen zu erfahren, weil die ein Haus in meiner Kindheit gekauft haben im Müritz Nationalpark, wo ich sehr sehr viel zeit in der Natur verbringen durfte und ja, es hat mich dann quasi wieder dahin, zu diesen, also des is das, was ich als meine Wurzeln empfinde. Genau. Und mit den Großeltern hat ich sehr viel Zeit und ähm die Großeltern väterlicherseits, da hat ich nich so viel Zeit mit denen aufzuwachsen, aber auch da war meine Großmutter immer herzlich. Eine Frau weniger Worte, aber mit einem großen Herzen.

92 **Interviewer:** [0:40:07.5] Okay. Sind ihre Großeltern auch aus der Region?

93 **Participant:** [0:40:11.5] Also d mütterlicherseits eher Neustrelitz (interrupted by interviewer sign of attention) und väterlicherseits diese Region, ja.

94 **Interviewer:** [0:40:19.7] Und sie leben jetzt in Rostock?

95 **Participant:** [0:40:21.4] Ja.

96 **Interviewer:** [0:40:22.5] Darf ich ihre Geburtsjahr erfragen?

97 **Participant:** [0:40:24.3] 87

98 **Interviewer:** [0:40:25.7] 87. Okay. Hm hm hm. Würden sie sich als neugierig bezeichnen?

99 **Participant:** [0:40:31.8] Mh ja auf jeden Fall (laughter).

100 **Interviewer:** [0:40:33.0] Ja, da is ein Grinsen, ja. Okay. Ähm gerne draußen?

101 **Participant:** [0:40:38.1] Ja.

102 **Interviewer:** [0:40:39.0] Ja. Trinken sie viel Tee?

103 **Participant:** [0:40:41.0] Ja.

104 **Interviewer:** [0:40:41.7] Ja. Alles ja, okay. Und, dann Meine letzte Frage, ähm, ham sie spezielle Ernährungsgewohnheiten, gewollt oder ungewollt, also Allergien, Unverträglichkeiten, oder Sachen, die sie selbst auferlegt haben?

105 **Participant:** [0:40:55.9] Also ich war viele Jahre lang vegetarisch (interrupted by interviewer sign of attention). Das hat sich dann in meiner Schwangerschaft durch äh ein paar gelüste erledigt, aber 's ist schon so, dass ich darauf achte, wenig tierische Produkte zu essen. Da schon meine Achtsamkeit und

dass ich sehr viel Tee und Wasser trinke und versuche ähm anderes eher zu meiden. Ja. Aber ansonsten. Naja ich hab halt ne Affinität zu Süßigkeiten (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention), aber äh bin ni bin mir auch äh dessen bewusst, dass das dann Kompensationshandlungen sind. (interrupted by interviewer sign of attention) Wo man dann nich so psychisch stark is, wie man vielleicht sein sollte (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, ansonsten hab ich aber nichts, was mir jetzt einfällt.

106 **Interviewer:** [0:41:58.9] Gut. Dann würd ich den Datenschutzhinweis, also die Erklärung äh kurz noch mit mit Ihnen durchgehen.

107 [0:42:11.1] **(unrelated to topic)**

### 7.3.3.3 Interview RY 3

- 1 [0:00:00.0] **Participant:** (inaudible)
- 2 **Interviewer:** [0:00:00.7] Okay. Jo. Also. Ich hab dir ja grad über'n Zaun so schon erzählt, dass ich meine Masterarbeit zu Heilpflanzenwissen und Wissensweitergabe schreibe (interrupted by participant) und du hast mir gesagt, dass du aus der Nähe von Rostock kommst und Sachen im Garten hast, die du verwenden würdest, wenn du krank bist.
- 3 **Participant:** [0:00:21.9] Ja.
- 4 **Interviewer:** [0:00:22.3] Und wie wär's wenn wir anfangen, wenn du mir einfach so'n bisschen erzählst, was du hier so hast und wie du das verwendest und welche Pflanzenteil du vor allem verwendest.
- 5 **Participant:** [0:00:29.0] Ja, also ich würd jetzt einfach ma direkt starten, weil wir daneben sitzen mit äh dem **Rosmarin** hier (interrupted by interviewer sign of attention), den, das hatt' ich sogar neulich, is witzig, dass du das jetzt fragst, weil ich war neulich mit meiner Freundin krank ziemlich dolle, wir hatten äh hu äh Lungenprobleme, also was heißt Lungenprobleme, wir haben einfach gehustet die ganze Zeit und ich hab mir dann, bin in den Garten gefahren und hab mir dann 'n paar Kräuter geholt, mit denen ich dann 'nen Inhalationsaufguss gemacht hab, da war dabei Rosmarin, dahinten hab ich noch zwei verschiedene **Thymiansorten** und **Salbei** dahinten noch. Und die hab ich halt einfach, da hab ich die Blätter jetzt genommen, Blüten ham die ja jetzt nich so richtig und hab die dann 'n bisschen zerkleinert und dann Wasser, heiß Wasser rauf gegossen und dann halt Handtuch über und inhaliert (interrupted by interviewer sign of attention). Und da zum Beispiel, also jetzt, w soll ich noch sagen wofür jeweils die einzelnen?
- 6 **Interviewer:** [0:01:21.6] Gerne.
- 7 **Participant:** [0:01:22.5] Also ich muss es jetzt versuchen richtig wiederzugeben. Ich hab's von meiner Mutter, weil die is da beruflich sehr (interrupted by interviewer sign of attention), sehr ha, kennt sich da aus. Ähm Thymian hat ne antivirelle Wirkung, soweit ich weiß jetzt und Rosmarin is generell in diesem Sinne stresslindernd, also was schonma so gut und Salbei hat einfach, hat ganze so'n bisschen geschmeidiger gemacht, weil das so kratzig war (laughter). Ähm, ja, also sowas zum Beispiel, das war jetzt so, wo ich sagen könnte, das war jetzt in, wa was ich grade benutzt hab jetzt zum heilen, sag ich ma, sonst ham wa aber auch noch andere Sachen, die wir immer ma bei, also so Beispiel ham wir viel äh Lavendel stehen, den meine Mutter auch benutzt, da kann ich dir aber leider nich genau sagen, wofür. (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm und kräutermäßig haben wir, ich ich glaub, wir ham noch ne ganze Menge, bloß kann ich dir gar nich genau sagen, wofür jetzt meine Mutter die explizit genau verwenden würde, aber ich kann dir halt jetzt von denen drei Sachen jetzt zum Beispiel sagen, dass, dafür hab ich die so benutzt.
- 8 **Interviewer:** [0:02:28.6] Okay, cool. Was gibt's noch im Garten, was du kennen würdest, wie du's verwendest, oder was du verwendet hast schon?
- 9 **Participant:** [0:02:35.2] Ähm explizit, also explizit zum heilen, oder generell, weil.
- 10 **Interviewer:** [0:02:41.8] Gut, also, generell interessiert mich auch, aber äh wenn du, wenn dir noch Sachen zum heilen einfallen, das interessiert mich am meisten.
- 11 **Participant:** [0:02:47.7] Ja, also äh natürlich äh wir haben **Minze** noch da hinten (interrupted by interviewer sign of attention), Minztee bei Erkältung.
- 12 **Interviewer:** [0:02:52.9] Aus welchem (interrupted by participant) Teil von der Minze würdest du das machen?
- 13 **Participant:** [0:02:54.9] Äh die Blätter (interrupted by interviewer sign of attention) und, also is eigentlich bei Kräutern soweit ich weiß jetzt immer die Blätter, außer jetzt natürlich beim Lavendel, da

ham wir dann die äh Blüten getrocknet und die dann we ah mit denen ham aber zum Beispiel auch so Sachen gemacht wie dann einfach zum Räuchern oder sowas. Und wir haben noch, ah warte, wir können wir können eigentlich einfach ma durchgehen und ich sag dir ma, was hier so is.

14 **Interviewer:** [0:03:20.3] Jetzt hab ich dich darum gebracht, dass du eine rauchst.

15 **Participant:** [0:03:22.5] Ah alles gut. Ich (laughter) hab ja noch viel Zeit heute. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja hier ham wir Erdbeeren und Kartoffeln. Ja wer wir sind glaub ich auch mit die einzigen im Garten, in der Gartenanlage hier, die so'n bisschen die Beete anders angelegt haben (interrupted by interviewer sign of attention), also siehst ja, wir ham jetzt hier viel auf Rundbeete und so gesetzt, weil wir's einfach schön finden, aber ich muss da ma kurz gucken, ha. Da is der Löwenzahn, den meine Mutter für 15 Euro gekauft hat. (interrupted by interviewer sign of attention) Ausversehen, ja, den konnt man bei Grönfingers kaufen und wir wussten nich, dass das einfach 'n normaler is. Ich dachte, wir dachten, er wäre irgendwas besonderes (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter), war aber nur'n normaler Löwenzahn.

16 **Interviewer:** [0:03:55.3] Oh, das tut mir leid für euch. (laughter)

17 **Participant:** [0:03:56.6] (laughter) Alles gut. Ähm hier is noch nich so viel. Hier is nu auch der der Rosmarin, halt ich weiß nich (interrupted by interviewer sign of attention), wenn du willst, kannst du ja dir was mitnehmen, oder so (interrupted by interviewer sign of attention). Da hinten ham wir noch wilde Heidelbeeren, die einfach extrem gesund sind, (interrupted by interviewer sign of attention) also die, wir kennen ja aus Supermärkten die Blaubeeren und die sind ja auch von innen weiß, falls du das jetzt im Kopf hast ungefähr und die echten Heidelbeeren, die findest du in Norwegen viel in den in den Heiden da, die sind viel kleiner und von innen auch blau und die sind so viel gesünder einfach, als (interrupted by interviewer sign of attention) die ham wir jetzt auch uns dieses Jahr rangeholt. Wir hoffen, dass wir nächstes Jahr schon 'n Paar davon dann ernten können. Ja hier ham wa halt Kirschen, aber die sind jetzt ja nich so wirklich; Sind einfach nur lecker. Mh, gucke mal, dass müsste doch Zitronenmelisse sein (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, kann man auch Tee, auch wie wie Minze ham wa da auch Zitronenmelisse, machen wa auch Tee. Hier is der Thymian. Ham wir den goldenen und den echten, soweit ich weiß. Hier is der echte, hier is der goldene (interrupted by interviewer sign of attention). Ich hab jetzt zum heilen, das für die meine Lunge hab ich den goldenen genommen, (interrupted by interviewer sign of attention) aber auch einfach weil wir davon mehr da haben. Ich glaub, dass hat jetzt nich so'n Unterschied zwischen den beiden. (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm hier hinten is unser Salbei und unsere Minze, also sieht man ja hier viel (interrupted by interviewer sign of attention) und da hinten is, ne, das is nichts. Stimmt, ach da is nochma Rosmarin (interrupted by interviewer sign of attention), ja. Können wir nochma hier durchgehen. Sorry wenn (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention). Muss ma gucken. Jostabeere, ja, keine Ahnung was das is, kannst du von (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter), kannst dir von mir aus eine nehmen, wenn du willst, ja, kannst dir aber eine pflücken. Die hat meine Mutter irgendwie letztes Jahr ma rangeholt hier (interrupted by interviewer sign of attention). Hm (interrupted by interviewer sign of attention) sie sind säuerlich.

18 **Interviewer:** [0:05:57.5] Schmeckt wie schwarze Johannisbeere.

19 **Participant:** [0:05:58.4] Ja, oder? (interrupted by interviewer sign of attention) Lustig. Hier ham wa Wein.

20 **Interviewer:** [0:06:03.1] Ah hier geht's noch weiter, ach schön.

21 **Participant:** [0:06:04.3] Ja ja, hier, wir ham hier noch, hier is unser kleiner Beerengarten (interrupted by interviewer sign of attention), den wir uns langsam hochziehen. Hier sind weiße Johannisbeeren. Öh, da kannst du auch, wenn du willst (inaudible) nehmen

22 **Interviewer:** [0:06:14.9] Och, da sag ich nich nein.

- 23 **Participant:** [0:06:17.1] (laughter) Mh, da ham wir hie hinten jetz noch, ich glaub das müsste ne Brombeere sein, oder ne Himbeere.
- 24 **Interviewer:** [0:06:26.3] Sieht nach Himbeere aus.
- 25 **Participant:** [0:06:27.8] Ach ne is ne Johannisbeere. (interrupted by interviewer sign of attention) Aha. Hier ham wir Brombeeren noch, also wir ham hier hinten noch, versuchen uns jetz langsam über die Jahre so'n kleinen Beerengarten anzuziehen. Da hinten is noch ne Himbeerpflanze, die nich so gut wird. Hier ham wa eigentlich 'n Pfirsichbaum, der aber dieses Jahr, die Obstbäume hatten dieses Jahr alle Probleme (interrupted by interviewer sign of attention), wie beim Apfelbaum auch. (interrupted by interviewer sign of attention) Der hier rechts is. Mh, hier sind tatsächlich dieses Jahr meine Favoriten, äh das sind schwarze Stachelbeeren. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is ähm, ich find die total lecker, das is, hier am besten auch noch, da (interrupted by interviewer sign of attention). Hier wächst was rein. Und die sind auch, ich weiß jetz nich, meine Mum hat jetz, is seit 30 Jahren Heilpraktikerin, oder hat da 4 Ausbildungen auch gemacht.
- 26 **Interviewer:** [0:07:13.5] Aber die sind echt gut ja.
- 27 **Participant:** [0:07:14.7] Ja (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention), ja, dass hab ich auch neulich gedacht. Die sind einfach wow. Und die hat jetz zum Beispiel mir neulich gesagt, ich kann's jetz nich genau wiedergeben, vielleicht kannst du mit anf, was anfangen, dass irgendwie alle Beeren, die bläulich Sachen drin haben, also wie auch die Heidelbeeren, jetz die und Brombeeren und sowas (interrupted by interviewer sign of attention), dass die blauen Farbstoffe extrem gesund sind (interrupted by interviewer sign of attention). Ich kann dir aber nich genau sagen wofür. Das weiß ich nich, aber vielleicht kann ma da nochma recherchieren, oder du weißt es schon, keine Ahnung.
- 28 **Interviewer:** [0:07:42.3] Deswegen einfach futtern.
- 29 **Participant:** [0:07:43.3] (laughter) Ja. Was das is wissen wir nich, aber es is hier so gewachsen, das sah echt schön aus mir den gelben Blüten, deswegen ham wir's dieses Jahr einfach da gelassen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ah hier ham wa nochma Brombeerpflanzen. Mh
- 30 **Interviewer:** [0:07:59.8] Liebstöckel.
- 31 **Participant:** [0:08:00.8] Ah genau. Liebstöckel ham wir noch. Den Liebstöckel, äh da musst du wissen wir ham, wir sind so'n bisschen mystisch angehaucht (interrupted by interviewer sign of attention), also wir glauben an Fee et cetera (interrupted by interviewer sign of attention) und Liebstöckel is demnach immer ein Zeichen, dass Feen da sind (interrupted by interviewer sign of attention). Also wenn Liebstöckel irgendwo wächst, weiß gar nich, wir hatten hier noch, die sind schon wieder eingegangen.
- 32 **Interviewer:** [0:08:27.1] Zählt das auch wenn ich den dahinsetze?
- 33 **Participant:** [0:08:30.7] Anpflanze? Ne.
- 34 **Interviewer:** [0:08:31.4] Das zähl nich, also muss wild wachsen.
- 35 **Participant:** [0:08:32.9] Genau (interrupted by interviewer sign of attention) und diese haben uns, also jeder Liebstöckel, der wir in Garten hatten, wir hatten da 'n ganz großen, wobei is der is gar nich mehr hier. Hier war der. (interrupted by interviewer sign of attention) Der war irgendwie bis hier oder so (interrupted by interviewer sign of attention) und die ham sich alle wild ausgesät, also die sind von alleine gekommen (interrupted by interviewer sign of attention) und da würden wir demnach dann auch denken, dass da halt hier 'n Platz für Feen is (interrupted by interviewer sign of attention), weil wir hier halt auch, wenn man jetz aus'm energetische sieht arbeiten wir halt viel so, dass wir halt versuchen die Natur auch so zu machen, wie sie halt eigentlich weil sein würde. Zum Beispiel jetz

hier unter dem Baumscheiben, die wir ja hier als Bild auch angelegt haben, ham wir jetzt zum Beispiel da hinten ja die Beerenpflanzen, die den fa diesen, das etwas säu äh säurere Milieu sag ich ma um den Baum lieber mögen wegen Wald einfach, also (interrupted by interviewer sign of attention) die ham wir den Wald so bisschen simuliert, oder versucht zu simulieren. Ähm wir könne ja ma im Gewächshaus kurz gucken, ob da noch irgendwas is, ich glaub aber nich. Achso, ja nich erschrecken (inaudible)

36 **Interviewer:** [0:09:32.3] Soll ich mitkommen, oder soll ich hier stehen bleiben?

37 **Participant:** [0:09:33.9] Kannst mitkommen denk ich mal, also es is jetzt äh nich. (laughter)

38 **Interviewer:** [0:09:38.9] Was wäre zum erschrecken? Joa.

39 **Participant:** [0:09:42.5] Ja ähm wollt ich (laughter) wollt nur sagen. Ja hier hm wa aber auch nur Tomaten und das ham wir dieses Jahr bisschen verkackt zum runterbinden (interrupted by interviewer sign of attention). Achso, ja hier ham wa halt noch zwei Avocadopflanzen, hier (interrupted by interviewer sign of attention) sieht man die aus'm Kern, ja die (interrupted by interviewer sign of attention) ham ich da letztes Jahr draus gezogen.

40 **Interviewer:** [0:09:55.0] Letztes Jahr erst? (interrupted by participant) Dafür sind die aber schon gut dabei.

41 **Participant:** [0:09:57.8] Mhm und hier hinten sind Feigenpflanzen.

42 **Interviewer:** [0:09:59.8] Mhm. Der hat sogar ne Feige dran. Mehrere (interrupted by participant) Feigen.

43 **Participant:** [0:10:02.7] Ja ja, ich hab da, wir ham da dieses Jahr schon Feigen geerntet jetzt (interrupted by interviewer sign of attention) und gegessen. Also ich hab, die ham wir vor 2 Jahren hier hingeholt, da waren das so kleine Büsche und es war eigentlich nur so'n Spaßexperiment, weil ich dachte so, ja da wird ja niemals was. Äh und letztes Jahr hatten die schon Früchte, aber die sind nich reif geworden (interrupted by interviewer sign of attention) und dieses Jahr, kannst ja sehen hier, die ham hier, das alles is hier dieses Jahr (interrupted by interviewer sign of attention) dazugewachsen, (interrupted by interviewer sign of attention). Also unglaublichen Schuss, genau wie der Wein. Der is da hoch auch komplett gewachsen und die sind echt super, also ich weiß nich, ob jetzt hier vielleicht eine is, die. Das hätten wir auch am Anfang nich gedacht, dass die äh, das wir hier Feigen ernten können (interrupted by interviewer sign of attention) und Deutschland. Aber anscheint geht's.

44 **Interviewer:** [0:10:47.4] Ja 's geht, als tatsächlich mein Vater hatte auch 'n Feigenbaum. Äh es gibt da eine oder zwei so spezielle Arten, die dann einfach damit klar kommen, wenn's auch kälter is (interrupted by participant) und dadurch (interrupted by participant), dass. Hä?

45 **Participant:** [0:10:58.4] Möchtest du ne Tomate? (laughter)

46 **Interviewer:** [0:11:03.3] Schön, dass ich dich gefunden hab. (interrupted by participant) Ich muss nicht Hunger leiden.

47 **Participant:** [0:11:07.6] Dein Vater.

48 **Interviewer:** [0:11:09.7] Mh hatte 'n Feigenbaum und tatsächlich, also Mitteldeutschland. Und dadurch, dass die Winter auch immer wärmer werden irgendwo (interrupted by participant). Mh, die sind gut.

49 **Participant:** [0:11:18.5] Ja die sind lecker.

- 50 **Interviewer:** [0:11:21.9] Ja is interessant.
- 51 **Participant:** [0:11:22.9] Jetz zu den Wintern, da hab auch ich hab, wir ham nich gedacht, dass die überwintern würden, weil wir können die ja, wenn jetz (inaudible) im Sommer irgendwie mit nach Hause nehmen (interrupted by interviewer sign of attention) und die warn noch so klein, deswegen dacht ich auch schon, ach schade, die gehen jetz übern Winter ein. Is nichts geworden das Experiment, weil wir im Winter auch nich hier sind, weil wir ham ja kein Strom und kein Wasser im Winter hier (interrupted by interviewer sign of attention) und dann sind wir im Frühling wieder hergekommen und auf einmal hat die Feige wieder (interrupted by interviewer sign of attention) neue Triebe bekommen. Also so kalt wird's a also, vor allem im Gewächshaus wird's (interrupted by interviewer sign of attention) echt nich, wird's nich so kalt im Winter, das is echt gut.
- 52 **Interviewer:** [0:11:55.4] Vor allem hast ja hier dann auch hm m im im Osten dann irgendwo auch der kältere Wind dann irgendwo das Problem (interrupted by participant), da bist du glaub ich im Gewächshaus auch.
- 53 **Participant:** [0:12:00.8] Das ham wir dieses Jahr krass gemerkt, dass, es war nich so heiß, dass es immer trocken wurde, aber es war durchgehend so windig, dass, wir hatten letztes Jahr eigentlich alle unsere Beete mit Heu abgedeckt (interrupted by interviewer sign of attention), ähm wodurch das durchgehend vom Wind halt geschützt war und der Sonne, deswegen is, mussten wir nich so viel gießen, ham wir dieses Jahr nich gemacht und wir sind, mussten jeden Tag her fahren und ne Stunde gießen, (interrupted by interviewer sign of attention) weil die der Wind das so ausgetrocknet hat die ganze Erde. (interrupted by interviewer sign of attention) Hier is noch Sellerie glaub ich. Ne. Was wird'n das. Doch Sellerie. Nicht, doch Sellerie ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenn ich das jetz nich, ich glaub.
- 54 **Interviewer:** [0:12:36.8] Bist du Sellerie?
- 55 **Participant:** [0:12:38.9] Stangensellerie, ja (interrupted by interviewer sign of attention). Der is auch total, also meine Mutter hat 'n bisschen Probleme mit den Mitochondrien (interrupted by interviewer sign of attention), äh ich auch vererbt, (laughter) so weit bin ich nich, aber wenn sie kauft sich lieber ma und snackt diese Selleriestangen, das find ich ja sehr ekelig, aber soll dafür auch sehr sehr gesund sein. Da, is halt schade, dass du jetz nich sie getroffen hast. Sie könnte dir jetz noch viel mehr über alles erzählen (interrupted by interviewer sign of attention) weil das halt ihr so, ihr Beruf is, seit 30 Jahren fast. (interrupted by interviewer sign of attention), aber so'n bisschen was kann ich dir auch mitgeben.
- 56 **Interviewer:** [0:13:08.3] Interessierst du dich aktiv für das Thema gesünder leben? (interrupted by participant) Oder gesundes Leben? Ja?
- 57 **Participant:** [0:13:12.7] Ja. Ich hab jetz in den Ferien auch extrem viel mit meiner Freundin dafür, darüber recherchiert und geguckt wie man's machen könnte, weil's halt auch ne Aufgabe is, die Sachen, die man aus'm Garten erntet auch gut zu verwerten (interrupted by interviewer sign of attention). Das hatten wir gar nich so richtig im Kopf, aber so wenn du jetz Kartoffelernte hast, hast'n Haufen Kartoffeln und musst gucken, wie kriegst du die haltbar gemacht, wie kann ich überhaupt, wie wie was sind gute Kartoffelrezepte auf die ich überhaupt bock hab, so? Vieles kauft man sich ja auch einfach, oder man kauft sich ma'n Sack Kartoffeln, oder hat man gar nich so oft da im Endeffekt (interrupted by interviewer sign of attention). Oder jetz öh also alles Mögliche halt. Wir ham dieses Jahr noch gar nich so viel Gemüse, wir ham mehr auf Obst und Beeren jetz gesetzt, wie man ja auch gesehen hat (interrupted by interviewer sign of attention). Aber das fand ich spannend, das wir zum Beispiel auch gar nich wussten eigentlich, wenn wir jetz ne große Ernte aus'm Garten haben, wie wir das richtig verwerten würden eigentlich (interrupted by interviewer sign of attention), weil wir das gar nich gewöhnt sind, wir kaufen uns'n ruchen uns'n Rezept raus, suchen, kaufen uns die Sachen dazu ein und kochen dass dann (interrupted by interviewer sign of attention) und wir sind das nich gewöhnt irgendwie uns'n Rezept demnach auszusuchen, was das is. (interrupted by interviewer sign of attention) Und auch weil wir jetz, meine Freundin und ich auch dachten so uns is es wichtig, dass es

viel regional wird, oder das da hinten gearbeitet wird, dass wir jetzt auch so'n bisschen und die Skills aneignen, dass man, wie man gärtner und wie wir das gut und umsetzen können, verwerten können und haltbar machen und alles mögliche, dass wir da für später 'n bisschen gefeit sind (interrupted by interviewer sign of attention) falls man das ma brauch.

58 **Interviewer:** [0:14:39.8] Wie stehst du zu Selbstversorgung?

59 **Participant:** [0:14:41.9] Ähm is 'n Traum von mit (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Wir versuchen jetzt hier schon, sagt die Permakultur was? (interrupted by interviewer sign of attention) Jetzt so da das da hinten sind ja zwei Hügelbeete, also dadrunter sind äh, hab ich ausgegraben und denn Baumstümpfe reingelegt und die halt durchnässt und dann wieder drauf die Erde in die richtigen Schichten zum Beispiel und dadurch die s müssen wa mit am wenigsten gießen, weil die Stämme halt die ganze Zeit noch Feuchtigkeit abgeben (interrupted by interviewer sign of attention) und so'ne Sachen da. Machen wa uns eigentlich jedes Jahr 'n bisschen schlauer drüber, weil's irgendwie so'n bisschen mein Traum is später 'n Hof zu haben, wo man so einigermäßen autark leben kann. Nich komplett, aber einigermäßen, mit dem was man halt hinkriegt (interrupted by interviewer sign of attention).

60 **Interviewer:** [0:15:20.1] Und wenn ich das richtig verstanden hab is das der Garten, den du und deine Mutter so zusammen macht, oder es is ihr Garten hauptsächlich, oder?

61 **Participant:** [0:15:26.6] Also grade is es noch hauptsächlich ihr Garten. Ich bin jetzt hier mal, wenn sie halt, also ich bin auch da, aber dadurch, dass ich auch Schule hab, macht sie noch mehr, aber sie zieht jetzt Anfang nächsten Jahres nach England (interrupted by interviewer sign of attention) und dann übernehm' ich den Garten hier komplett und werd mir da noch Freunde einladen und die kriegen dann, hab ich denen 'n Deal gemacht, die können sich dann hier 'n kleines Beet anlegen und dafür helfen sie dann ma mit ga äh alles gießen, oder ma Rasen mähen und sowas (interrupted by interviewer sign of attention). Also wird ab nächstes Jahr wahrscheinlich mein Garten sein, aber gleichzeitig so'n bisschen 'n Gemeinschaftsgarten.

62 **Interviewer:** [0:15:57.9] Du hast jetzt viel von deiner Mutter gesprochen (interrupted by participant) und wenn ich das richtig verstanden hab ist dein Wissen auch von deiner Mutter geprägt.

63 **Participant:** [0:16:05.1] Ja.

64 **Interviewer:** [0:16:05.5] Gibt es ähm andere sag ich Mal Ursprünge von deinem Wissen auch?

65 **Participant:** [0:16:12.8] Ähm ja, meine Mutter war bei vielem der Anreger (interrupted by interviewer sign of attention) und dann hab ich den Rest auch alleine gemacht, nur jetzt zum Beispiel war das explizit das Thema heilen mit Dingen, das hab ich eigentlich komplett von ihr. (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm, aber so Permakultur, da hab ich mir viel selbst angeeignet durch Bücher, oder das Internet zum Beispiel und hab hier auch meine kleinen Projekte wie da im Gewächshaus und sowas, dass sind dann meine Sachen, nich die von meiner Mutter (interrupted by interviewer sign of attention) die ich dann ma ausprobier', ma gucken wie's klappt (interrupted by interviewer sign of attention). Deshalb, also es s so'n Mischmasch aus beidem.

66 **Interviewer:** [0:16:46.0] Is deine Mutter auch aus der Region, (interrupted by participant) weißt du da?

67 **Participant:** [0:16:48.9] Ne. Die kommt aus Sachsen ursprünglich, (interrupted by interviewer sign of attention) wohnt aber seit 20 30 Jahren hier jetzt also. Auch erst auf'm Fischland und denn auch in Rostock (interrupted by interviewer sign of attention) jetzt hier für 6 Jahr, davor auf'm Fischland.

68 **Interviewer:** [0:17:01.4] Wie sieht's aus mit deinen Großeltern? Kommen die von hier?

69 **Participant:** [0:17:04.4] Äh meine Großeltern mütterlicherseits Sachsen, väterlicherseits auch vom

Fischland.

70 **Interviewer:** [0:17:10.1] Okay. Hattest du zu denen Kontakt?

71 **Participant:** [0:17:12.4] Ja.

72 **Interviewer:** [0:17:13.1] Ja? Okay. Wie informierst du dich, wenn du dich dann, du meinstest ja, du informierst dich auch selbst viel. Wie informierst du dich dann? Über welche Quellen? Über welche (interrupted by participant) Medien?

73 **Participant:** [0:17:22.9] Also ich mag das total einfach in' Buchladen zu gehen (interrupted by interviewer sign of attention) und mir dann da 'n schönes Buch über Permakultur rauszusuchen (interrupted by interviewer sign of attention), also ich hab mittlerweile bestimmt se, oder zu dem Thema. Ich hab auch'n Buch über Bienen, öh zum Beispiel. Wie man Bienen vernünftig in som kleineren Garten auch haben kann (interrupted by interviewer sign of attention). Also da mag ich's einfach in 'ne Bücherei zu gehen, hier von mir aus auch jetzt nich keine Kettenbücherei, sonder eine, die hier, wir in Rostock halt auch haben nur, und da ma zu gucken, was da so gibt und wenn ich da nichts explizites finde zu meinem Thema, was mich interessiert, dann guck ich danach noch ma auf YouTube, oder ja meistens findet man auf YouTube eigentlich zu allem schon mal'n Video, oder halt ähm dann das Internet, da findet man ja auch ganz viele Artikel. Einfach nur das, aber hauptsächlich Bücher.

74 **Interviewer:** [0:18:04.5] Hauptsächlich Bücher, okay. Wie sieht's aus, tauschst du dich mit anderen Interessierten aus, außer deiner Mutter?

75 **Participant:** [0:18:10.7] Ähm, ja, also ich hab jetzt zu dem Gewächshausprojekt hab ich noch gleichzeitig zwei andere Freunde, die das auch dieses Jahr machen, da hab wir uns sehr viel ausgetauscht darüber wie man, wie's bei denen so klappt und so. Ähm und ich denk mal, dass wird jetzt mehr werden, wenn meine anderen Freunde auch in den Garten kommen. Sonst bin ich eigentlich grade aber der Einzige, der so richtig 'n Garten hat (interrupted by interviewer sign of attention), oder da auch was macht drinne (interrupted by interviewer sign of attention) deshalb is das in dem Sinne schwierig, aber ich denk mal, dass wird jetzt mehr werden, wenn die hier auch'n bisschen mitarbeiten. Das, weil die sind eigentlich alle interessiert, aber ham nich so richtig die Möglichkeiten.

76 **Interviewer:** [0:18:44.2] Mh okay. Interessant. Hast du, oder habt ihr immer schon 'n Garten gehab?

77 **Participant:** [0:18:48.7] Ja. ALso wir waren vorher ja in Wustow (interrupted by interviewer sign of attention), öh auf'm Fischland und da hatten wir'n großen Garten, da war ich auch immer schon als kleiner, als kleiner Bursche wollt ich da schon mein eigenes kleines Beet haben und da meine Möhrchen ziehen. So natürlich immer noch so, wollen wir uns wieder hinsetzen?

78 **Interviewer:** [0:19:03.0] Gerne.

79 **Participant:** [0:19:04.3] Natürlich immer so'n bisschen, wie das halt is, wenn man klein is, so'n bisschen die Interesse dann auch manchma verloren schnell wieder (interrupted by interviewer sign of attention), aber eigentlich immer wieder zu dem Thema gekommen, dass es mich sehr interessiert, äh das ganze ganze Thema an sich (interrupted by interviewer sign of attention) mit, ach Pflanzen und so äh, bei dem wä was ich dir erzählt hab mit den Feen und energetischem und so, es hört sich ja vielleicht alles so'n bisschen, weiß nich wie du da so drinne bist. Ähm da ich hab zum Beispiel auch, ich sprech mit meinen Pflanzen, (interrupted by interviewer sign of attention) also merk ich ja auch, also des jetzt hier im Garten, im Gewächshaus da mach ich halt persönlich am meisten, weil da ham wir halt als wir uns den Garten geholt haben gesagt, Gewächshaus is mein Bereich, (interrupted by interviewer sign of attention) wo ich äh mich hauptsächlich drum kümmer und da bin ich dann auch so, dass ich dann auch wirklich, wenn ich in den Garten rein komm', sag ich hier so, hey meine süßen, oder irgendwie sowas, so ich sprech mit denen. Das is dann so, das sind für mich meine Freunde auch und wenn ich denn jetzt hier sowas wie den, wie die Kräuter äh auch ernte

dann für mein Wohl, dann bedank ich mich auch bei denen und sag so, ey, cool, dass ihr hier wachst. So ihr könnt dadurch kann ich von euch profitieren.

80 **Interviewer:** [0:20:13.7] Wie nennt sich die Richtung?

81 **Participant:** [0:20:16.2] Die Richtung was was zum?

82 **Interviewer:** [0:20:18.5] Also wenn du mit im Bezug auf Feen und Baumscheiben und wo wo kommt das her, aus aus welcher (interrupted by participant)

83 **Participant:** [0:20:22.6] Ähm das is (laughter) ganz lustig, weil, kommt auch von mir, bei mir vieles von meiner Mutter (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm is viel aus'm heilpraktischen, würd ich jetzt mal sagen (interrupted by interviewer sign of attention), ja und gleichzeitig is das so'n bisschen Mischung aus würd ich sagen tatsächlich sogar von uns auch. Also ich hab mir mit den Pflanzen 'nen eigenen Kontakt angeeignet irgendwie, also zum Beispiel dieses sprechen mit denen, oder ich hab auch 'n Pendel zum Beispiel, womit ich mich selber bependel', falls ich krank bin so, aber wenn ich jetzt gesehen hab, hier, ich war jetzt 2 Wochen nich da und die die große Pflanze die da stand im Gewächshaus ich dann, hab die Hubert genannt (laughter) ja ja. Die hat da in der Zeit wo ich weg war ne Blattkrankheit bekommen gehabt und die hab ich dann auch. Ich hab bin hier hergefahren, hab mit der gesprochen, hab die bependelt und denn ging's nach zwei Tagen wieder. Is direkt wieder weggegangen, hat ihre Blätter wieder aufgestellt, is richtig schön grün geworden und (interrupted by interviewer sign of attention) wächst einfach weiter, also das is so, würd ich sagen viel aus'm heilpraktischen, viel einfach auch einfach mythischem mit den Feen und so. Äh also verschiedenste Bereiche. Es is so'n so'n Mischmasch aus vielem so, wie man's für sich selber von vielen Bereichen, dass was ma einem am meisten gefällt gepickt und sein eigenes draus gemacht so'n bisschen.

84 **Interviewer:** [0:21:34.2] Okay. Interessant. Hast du in der in der in der Schule, also gehst noch zur Schule?

85 **Participant:** [0:21:39.0] Mhm.

86 **Interviewer:** [0:21:39.2] Meintest du. Hast du in der Schule mal irgendwas zu Heilpflanzen oder Gartenpflanzen generell gelernt?

87 **Participant:** [0:21:45.0] Ja, ich geh auf ne Waldorfschule (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm ham wir eine in Rostock und da hat man in der, von der 4ten bis zur von der 4ten bis zur 7ten hat man, also 3 Jahre lang hat man Gartenbauunterricht, wo man im ersten Jahr auch sein eigenes Beet hat, wo man anpflanzen kann, was man will und danach kümmert man sich um 'n Schulhof, aber da lernt man auch viel über Pflanzen und wie man so das grundlegende Gärtnern macht und so.

88 **Interviewer:** [0:22:08.0] Ah ja. Sind da Heilpflanzen mit; Na na zünd ruhig an. Wir machen kurz. Müssen ja kein Stress machen, es sei denn du hast, musst irgendwie los oder so.

89 **Participant:** [0:22:18.7] Ne, alles gut, ich hab Zeit.

90 **Interviewer:** [0:22:21.0] Ähm hab ich vergessen was ich fragen wollte.

91 **Participant:** [0:22:24.6] Ob das explizit Heilpflanzen auch da rangenommen (interrupted by interviewer sign of attention) wurde.

92 **Interviewer:** [0:22:26.6] Achso ob du ob ob ihr da auch Wissen zu vermittelt bekommen habt.

93 **Participant:** [0:22:30.0] Ähm is jetzt natürlich schon 'n bisschen her (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter). Ähm ich kann mich erinnern, das wir auf jeden Fall interessierte hatten in der Klasse. Wir wollten was über Heilpflanzen wissen, aber wir hatten bisschen Pech mit unserer Lehrerin da. (interrupted by interviewer sign of attention) Weil wir hatten da zwei Lehrerwechsel in

diesen 3 Jahren, weil die eine is äh psychisch nich auf der Höhe gewesen. Hallo

94 **Interviewer:** [0:22:49.1] Hallo.

95 **Participant:** [0:22:49.9] Und die andere hatte einfach kein Bock drauf, deswegen hatten wir da nich so viel, aber wir hätten eigentlich die Möglichkeit gehabt (interrupted by interviewer sign of attention), bloß bei uns war es jetzt explizit, weil die Schule 'n bisschen (interrupted by interviewer sign of attention) verkackt hat sag ich mal.

96 **Interviewer:** [0:23:00.4] Okay versteh ich. Ich muss ma in mein Büchlein reinschauen (interrupted by participant). Ich krieg's irgendwie nich hin, mir alles zu merken was ich mir an Fragen rausgeschrieben hab.

97 **Participant:** [0:23:13.6] Ja is ja okay.

98 **Interviewer:** [0:23:15.2] Ja deine Mutter hat ja professionellen Kontakt dazu. Würdest du sagen, du hast professionellen Kontakt zu Heilpflanzen? Im Sinne, dass du es beruflich ausübst irgendwie?

99 **Participant:** [0:23:25.9] Ähm ich würd sagen, dass is jetzt nich beruflich, aber ich hab auf jeden Fall 'n Einfluss auf Freunde et cetera (interrupted by interviewer sign of attention), weil ich generell 'n bisschen schulmedizinisch vorsichtig bin, also so bin ich aufgewachsen auch und find ich selber auch am besten so, also ich bin jetzt keiner der sobald er Kopfschmerzen bekommt direkt 'ne Ibu reinpfeift oder so. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich guck dann halt erstmal, okay, was kann ich mit natürlichen Mitteln machen (interrupted by interviewer sign of attention) oder ich halt's einfach aus und gib mein Körper 'n bisschen Zeit, damit der sich ma von selbst re regenerieren kann. Ähm zum Beispiel meine Freundin, die is komplett anders aufgewachsen. Die hat äh, die hat das so gelernt so. Ich hab Schmerzen, ich nehm das dafür und dann is das vorbei in dem Sinne. Äh für die war das jetzt total lustig jetzt in diesem Sommer ma zu sehen, als wir beide richtig krank wurden einfach ma uns aus Sachen aus'm Garten zu heilen und die is so'n bisschen, hat sie sich, ich will nich bekehren lassen sagen, aber die hat da selber gefallen dran gefunden so'n bisschen zu gucken, was kann ich mit natürlichen Dingen, die ich mir selber machen könnte auch machen. Weil wir auch gemerkt haben über die Ferien, es wird so viel globalisiert et cetera. Es sind so viele Krisen grade da. Wir glauben beide, dass es gut is, dass ma 'n bisschen sich um sich selbst kümmer kann und nich so viel abhängig von andern is. (interrupted by interviewer sign of attention) Also ich würd sagen nich beruflich, aber ich hab schon auch auf Freunde so'n Einfluss, dass die sich darüber ma 'n bisschen Gedanken machen.

100 **Interviewer:** [0:24:39.0] Also versuchst du's auch so'n bisschen weiterzugeben?

101 **Participant:** [0:24:41.3] Ja auf jeden Fall.

102 **Interviewer:** [0:24:42.3] Okay. Interessant. Auf jeden Fall sehr interessant. Du hast jetzt grad wieder Bezug drauf genommen, dass ihr krank wart. Das war ja atemwegsbedingt, oder?

103 **Participant:** [0:24:53.2] Ja, also wir hatten so ähm grippemäßig war das einfach, also (interrupted by interviewer sign of attention) wir hatten jetzt kein Corona, aber ähm wir ham einfach Schnupfen extrem doll gehabt (interrupted by interviewer sign of attention) äh und Husten extrem doll (interrupted by interviewer sign of attention) also es war wirklich schlimm, wir waren beide voneinander auch schon genervt, weil die ganze Zeit gehustet haben (interrupted by interviewer sign of attention) und ich hab denn einfach, ich äh da zu dem Thema hab ich gar nich meine Mutter gefragt jetzt zum Beispiel, ich wusste das einfach noch von früher einmal und dann hab ich, bin ich ja immer 'n Tag in Garten gefahren, hab hier äh 4 von den jeweils drei Kräutern mitgenommen. Ham wa, hab ich beiden Aufguss gemacht, (interrupted by interviewer sign of attention) ham wir dann ne halbe Stunde inhaliert zweimal am Tag und das hat auch schon echt geholfen, also das war denn natürlich jetzt hat nich so geholfen wie man sich jetzt vielleicht irgend 'nen Medikament oder so vorstellen könnte, also is nich so auf die Schnelle, aber 's war auf jeden Fall, hat sich für uns beide viel gesünder angefühlt dem Körper auch einfach ma seine Zeit zu geben, die er halt brauch um von 'ner Krankheit

sich auch w zu wieder zu erholen. Also wir ham teilweise immernoch 'n bisschen Nachwirkungen, das wir immer ma Husten müssen und auch merken, es is noch nich ganz gut, aber wir sagen halt auch, ja meine Güte, der Körper brauch halt Zeit von so'ner großen Krankheit muss ma jetzt nich so versuchen zu beschleunigen.

104 **Interviewer:** [0:26:06.4] Ja. Zumal vieles auch Symptombekämpfung is einfach, also (interrupted by participant)

105 **Participant:** [0:26:12.3] Ja es wird halt in der Schulmedizin einfach vieles unterdrückt immer (interrupted by interviewer sign of attention). So du unterdrückst das, das bringt dann anderes hoch, dann muss was anderes nehmen um das was das andere hochbringt zu unterdrücken, so von wegen so meine Oma nimmt die blaue Pille, davon kriegt sie aber das, deswegen muss sie die rote nehmen und s dieser endlose Kreis (interrupted by interviewer sign of attention). So das, da ham wir beide kein (laughter) kein Bock drauf (interrupted by interviewer sign of attention) auch später wenn wir älter sind nich (interrupted by interviewer sign of attention), wollen wir uns beide jetzt schon das aneignen, damit wir dann auch auskommen einfach.

106 **Interviewer:** [0:26:36.4] Hast du was spezielles was du bei Verdauungsproblemen nutzt oder machst?

107 **Participant:** [0:26:41.7] Bei Verdauungsproblemen.

108 **Interviewer:** [0:26:44.7] Magenunwohlsein oder (interrupted by participant) sowas.

109 **Participant:** [0:26:47.8] Aus'm Garten wüsst ich's jertz tatsächlich nichts. Das is tatsächlich lustigerweise einfach so die gute alte Hausmedizin, da wird dann 'n kleiner Birnenschnaps oder so einma (laughter) ein kleiner halt sich ge sich gegönnt sag ich ma und einfach Zeit gegeben so, hab ich jetzt aus'm Garten (laughter) äh nichts gehabt, aber gibt's ja hundert pro auch. Weiß ich jetzt aber nich, ob wir's hier haben, also das, hab ich keine Ahnung.

110 **Interviewer:** [0:27:15.9] Okay. Oha hm hm hm hm hm. Ah was fehlt noch? Glaub ich hab soweit alles gefragt, was ich fragen wollte. (interrupted by participant) Ich würd noch ein zwei Sachen einfach abfragen, damit ich das statistisch besser verwerten kann (interrupted by participant). Ähm in welchem Jahr bist du geboren, wenn du mir das verraten magst?

111 **Participant:** [0:27:41.3] 2004.

112 **Interviewer:** [0:27:41.9] 2004 okay. Dein bisher höchster Bildungsabschluss?

113 **Participant:** [0:27:47.6] Äh dadurch, ich dass ich Waldorfschule bin, hab ich offiziell noch gar kein Abschluss (interrupted by interviewer sign of attention), öh mach dieses Jahr in der 12ten mein Realschulabschluss und dann nächstes Jahr, in einem Jahr Abi.

114 **Interviewer:** [0:27:56.6] Ach ja, das (interrupted by participant) geht?

115 **Participant:** [0:27:57.5] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Also wir ham in der 12ten dann Realschulabschluss und dann in der 13ten das Abitur.

116 **Interviewer:** [0:28:01.8] Okay, aber das strebst du an?

117 **Participant:** [0:28:03.3] Ja.

118 **Interviewer:** [0:28:03.9] Okay. Ähm würdest du dich als neugierig bezeichnen?

119 **Participant:** [0:28:07.9] Ja.

120 **Interviewer:** [0:28:08.9] Ja? Gerne draußen?

- 121 **Participant:** [0:28:11.0] Ja.
- 122 **Interviewer:** [0:28:11.7] Ah ha. Trinkst du viel Tee?
- 123 **Participant:** [0:28:15.1] Es geht. (interrupted by interviewer sign of attention) Also es is jetzt nich explizit.
- 124 **Interviewer:** [0:28:18.8] Okay. Und dann das Letzte wäre, hast du irgendwelche speziellen Ernährungsgewohnheiten, gewollt oder ungewollt, also Allergien, Unverträglichkeiten, oder Sachen, die du dir selbst auferlegt hast?
- 125 **Participant:** [0:28:28.4] Mh ja, also 's ich hab kei Allergien hab ich nich (interrupted by interviewer sign of attention), aber zum Beispiel ich hasse es, Billigfleisch zu kaufen, also 's mach ich nie (interrupted by interviewer sign of attention). Ich ps kann ich mit mir selbst nich vereinbaren. Ich bin kein Vegetarier, aber wenn ich Fleisch esse, dann möcht ich ein gutes Fleisch essen, deswegen und ich wohn schon alleine und hab halt 10 Euro am Tag zum leben (interrupted by interviewer sign of attention), demnach kann ich halt relativ selten Fleisch essen so in dem Sinne, aber wenn ich das ma mach, dann kauf ich mir dann einma für gutes Geld ma gutes Fleisch, koch damit 'n Eintopf oder so und frier' den Rest halt ein (interrupted by interviewer sign of attention). So d also das wär jetzt so jetzt sowas, was ich sagen würde. (interrupted by interviewer sign of attention) Und generell, dass ich drauf achte, das meine Sachen, die ich esse 'n bisschen, kein Ramsch sind, also keine Billigprodukte eigentlich versuch ich zu vermeiden, so gut wie's geht mit meinem Budget was ich hab.
- 126 **Interviewer:** [0:29:15.9] Okay. Das wären soweit die Fragen gewesen, die ich mir aufgeschrieben hab, ähm ich würd das Gerät noch laufen lassen (interrupted by participant) und wegen Datenschutzhinweis hab ich halt.
- 127 **Participant:** [0:29:29.6] Ja.
- 128 **Interviewer:** [0:29:30.1] Da bräucht ich, oder was heißt bräucht ich. Du kannst die äh gerne da verweigern deine Unterschrift drunter zu setzen, aber das wär cool, weil ich's dann verwenden könnte (laughter)
- 129 **Participant:** [0:29:36.6] (laughter) Ja alles gut, ich hab äh kein Problem.
- 130 [0:29:39.0] **(unrelated to topic)**
- 131 **Interviewer:** [0:34:28.2] Was hat dich letztendlich dazu bewogen hier mehr im Garten zu machen?
- 132 **Participant:** [0:34:33.0] Äh
- 133 **Interviewer:** [0:34:34.2] Was is deine Motivation dafür? Wenn ich das noch fragen darf.
- 134 **Participant:** [0:34:37.8] Ja ja äh tatsächlich einfach, ich hab irgendwie das Bild schon ganz lange gehabt, dass ich gern mal, einfach das ich die Skills hab in der Theorie autark leben zu können (interrupted by interviewer sign of attention), also das ich, falls irgendwas passiert mir 's möglich wär 'n Garten anzulegen, zu wissen wie ich den bewirtschafte, was ich machen kann und wie und wann halt in der Jahreszeit, ähm, weil ich das d die den Gedanken einfach unfassbar äh charming find, dass ich halt nich unbedingt in 'n Supermarkt gehen muss um mir Kartoffeln zu kaufen, oder das ich nich in die Apotheke gehen muss um mich zu heilen in dem Sinne, so vielleicht. Also im Notfall natürlich is das immer da, aber das ich so die kleinen Dinge so, dass was erstma wichtig is aus'm Garten beziehen kann, deswegen, dass is so die größte Motivation eigentlich, die ich hab. Und es interessiert mich, also 's macht mir unglaublich viel Spaß mit Pflanzen was zu machen, also es is so, is einfach (interrupted by interviewer sign of attention) erholend auch. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

135 **Interviewer:** [0:35:39.1] Is dir noch was eingefallen im Garten? Also muss gar nich, aber is dir noch was eingefallen einfach?

136 **Participant:** [0:35:43.7] Nö, tatsächlich nich.

137 **Interviewer:** [0:35:46.2] Okay. Dann würd ich die Aufnahme beenden (interrupted by participant) und mich auf die Suche nach meiner Flasche machen. (interrupted by participant). Das hier is deine Version, da hab ich meinen Namen drunter geschrieben, ich glaub du weißt, wie du heißt, du kannst da gerne auch noch ausfüllen, aber äh (interrupted by participant) damit du einfach Bescheid weißt, wo du hin musst.

138 **Participant:** [0:36:01.3] Alles klar.

139 **Interviewer:** [0:36:02.2] Gut, dann mach ich hier auf Stopp. Dankeschön.

#### 7.3.3.4 Interview RY 4

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Ja dann start ich. Ja hallo, wie du weißt, schreib ich meine Masterarbeit zu Heilpflanzenwissen und Wissensweitergabe (interrupted by participant) in der Bevölkerung. Und wie wär's, wenn wir damit anfangen, wenn du mir erzählst was du hier so im Garten hast, wie du das benutzt und welchen Teil der Pflanze du benutzt.
- 2 **Participant:** [0:00:14.8] Nur an Heilkräutern jetzt?
- 3 **Interviewer:** [0:00:16.0] Erstmal ja. Wir kommen gleich noch zu anderem dazu.
- 4 **Participant:** [0:00:18.4] Also ich nutze **Minze**, davon die Blätter um mir 'n Tee zu kochen (interrupted by interviewer sign of attention) und ich wüsste auch, wie man zum Beispiel **Johanniskraut** nutzt um sich daraus auch 'n Tee, oder 'n Sud zuzubereiten um die Wirkung davon zu nutzen.
- 5 **Interviewer:** [0:00:34.5] Was, welchen Teil der Pflanzen?
- 6 **Participant:** [0:00:36.0] Äh (interrupted by interviewer sign of attention) aus den getrockneten Blüten.
- 7 **Interviewer:** [0:00:38.4] Okay. Gegen oder für was würdest du die beiden Sachen jetzt einsetzen?
- 8 **Participant:** [0:00:41.8] Hm Minze würd ich bei Halsbeschwerden einsetzen. Halsschmerzen sowas in die Richtung und Johanniskraut is ja so'n bisschen angstlösend. Nich antidepressiv, aber geht ja in die Richtung und ja, da, wenn's einem in die Richtung schlecht geht.
- 9 **Interviewer:** [0:00:55.3] Okay. (interrupted by participant) Ah cool. Würdest du noch andere Sachen benutzen, wenn du äh Atemwegserkrankungen hast? Zum Beispiel.
- 10 **Participant:** [0:01:03.7] Wenn ich mehr Ahnung davon hätte (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Auf jeden Fall. Aber ich hab mich selber leider zu dem Thema nich so weit, tiefgreifend beschäftigt. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber tendenziell auf jeden Fall nich abgeneigt.
- 11 **Interviewer:** [0:01:16.4] Gibt's was spezielles was du machst, wenn du Probleme mit der Verdauung hast?
- 12 **Participant:** [0:01:21.4] Ne **Banane** essen.
- 13 **Interviewer:** [0:01:22.4] Banane essen?
- 14 **Participant:** [0:01:23.3] Ja (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) und Joghurt, aber sonst eigentlich wüsst ich nichts. Is kein Witz.
- 15 [0:01:29.9] **Other Person:** Ne Banane kann ich ja, aber Joghurt?
- 16 **Participant:** [0:01:31.6] Mhm
- 17 **Interviewer:** [0:01:32.1] Joghurt ja?
- 18 **Participant:** [0:01:32.5] Mhm.
- 19 [0:01:32.8] **Other Person:** Ja.
- 20 **Interviewer:** [0:01:33.1] Ja is doch okay.
- 21 **Participant:** [0:01:33.5] Wegen dem (interrupted by other person) wegen den Milchsäurebak Säurebakterien da.

- 22 **Interviewer:** [0:01:38.7] Woher weißt du, ja also hast mir jetzt ja 'n paar Sachen genannt. (interrupted by participant) Woher weißt du das?
- 23 **Participant:** [0:01:43.7] Oh das ne gute Frage.
- 24 **Interviewer:** [0:01:45.1] Ja, deswegen hab ich sie ausgesucht.
- 25 **Participant:** [0:01:48.8] (laughter) Ich würd sagen, das wurd' mir von irgendwelchen Leuten erzählt, von Kumpels, die sich damit weiter beschäftigen. Ich hab 'n Kumpel, der beschäftigt sich sehr viel mit so Kräutern und was man daraus alles machen kann und der erzählt mir da öfter ma 'n bisschen was drüber.
- 26 **Interviewer:** [0:02:03.8] Ah okay (interrupted by participant). Wie bist du zu dem Garten hier gekommen?
- 27 **Participant:** [0:02:09.1] Äh da gab's 'n Aushang in der Uni (interrupted by interviewer sign of attention), ja genau. Und äh der Garten soll ja abgerissen werden und hier soll was neues gebaut werden und deswegen wurden alle nich genutzten Gärten kostenlos vergeben, damit der Verein sag ich ma 'n weiteren Grund hat, dass das hier nich abgerissen wird, das hier halt das genutzt wird und so bin ich hier rangekommen.
- 28 **Interviewer:** [0:02:28.7] Wann war das, vor wie viel Jahren?
- 29 **Participant:** [0:02:30.6] 2019.
- 30 **Interviewer:** [0:02:34.0] 2019, also vor z (interrupted by participant)
- 31 **Participant:** [0:02:35.2] Frühjahr 2019, also (interrupted by interviewer sign of attention) vor 2 Jahren.
- 32 **Interviewer:** [0:02:36.7] Zwei, zweieinhalb Jahren. Hattest du davor auch'n Garten?
- 33 **Participant:** [0:02:39.7] Bei meinen Eltern zuhause ja, aber sonst, privat, also ich selber nicht. (inaudible)
- 34 **Interviewer:** [0:02:44.9] Sah der Garten anders aus, als der jetzt hier?
- 35 **Participant:** [0:02:48.7] 'N bisschen ausgeräumter (interrupted by other person) würd ich sagen. (laughter) Bisschen ordentlicher. Aber sonst eigentlich so vom, von den Pflanzen her das selbe würd ich sagen.
- 36 **Interviewer:** [0:02:58.6] Okay. Was hab, was hast du hier sonst noch so drin?
- 37 **Participant:** [0:03:02.1] Ich habe Salat, Kürbisse, Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren, Blumenkohl, Brokkoli, Mais, Möhren, Radieschen, Erbsen, Kohlrabi, Sellerie (interrupted by other person)
- 38 [0:03:17.7] **Other Person:** Rote Beete
- 39 **Participant:** [0:03:18.1] Tomaten, Gurken, Rote Beete, Chili, äh Zucchini, Kartoffeln, ja ich glaub das sind so die Hauptsachen. Apfelbäume, Pfirsichbäume, ja.
- 40 **Interviewer:** [0:03:36.2] Okay cool. (interrupted by other person) Wieso, wieso wolltest du einen Garten haben?
- 41 **Participant:** [0:03:42.7] Is erstma 'n richtig schöner Rückzugsort in der Stadt, einfach um ma abzuschalten und is ja auch noch was anderes jetzt im Par äh im Garten zu sitzen, als im Park zu sitzen sag ich ma (interrupted by interviewer sign of attention) und ja und auch einfach um 'n bisschen

selber essen anzubauen, dass man da 'n bisschen unabhängig.

42 **Interviewer:** [0:04:00.0] Okay. Wie weit kommst du damit von dem was du anbaust?

43 **Participant:** [0:04:02.4] Also jetzt grade geht's wieder, aber ah als der Salat die ganze Zeit fertig war, da musst ich kaum einkaufen muss ich sagen, also nur um Salatsauce und 'n bisschen Brot vielleicht.

44 **Interviewer:** [0:04:14.2] Ja cool. (interrupted by participant). Wie stehst du zum Thema Selbstversorgung generell?

45 **Participant:** [0:04:17.9] Sehr gute Idee. Is eigentlich 'n Traum von mir später tatsächlich äh 'n Grundstück zu besitzen und mich da selber selbst zu versorgen. Ja.

46 **Interviewer:** [0:04:24.6] Ahja okay. (interrupted by participant) Hier übst du dann so'n bisschen?

47 **Participant:** [0:04:27.0] Bisschen, die Anfänge, ma (interrupted by interviewer sign of attention) gucken wie's geht. (laughter)

48 **Interviewer:** [0:04:30.9] Okay. Du meinstest ja du kommst aus Prerow (interrupted by participant)

49 **Participant:** [0:04:34.7] Ja genau

50 **Interviewer:** [0:04:35.2] Ursprünglich, dass is hier bei bei Rostock, nich so weit weg, halbe Stunde.

51 **Participant:** [0:04:39.1] Joa Stunde, halbe Stunde (interrupted by other person), joa.

52 **Interviewer:** [0:04:41.1] Ja. Ähm und kommen deine Eltern auch aus der Region?

53 **Participant:** [0:04:45.5] Ne meine Eltern kommen aus Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen.

54 **Interviewer:** [0:04:50.3] Ja okay. Und deine Großeltern?

55 **Participant:** [0:04:53.1] Die kommen wiederum von hier. (interrupted by interviewer sign of attention) Also die sind nach'm Krieg geflohen, so wie ich das mitgekriegt hab und ja.

56 **Interviewer:** [0:05:01.4] Hattest du zu deinen Großeltern Kontakt?

57 **Participant:** [0:05:03.2] Ja, immer noch (interrupted by interviewer sign of attention) ja. (inaudible)

58 **Interviewer:** [0:05:11.0] Also du bist mit mit Garten bei deinen bei deinen Eltern (interrupted by participant) aufgewachsen und du meinstest (interrupted by participant)

59 **Participant:** [0:05:16.5] Immer präsent, immer mitgemacht da.

60 **Interviewer:** [0:05:18.7] Freiwillig, oder?

61 **Participant:** [0:05:21.2] Teilweise ja (laughter) (interrupted by other person).

62 **Interviewer:** [0:05:25.6] Okay. Hattest du dann durchgehen immer 'n Garten?

63 **Participant:** [0:05:30.8] Ja eigentlich schon (interrupted by interviewer sign of attention) tatsächlich. Ich war jetz ein Jahr in Neuseeland zwischendurch. Da dann nich, aber (interrupted by interviewer sign of attention), da war ich am reisen, aber sonst ja. Immer eigentlich 'n Garten in der Nähe.

64 **Interviewer:** [0:05:40.7] Wenn du dich zu Heilpflanzen oder Pflanzenbezogenen Themen informierst, wie machst du das?

- 65 **Participant:** [0:05:48.0] Ich würd persönlich googeln glaub ich (interrupted by interviewer sign of attention), oder äh im Pflanzenbuch nachgucken.
- 66 **Interviewer:** [0:05:53.0] Hast du so'n Buch?
- 67 **Participant:** [0:05:54.4] Ja.
- 68 **Interviewer:** [0:05:55.1] Ja? (interrupted by participant) Schaust du d auch regelmäßig ma rein?
- 69 **Participant:** [0:05:57.1] Ich hab's auch öfter ma dabei, wenn ich draußen unterwegs bin, oder so. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (inaudible)
- 70 **Interviewer:** [0:06:03.4] Würdest du sagen, du hast professionellen Kontakt zu Heilpflanzen?
- 71 **Participant:** [0:06:06.9] Nein
- 72 **Interviewer:** [0:06:07.3] Gehabt mal? Nein?
- 73 **Participant:** [0:06:09.6] Also ich, professionell nich.
- 74 **Interviewer:** [0:06:11.0] Okay. Du meintest ja, du hast Biologie studiert.
- 75 **Participant:** [0:06:14.4] Ja.
- 76 **Interviewer:** [0:06:14.6] Den Bachelor.
- 77 **Participant:** [0:06:15.6] Ja.
- 78 **Interviewer:** [0:06:15.9] Würdest du den Bachelor als deinen höchsten Bildungsabschluss bezeichnen?
- 79 **Participant:** [0:06:19.3] Oha
- 80 [0:06:23.2] **Other Person:** Was denn sonst?
- 81 [0:06:24.2] **Other Person:** Eben was sonst? Safe. Abi oder was? Das is nich, das (interrupted by participant) is tiefer.
- 82 **Participant:** [0:06:27.8] Ja aber überleg ich grade. Ja doch, eigentlich schon, ja. (interrupted by other person)
- 83 **Interviewer:** [0:06:31.4] Ja hätte sein können, das du schon was (interrupted by participant)
- 84 **Participant:** [0:06:32.4] Vom Anspruch her fand ich das Abi, weiß ich nich (interrupted by other person) (laughter)
- 85 **Interviewer:** [0:06:39.1] Also also also vom Abschluss her, also du (interrupted by participant) würdest sagen, dass Abi war das schwierigere als das Studium, aber
- 86 **Participant:** [0:06:43.6] Ja schon 'n bisschen.
- 87 **Interviewer:** [0:06:44.4] So rei rein technisch, rein technisch gesehen sollte der Bachelor eigentlich mehr wert (interrupted by participant) sein.
- 88 **Participant:** [0:06:47.4] Ja is er, ja.

- 89 **Interviewer:** [0:06:47.9] Okay gut. (laughter)
- 90 **Participant:** [0:06:48.6] (laughter)
- 91 **Interviewer:** [0:06:51.1] Kannst du dich daran erinnern, ob du in der Schule mal was zum Thema Heilpflanzen oder Nutzpflanzen in der Schule gelernt hast?
- 92 **Participant:** [0:06:57.0] Wir hatten 'n Schulgarten früher in der Grundschule (interrupted by interviewer sign of attention). Also da hatten wir zu Nutzpflanzen auf jeden Fall, aber zu Heilpflanzen glaube ich so nich, ne.
- 93 **Interviewer:** [0:07:04.5] Okay, interessant. Interessant. Gut, ich schau mal in mein Büchlein rein. Interessierst du dich, oder informierst du dich aktiv zum Thema gesundes Leben oder gesünder leben?
- 94 **Participant:** [0:07:18.0] Hm was was zählt dazu? Zählt dazu, dass ich mir gesunde Rezepte ma raussuche?
- 95 **Interviewer:** [0:07:28.3] Ja.
- 96 **Participant:** [0:07:28.7] Sowas würd ich schon ma machen, aber sonst eigentlich gar nich muss ich ehrlich sagen (laughter).
- 97 **Interviewer:** [0:07:32.5] Okay. Ne is überhaupt nich. (interrupted by participant) Alles okay. Ich bin nich hier um zu urteilen. (interrupted by participant) (interrupted by other person) Darf ich fragen, wann du geboren bist in welchem Jahr?
- 98 **Participant:** [0:07:47.8] 1999
- 99 **Interviewer:** [0:07:49.0] 99. Okay
- 100 [0:07:50.2] **Other Person:** Oh Gott, ihr beide? (interrupted by other person) Du bist ja noch jünger. (laughter)
- 101 **Interviewer:** [0:07:58.6] Würdest du dich als Neugierig bezeichnen?
- 102 **Participant:** [0:08:00.2] Ja.
- 103 **Interviewer:** [0:08:00.8] Gerne draußen?
- 104 **Participant:** [0:08:01.6] Ja.
- 105 **Interviewer:** [0:08:02.3] Trinkst du viel Tee?
- 106 **Participant:** [0:08:04.8] Ne, mehr Wasser.
- 107 **Interviewer:** [0:08:05.5] Mehr Wasser, okay. Und (interrupted by other person) hast du spezielle Ernährungsgewohnheiten, gewollt oder ungewollt, also Allergien, Unverträglichkeiten, oder Sachen, die du einfach freiwillig machst, weil du drauf achtest?
- 108 **Participant:** [0:08:16.2] Äh ich versuche mein Konsum in Richtung Industriefleisch eher zu minimieren (interrupted by interviewer sign of attention), öhm joa, aber das is auch eigentlich mit das einzige. (interrupted by interviewer sign of attention) Und das ich halt versuche so selbst hier angebaute Sachen zu essen.

- 109 **Interviewer:** [0:08:30.8] Aber du verträgst schon alles?
- 110 **Participant:** [0:08:32.0] Ja
- 111 **Interviewer:** [0:08:32.2] Ja, is ja schön für dich. (interrupted by other person) nein, is doch wirklich so, also.
- 112 [0:08:37.0] **Other Person:** Ja absolut, nein, heute ne Seltenheit, (interrupted by other person) muss man sagen.
- 113 [0:08:38.7] **Other Person:** Es gibt echt viele Leute, die irgendwas haben. (interrupted by other person)
- 114 **Interviewer:** [0:08:39.7] Ja, manchma kriegst du ne ganze Liste aufgezählt (interrupted by participant) , so das das das kann ich nich so (interrupted by other person), was bleibt dann übrig, also. Is dann immer die Frage ja. Ja, okay, is dir noch was eingefallen, was du hier so im Garten an Kraut hättest, was du nutzen würdest?
- 115 **Participant:** [0:08:55.3] Zähl **Brennnessel** auch als Heilpflanze?
- 116 **Interviewer:** [0:09:00.7] Wenn du's benutzt, oder wenn du wüsstest wie man's (interrupted by participant) benutzt.
- 117 **Participant:** [0:09:03.2] Man könnte 'n Tee draus kochen.
- 118 **Interviewer:** [0:09:04.3] Für oder gegen was? Weißt du das?
- 119 **Participant:** [0:09:06.8] Brennnessel is doch auch bei Bauchbeschwerden tatsächlich gut glaube ich, oder nich? (interrupted by interviewer sign of attention) Dann könnte man sich ja auch 'n Brennnesseltee kochen. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber nich so (interrupted by interviewer sign of attention)
- 120 **Interviewer:** [0:09:15.2] Ja aus (interrupted by other person)
- 121 [0:09:15.7] **Other Person:** Achso doch beim Kanu fahren hab ich mir öfter ma Brennnesseltee gekocht.
- 122 [0:09:17.7] **Other Person:** Stimmt ja (interrupted by participant), ja das is wirklich passiert.
- 123 **Participant:** [0:09:20.0] (laughter) Weil wir keinen Tee mit hatten.
- 124 **Interviewer:** [0:09:21.5] Ja, schmeckt doch gut oder?
- 125 **Participant:** [0:09:22.6] Ja voll, also ich fand's okay.
- 126 **Interviewer:** [0:09:23.8] Aus welchem Teil der Pflanze würdest du das (interrupted by participant) machen?
- 127 **Participant:** [0:09:25.2] Aus den jungen Blättern.
- 128 **Interviewer:** [0:09:27.1] Okay. Ja gut, ja, (interrupted by participant) würd das noch kurz weiterlaufen lassen, wenn dir noch was einfällt, gerne. Jetzt noch ein Privacy Notice, ein Datenschutzhinweis (interrupted by participant). Damit das auch alles seine Richtigkeit hat und keiner sagt, das ich irgendwem irgendwelche Daten geklaut hätte.
- 129 [0:09:44.4] **(unrelated to topic)**
- 130 [0:10:56.5] **Other Person:** Ich hab als Kind immer **Zwiebel**safft von meinem Großvater bekommen

gegen Fieber. Is das was, was dich interessiert?

131 **Interviewer:** [0:11:01.5] Ja.

132 [0:11:01.7] **Other Person:** Was in die Kategorie fällt?

133 **Interviewer:** [0:11:02.6] Ja.

134 [0:11:04.1] **Other Person:** Öhm ich weiß nich genau wie's gemacht wird, aber ich weiß, dass da so'n Handtuch immer drum gelegt wurde um die Zwiebel und die Zwiebel damit ausgepresst wurde und dann hat man davon ein Löffel genommen, ohne Zucker. (laughter) (interrupted by other person) (interrupted by participant) Ähm hat dann furchtbar geschmeckt, hat aber immer sehr sehr sehr stark gegen Fieber und Kindeskrankheiten geholfen. (interrupted by interviewer sign of attention) Also ich weiß nich, ob es heute noch helfen würde, (inaudible)

135 [0:11:25.7] **Other Person:** Zwiebelsaft is gut für's Immunsystem. Zwiebeln.

136 [0:11:27.7] **Other Person:** Ich nur nie wieder ne Zwiebel ausgepresst (interrupted by participant), aber das kenn ich zumindest von meine Großeltern.

137 **Interviewer:** [0:11:34.0] Ja. Ne äh tatsächlich ja das äh hab ich jetzt auch schon paar mal gehört (interrupted by other person), aber manche machen das mit Zucker, manche machen das ohne Zucker.

138 [0:11:40.4] **Other Person:** Mir wurde gesagt zum Zucker (interrupted by other person), der nimmt die heilende Wirkung raus und das de Zucker nur für den Geschmack da is.

139 **Interviewer:** [0:11:45.0] Das kann gut sein, ja. Hast du die Kreuzchen da, das ich, du kannst die alle verneinen wenn du magst, oder alle bejahen, oder du liest sie dir durch und schaust was drin steht.

140 [0:11:55.5] **(unrelated to topic)**

### 7.3.3.5 Interview RY 5

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Ja dann guten Tag.
- 2 **Participant:** [0:00:02.4] Hallöchen.
- 3 **Interviewer:** [0:00:03.0] Ich hab ja schon eben mal anklingen lassen, dass ich meine Masterarbeit zu Heilpflanzennutzung und Wissensweitergabe (interrupted by participant) schreibe und wie wär's, wenn wir einfach anfangen und Sie mir so'n bisschen erzählen was sie so im Garten haben und wie Sie das benutzen grade auf Heilpflanzen bezogen.
- 4 **Participant:** [0:00:17.8] Grade auf Heilpflanzen, also **Salbei** als Tee (interrupted by interviewer sign of attention) sehr gerne.
- 5 **Interviewer:** [0:00:21.9] Welchen Teil der Pflanze?
- 6 **Participant:** [0:00:23.3] Die Blätter.
- 7 **Interviewer:** [0:00:24.0] Und gegen welche Beschwerden oder für welche(interrupted by participant)?
- 8 **Participant:** [0:00:26.1] Hals, Husten (interrupted by interviewer sign of attention), für den Bronchialbereich, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ähm was hab ich hier noch schönes, Möhrchen, Böhnchen halt für Supper gerne frisch (interrupted by interviewer sign of attention). Dann haben wir hier Koriander, der is aber in der Entstehungsphase und ansonsten Obst. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.
- 9 [0:00:49.6] **Interviewer:** Ich seh Bäume, genau.
- 10 **Participant:** [0:00:50.8] Genau. Pfläumchen, Birne.
- 11 **Interviewer:** [0:00:52.6] Sonnenblumen seh ich noch.
- 12 **Participant:** [0:00:53.8] Ja. Aber die sind ja mehr für die Vögelchens, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)
- 13 **Interviewer:** [0:00:58.0] Ja, die brauchen auch was, ne.
- 14 **Participant:** [0:00:59.3] Ja genau. Ja und ansonsten **Minze**, Minzetea frisch.
- 15 **Interviewer:** [0:01:05.0] Aus welchem Teil der Pflanze.
- 16 **Participant:** [0:01:06.6] Blätter, Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber nich so gerne.
- 17 **Interviewer:** [0:01:10.0] Gegen oder für was?
- 18 **Participant:** [0:01:11.5] Auch für Erkältungen (interrupted by interviewer sign of attention), leichte Erkältung (interrupted by interviewer sign of attention) joa. Und ansonsten. Ne.
- 19 **Interviewer:** [0:01:23.3] Gibt's was an Wildkräutern, was Sie so sammeln würden oder kennen würden, wie man's verwendet?
- 20 **Participant:** [0:01:27.5] Äh ich hab gehört der äh die Vogelmiere soll wohl auch ganz gut sein. Hab ich selber noch nich ausprobiert (interrupted by interviewer sign of attention) und ansonsten Wildkräuter selber nich, nein.
- 21 **Interviewer:** [0:01:37.1] Bei was würden sie die Vogelmiere verwenden?
- 22 **Participant:** [0:01:38.6] Wie gesagt, da hab ich auch nur, (interrupted by interviewer sign of attention)

- 23 **Interviewer:** [0:01:40.5] Ah einfach nur generell, dass (interrupted by participant)
- 24 **Participant:** [0:01:41.9] Generell gehört (interrupted by interviewer sign of attention), also noch nicht direkt mit befasst (interrupted by interviewer sign of attention) Ich weiß **Lavendel** ist auch ganz gut zum entspannen, hab ich ja auch ganz viel, aber ich nehm's nicht mit nachhause (interrupted by interviewer sign of attention), weil ich Pflanzen eh gerne ungerne, ungerne beschneide (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)
- 25 **Interviewer:** [0:01:57.1] Wie würden sie Lavendel dann verwenden?
- 26 **Participant:** [0:01:59.0] Ähm also einfach nur den Duft.
- 27 **Interviewer:** [0:02:02.9] Hm okay.
- 28 **Participant:** [0:02:04.0] Also nicht innerlich, nicht äußerlich, sondern einfach nur zum riechen.
- 29 **Interviewer:** [0:02:08.6] Gibt's äh was spezielles, was sie äh machen würden, wenn Sie ähm Magenunwohlsein hätten (interrupted by participant) oder Verdauungsprobleme?
- 30 **Participant:** [0:02:15.3] Da weiß ich äh ist **Kamille** ganz gut, hab ich aber selber nicht im Garten.
- 31 **Interviewer:** [0:02:18.6] Okay. Welchen Teil der Kamille würden Sie verwenden?
- 32 **Participant:** [0:02:21.7] Blüten.
- 33 **Interviewer:** [0:02:22.3] Und wie würden Sie's verwenden?
- 34 **Participant:** [0:02:23.8] Als Tee (interrupted by interviewer sign of attention) mhm.
- 35 **Interviewer:** [0:02:25.5] Okay. (interrupted by participant) Fällt Ihnen da sonst noch was ein? (interrupted by participant) Also muss auch überhaupt nicht, kein Stress.
- 36 **Participant:** [0:02:32.5] Ne, ich hatte's es mal versucht mit ähm **Kurkuma** (interrupted by interviewer sign of attention), nur der ist leider nicht gekommen. R Ja und ansonsten wie gesagt **Koriander**, aber wie gesagt, soweit hab ich mich noch nicht befasst.
- 37 **Interviewer:** [0:02:46.5] Sie sind also eine dieser Personen, der Koriander schmeckt, ja?
- 38 **Participant:** [0:02:49.8] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Auf jeden Fall.
- 39 **Interviewer:** [0:02:51.9] Och ich kann das nicht ab. (interrupted by participant) Nein. (interrupted by participant) Ich hab da glaub, ist das nicht sogar 'n d Gendefekt, wenn man das nicht äh, wenn das seifig schmeckt?
- 40 **Participant:** [0:02:58.2] Ich glaub ja.
- 41 **Interviewer:** [0:02:59.1] Kann sein, ja. (interrupted by participant) Ja, ja, ja ja.
- 42 **Participant:** [0:03:02.0] Aber ich find's halt sehr sehr lecker.
- 43 **Interviewer:** [0:03:04.3] Oh Sie haben Schildkröten.
- 44 **Participant:** [0:03:05.6] Ja.
- 45 **Interviewer:** [0:03:07.6] Oh nicht vom Thema abkommen, okay. (interrupted by participant) Später,

später. Ähm Entschuldigung.

46 **Participant:** [0:03:13.0] Alles gut.

47 **Interviewer:** [0:03:13.7] Ähm jetzt haben Sie mir ja schon so'n paar Sachen gesagt. Wissen Sie woher Sie das wissen, wie man Sachen verwendet?

48 **Participant:** [0:03:18.8] Äh aus'm Internet. (interrupted by interviewer sign of attention) Sprich oder aus Telegram, da hab ich auch so'n paar Gruppen, wo was drinne steht, wie man Heilkräuter auch anwenden kann, wenn ich mal Zeit hab, wenn ich nicht gerade auf Arbeit bin les ich auch ganz gerne mal, aber (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Soweit ich weiß sind ja auch Sonnenblumen ganz gut um die Böden halt sauber zu machen. Deswegen stehen hier auch ganz viele große (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)

49 **Interviewer:** [0:03:40.4] Ja, die sind schön ja.

50 **Participant:** [0:03:41.4] Ja. Ja und ansonsten Zeitmangel halt, ne. (interrupted by interviewer sign of attention). Sonst würd ich mich echt mehr damit beschäftigen.

51 **Interviewer:** [0:03:50.1] S informieren Sie sich auch auf, über andere Art und Weise? Zum Beispiel (interrupted by participant) Bücher?

52 **Participant:** [0:03:53.5] Bücher (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm.

53 **Interviewer:** [0:03:54.8] Schauen Sie da ab und zu mal rein?

54 **Participant:** [0:03:56.2] Ja.

55 **Interviewer:** [0:03:56.5] Ja? Haben Sie welche?

56 **Participant:** [0:03:58.1] Ein, Zwei ja (interrupted by interviewer sign of attention), aber den Namen (laughter)

57 **Interviewer:** [0:04:00.7] Nein, aber Sie ja, Sie Sie wüssten, wo was steht.

58 **Participant:** [0:04:02.7] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich glaub von Hildegard von Bingen hab ich noch was zuhause ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Ja.

59 **Interviewer:** [0:04:12.3] Haben Sie sich mal professionell mit Pflanzen auseinandergesetzt, oder auseinandersetzen müssen?

60 **Participant:** [0:04:17.7] Ne (interrupted by interviewer sign of attention) Mm. (interrupted by interviewer sign of attention) Zählt nicht in meine Arbeit mit rein, also.

61 **Interviewer:** [0:04:24.9] Sie haben ja jetzt hier einige Sachen, die Sie auch verzehren. Wie stehen Sie zum Thema Selbstversorgung?

62 **Participant:** [0:04:32.5] Oh wenn ich wirklich, wie gesagt Zeit hätte, würde ich's auch machen (interrupted by interviewer sign of attention), aber da ja diese Früchte und äh Feldfrüchte sag ich mal verboten sind, die man halt selber nachziehen kann. Das ist halt sehr problematisch, weil's da ja auch noch Auflagen gibt und denn.

63 **Interviewer:** [0:04:49.0] Echt? Was ist, was fällt denn darunter? Was ist dann verboten?

64 **Participant:** [0:04:50.9] Erbsen, paar Kartoffelarten, die man halt selber wieder nachziehen kann, weiß ich (interrupted by interviewer sign of attention)

- 65 **Interviewer:** [0:04:55.2] Die sind verboten?
- 66 **Participant:** [0:04:55.5] Böhnchen, ja. Einige.
- 67 **Interviewer:** [0:04:57.7] Okay, ja, ja, ja (interrupted by participant) ich nehme das, ich nehme das hin.
- 68 **Participant:** [0:05:01.2] Hab ich gelesen, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber ansonsten. Selbstversorgung würde mir schon sehr gut gefallen, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Is aber leider nich so der große Platz. 'S sind immer nur'n Paar Sachen, die man hier ziehen kann. Jo.
- 69 **Interviewer:** [0:05:20.4] Informieren Sie sich aktiv zum Thema gesundes oder gesünder leben?
- 70 **Participant:** [0:05:23.8] Ja.
- 71 **Interviewer:** [0:05:24.4] Ja. Das is, okay. Würden die sich als neugierig beschreiben?
- 72 **Participant:** [0:05:28.7] Jo. (interrupted by interviewer sign of attention) jo. (interrupted by interviewer sign of attention) Nich Umsonst hab ich auch Koriander hier drinne stehen. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Ah ich kenn's immer nur aus dem, ne, aber frisch schmeckt's ja nu halt immer noch bisschen anders (interrupted by interviewer sign of attention). Genauso wie Kurkuma. Is ja frisch auch noch'n bisschen anders als (interrupted by interviewer sign of attention) getrocknet. Joa. Und Kartoffeln und Möhrchen schmecken eh besser aus'm Boden selber gezogen.
- 73 **Participant:** [0:05:50.0] Das stimmt. Ham sie denn damit Erfolg, mit den Möhrchen?
- 74 **Interviewer:** [0:05:52.9] Ja, noch sehn sie ganz gut aus (interrupted by interviewer sign of attention), also da ham wir noch'n paar stehn.
- 75 **Interviewer:** [0:05:56.4] Ich hab nämlich schon ganz viele Leute getroffen, die gemeint haben Möhrchen is.
- 76 **Participant:** [0:06:00.4] Echt nich?
- 77 **Interviewer:** [0:06:01.1] Ne. Werden weggefressen von oben und von unten.
- 78 **Participant:** [0:06:04.7] Also toi toi toi
- 79 **Interviewer:** [0:06:05.5] Ja, hier, wenn Ihnen das gelingt, äh freu mich das (interrupted by participant) natürlich.
- 80 **Participant:** [0:06:09.8] Ich hab noch nich weiter nach geguckt heute.
- 81 **Interviewer:** [0:06:13.0] Wie sind sie zu dem Garten hier gekommen?
- 82 **Participant:** [0:06:15.2] Äh das war immer schon so'n kleine Wunsch und da hat mein Ex damals die Idee ma gekauft und mir halt überlassen (interrupted by interviewer sign of attention), was ich sehr nett fand, deswegen joa, eigentlich sind wir auch zu viert, aber die andern drei halten sich halt bisschen zurück wegen Arbeit und privat halt (interrupted by interviewer sign of attention), deswegen mach ich hier alles bisschen alleine. Joa.
- 83 **Interviewer:** [0:06:40.0] Wann haben Sie den Garten bekommen?
- 84 **Participant:** [0:06:43.6] Öh das war vor knapp vier Jahren, drei vier Jahren. Ja.

- 85 **Interviewer:** [0:06:50.1] Okay und wie sag ich mal, wie is der Gedanke entstanden, dass sie einen Garten haben wollten?
- 86 **Participant:** [0:06:56.7] Ich mag die Natur, also ich bin sehr sehr gerne draußen (interrupted by interviewer sign of attention) und ich mag des halt auch, wenn's selber wächst, wenn man sieht, okay, das hab ich gesäht, das kommt. Das is halt dieses, jej, dieses Glücksgefühl sag ich mal.
- 87 **Interviewer:** [0:07:11.5] Ja. Sind sie mit Garten aufgewachsen?
- 88 **Participant:** [0:07:14.3] Nein. (interrupted by interviewer sign of attention) Mm.
- 89 **Interviewer:** [0:07:16.2] Also ihre Eltern oder Großeltern hatten.
- 90 **Participant:** [0:07:17.8] Mm.
- 91 **Interviewer:** [0:07:19.0] Da gar nicht's. Dann sind Sie, okay.
- 92 **Participant:** [0:07:22.2] Meine Verwandtschaft hatte 'n, auf'm Dorf sag ich mal kleinen Bauernhof, aber da waren wa halt auch nur ganz ganz selten mal (interrupted by interviewer sign of attention). Joa. Aber es gefällt mir halt immer ganz gut und grade auch für die kleinen drei is das ja halt besser, wenn se draußen sind, deswegen (interrupted by interviewer sign of attention) auch schon.
- 93 **Interviewer:** [0:07:41.5] Okay. Können sie sich zu pflanzenbezogenen Kursen, oder Klassen erinnern in der Schule, oder zu Heilpflanzen speziell?
- 94 **Participant:** [0:07:48.2] Mm. (inaudible) nur speziell her Bio, was man da so lernt, ne. Photosynthesekram (interrupted by interviewer sign of attention) und, aber so speziell mm. (interrupted by interviewer sign of attention) Das Fach hatten wir leider nich mehr.
- 95 **Interviewer:** [0:07:58.3] Hm. Gab's das früher mal, wissen sie das?
- 96 **Participant:** [0:08:01.5] Mhm, wir hatten ma einen äh so'n so'n so'n Schulgarten, nannte (interrupted by interviewer sign of attention) sich das. Aber der wurde auch ganz schnell den Erdboden gleich gemacht.
- 97 **Interviewer:** [0:08:13.0] Oh, okay. Kennen sie den Grund dafür?
- 98 **Participant:** [0:08:14.4] Zu wenig Interesse wahrscheinlich. (interrupted by interviewer sign of attention) Joa.
- 99 **Interviewer:** [0:08:21.8] Sie meinten sie kommen aus Güstrow (interrupted by participant), oder?
- 100 **Participant:** [0:08:23.8] Mhm.
- 101 **Interviewer:** [0:08:24.8] Sind Ihre Eltern und Großeltern auch aus der Region, wissen sie das?
- 102 **Participant:** [0:08:28.2] Ja. Also meine Mutter stammt ursprünglich aus, was is das da hinten? Aus so'nem kleinen Dorf, ich hab den Namen vergessen. (inaudible) glaub ich ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Und meine Tante wohnte in Waldmannshagen. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is ja heut auch so'n joa 'n bisschen um die Ecke sag ich mal (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter).
- 103 **Interviewer:** [0:08:53.5] Na, okay. Gut trinken sie gerne Tee?
- 104 **Participant:** [0:08:57.5] Ja im Winter nachher.

- 105 **Interviewer:** [0:08:58.7] Ja. (interrupted by participant) Okay. Haben sie spezielle Ernährungsgewohnheiten, gewollt oder ungewollt, also Unverträglichkeiten, oder (interrupted by participant) Sachen auf die Sie achten?
- 106 **Participant:** [0:09:07.3] Äh ich achte jetzt weniger auf Fleisch, sondern mehr auf halt Gemüse. (interrupted by interviewer sign of attention) Eier leider noch, aber. Weizen komm ich leider auch noch nich weg. Joa und Zucker halt, ne. (laughter)
- 107 **Interviewer:** [0:09:18.9] Is das'n (interrupted by participant) Ziel?
- 108 **Participant:** [0:09:19.5] Und das is noch dies Mango (laughter).
- 109 **Interviewer:** [0:09:21.4] Ja, na versteh ich. (interrupted by participant) Aber süßes schmeckt halt lecker.
- 110 **Participant:** [0:09:25.6] Mhm. Das is ja das Problem.
- 111 **Interviewer:** [0:09:27.3] Ja. Okay ich würd kurz in mein Büchlein schauen, ob ich was vergessen hab. Ich bin nich so gut im mir Sachen merken (interrupted by participant). Ja? (interrupted by participant) Fühl ich mich nich mehr so alleine. (interrupted by participant). Hm den professionellen Kontakt hat ich schon abgefragt zu Pflanzen, oder?
- 112 **Participant:** [0:09:52.9] Mhm, leider nich, nein.
- 113 **Interviewer:** [0:09:54.4] Hm leider nich. Okay, darf ich Sie äh nach ihrem Geburtsjahr nochmal fragen für die Aufnahme?
- 114 **Participant:** [0:10:00.1] 1985
- 115 **Interviewer:** [0:10:01.5] 85, okay. (interrupted by participant) Was würden sie als ihren höchsten Bildungsabschluss bezeichnen?
- 116 [0:10:06.2] **Participant:** Ich hab Reale. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm.
- 117 [0:10:08.0] **Interviewer:** Okay, ja gut. (interrupted by participant) Gut, ich glaube das wär's (interrupted by participant), also ich würd die Aufnahme noch kurz laufen lassen (interrupted by participant). Ich würd den Datenschutz, also, bis wir das unterschrieben haben, ich hab nämlich die Erfahrung gemacht, dass, wenn ich das Gerät ausmache, kommt noch irgendwas, also wenn ihnen noch irgendwas einfällt zu Heilkräutern, oder wenn sie wüssten, wie man was verwendet einfach drauf los, ne.
- 118 [0:10:29.6] **Participant:** Oh, na, wie gesagt, ich bin dann immer 'n bisschen bisschen überfragt so, Schwierigkeiten. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)
- 119 [0:10:35.6] **(unrelated to topic)**

### 7.3.3.6 Interview RY 6

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Glaub ich nämlich grade nicht laufen gelassen, aber. Jetzt läuft (interrupted by participant)
- 2 **Participant:** [0:00:04.2] Fand (interrupted by interviewer sign of attention) ich auch nett, dass es nich unbedingt is, äh jetzt schon, okay.
- 3 **Interviewer:** [0:00:09.4] Ja, na, also is, äh, fühl dich auch frei einfach zwischendurch Sachen zu erzählen (interrupted by participant) und so.
- 4 **Participant:** [0:00:14.5] Also is es nur für dich die Aufnahme, oder? Also nur zum ausarbeiten (interrupted by interviewer sign of attention) sozusagen.
- 5 **Interviewer:** [0:00:17.4] Ich schreib meine Masterarbeit, genau, aber die (interrupted by participant)
- 6 **Participant:** [0:00:19.5] Öffentlich is das nich, oder irgendwas. Ah da is es hah. Hab's ganz vergessen (inaudible), wusste nich mehr wo ich das hingepackt hab.
- 7 **Interviewer:** [0:00:27.0] Also hab auch gleich noch so'n Datenschutzhinweis, dann siehst du dann, was damit gemacht (interrupted by participant) werden kann.
- 8 **Participant:** [0:00:31.0] Ne, dann is cool, also ich glaub dir da auch.
- 9 **Interviewer:** [0:00:32.2] Ja ja. (laughter) Na, nur damit das alles seine Richtigkeit hat, damit.
- 10 **Participant:** [0:00:36.2] Ansonsten falls du dann, würd ich das nochma gerne vorher äh abchecken, was dabei entstanden is. (interrupted by interviewer sign of attention) Was du (inaudible), als wär im Prinzip auch okay, aber da würd ich nochma gerne nochma Reinhören. Aber nu gut. Das is diese Eventualität.
- 11 **Interviewer:** [0:00:53.4] Schauen wa ma ja. Naja. Aber ich hab dir ja gestern noch erzählt, dass ich meine Masterarbeit zu Heilpflanzennutzung und Wissensweitergabe schreibe
- 12 **Participant:** [0:01:05.1] Ja. Ich mach die Musik leiser.
- 13 **Interviewer:** [0:01:08.5] Jo, aber das kriegt das Gerät auch hin, also wenn du's laufen lassen möchtest. Ähm genau äh Heilpflanzennutzung und Wissensweitergabe und du, wir sind ins Gespräch gekommen und du meinstest, du bist nach 84 geboren.
- 14 **Participant:** [0:01:20.5] 89
- 15 **Interviewer:** [0:01:21.4] 89 und in Rostock, oder?
- 16 **Participant:** [0:01:23.5] Genau, genau.
- 17 **Interviewer:** [0:01:24.3] Okay. Interessant. Wie wär's wenn wir dann anfangen einfach und du erzählst mir einfach was du so im Garten hast, oder was du sammeln würdest, benutzen würdest für für medizinische Zwecke.
- 18 **Participant:** [0:01:35.9] Ah benutzen würd ich sozusagen glaub ich alles, was ich eben herausfinde, was eventuell äh 'n nach validen, also jetzt kein Astrologie und Taro und co nich unbedingt (interrupted by interviewer sign of attention), aber ähm Hildegard von Bingen und so würde mich dann schon auch dazu bringen um äh was auszuprobieren, was sie da sozusagen vorschlägt. Sie kann's ja auch begründen. Das (interrupted by interviewer sign of attention) is wichtig für mich. (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention) Ich find tatsächlich die tatsächliche, also die wissenschaftliche, den wissenschaftlichen Wert äh, also den echten Wert ähm ähm eben wichtig. Also mir geht's weniger um die ähm klar is da möglicherweise auch Placebo dabei. Placebo is'n super

guter, was ne gute Sache find ich. Ähm aber ich mh ähm mach das ungerne. Äh ich bin nich derjenige der, das is schwer schwierig. Ich kann mich grade nich gut ausdrücken. Ich hab die Nacht durchgemacht, das tut mir leid.

19 **Interviewer:** [0:02:48.8] Ich hab ich ha Zeit, hier. Wenn du Pause brauchst oder so, sag auch (interrupted by participant) Bescheid, das is ja.

20 **Participant:** [0:02:51.9] Wenn du was zu trinken ham, möchtest du was zu trinken ham? Ich hab grade 'n Tee (interrupted by interviewer sign of attention) gemacht, tatsächlich äh Kö Königskerze, Nachtkerze und Brennessel (interrupted by interviewer sign of attention) Tee, wenn du möchtest.

21 **Interviewer:** [0:03:00.8] Cool ja, gerne.

22 **Participant:** [0:03:02.7] Das war halt witzig, dass ich das da grade angefangen hat damit und dann kommst du damit um die Ecke. Sonst hatt' ich nämlich, hab ich grade gar keine Tees da, also außer alles frische im Garten (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm

23 **Interviewer:** [0:03:20.1] Würdest du die Sachen auch medizinisch verwenden?

24 **Participant:** [0:03:22.5] Ja auf jeden Fall, also ich will sie wer mh, ich hab 'n Reizhusten (interrupted by interviewer sign of attention) mh beziehungs äh ra was heißt Reizhusten, einfach 'n sehr sch festsitzenden. Ich bin Raucher seit et 'ner Weile und ähm ja. Und ähm joa hab bei dem nach auch guten Schleim und und Husten und Röcheln. Mh Röcheln nich vielleicht, aber Atemwegsbeeinträchtigung (interrupted by interviewer sign of attention). Also keine he schweren, aber und äh ich hab dann rausgefunden, dass **Königskerze** tatsächlich im in 'ner haupt ähm Haupteinsatz äh äh äh f gegen Reizhusten und Heilung und Linderung von mh Beschwerden in den oberen Atemwegen ähm und Bronchitis äh eingesetzt wird und eingesetzt wurde als Auszug, Salbe, Tee (interrupted by interviewer sign of attention) und so weiter und das probier ich grad aus, ob das funktioniert. Also ja, es is ne medizinische tatsächlich ja (interrupted by interviewer sign of attention) hat es auch'n medizinischen Zweck. Ja. Also geschmacklich natürlich auch, ne. Aber auf medizinisch wertvolle ähm äh Erkenntnisse von von wann auch immer ähm (interrupted by interviewer sign of attention) wären, sind mir wichtig und das geht schon bei Knoblauch los halt, ne. Mh anti antiseptisch glaub ich, also sie hat meine Oma und mein Opa, die essen ihn morgen eine Zehe roh und jeden Abend auch noch glaub ich.

25 **Interviewer:** [0:04:58.3] Ah, das äh krass, ja.

26 **Participant:** [0:04:59.9] Und die sind super gesund gewesen, ganz lange. Die sind bis anfang der 80er Jah, also in ihren 80er Jahren ähm noch mim Fahrrad nach Warnemünde gefahren zum baden im November. (interrupted by interviewer sign of attention) Äh und so.

27 **Interviewer:** [0:05:11.7] Das macht auch nich jeder mit, ja.

28 **Participant:** [0:05:13.0] Das is hart Hardcore, aber krass. Also die achten da, von denen hab ich auch viel mitgenommen natürlich, ne (interrupted by interviewer sign of attention), also diese gesunde Ernährung, Radieschen, roh Rohkost gil gilt das zum w was sind das Heilpflanzen hier.

29 **Interviewer:** [0:05:28.6] Je nachdem wie du's benutzt, also ich check das nachher danach alles, wie man das laut Erkenntnis (interrupted by participant)

30 **Participant:** [0:05:34.7] Also gesundheitsfördernd, oder oder oder äh gesundheits r rück w her also herstellend wieder, falls das im Prinzip is ja alles was gesund is is ja auch (interrupted by interviewer sign of attention) gesundheitsfördernd (interrupted by interviewer sign of attention) Also medizinisch (interrupted by interviewer sign of attention) wertvoll dadurch.

31 **Interviewer:** [0:05:50.0] Also mein Fokus liegt bei auf auf auf Rückförderung, als so wenn du dich

unwohl fühlst schon, oder wenn du krank bist, aber mich interessiert auch, was du äh vorsorgemäßig dann äh machst und (interrupted by participant) zum Beispiel (interrupted by participant), meinstest du hast jetzt äh viel von deinen Großeltern mitgenommen, interessierst du dich generell für gesundes Leben oder gesünder leben, den Themenkomplex?

32 **Participant:** [0:06:06.0] Ich bin nich, ne, also tatsächlich ich bin ich bin kein Veganer, kein Vegetarier, ich ess auch Fleisch. Ich ess das, was mir mir schmeckt. Ich ess auch ma drei Tüten Gummibärchen am Tag, wenn ich da Bock drauf hab (interrupted by interviewer sign of attention), also 's is tatsächlich komplett. Ich trink auch Alkohol, nich wenig, also ab und an. Und ähm ich achte eigentlich nich besonders, also ich beweg mich extrem viel, das is, würd ich vielleicht als gesunde äh (interrupted by interviewer sign of attention) ähm Lebensweise bezeichnen, aber das is jetzt ja kein ähm, ja. Das mach ich hier auch nich, weil ich mich deswegen, weil ich gesund bleiben möchte, sonder weil m ich da m mag, mich zu bewegen und Sachen zu machen und äh m aktiv zu sein und lebendig und gesund vielleicht dann irgendwie auch (interrupted by interviewer sign of attention) auf'm Rückschluss, weil krank kann ich dann das hier alles nich machen.

33 **Interviewer:** [0:06:53.4] Ja. Versteh dich. Hat du irgendwelche Unverträglichkeiten?

34 **Participant:** [0:06:57.6] Ibuprofen. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Witzigerweise. Ja, Chemie, aber (interrupted by interviewer sign of attention) ja dann ähm. Shrimps und Ananas und Ananas ess ich trotzdem, weil sie lecker und Shrimps auch (interrupted by interviewer sign of attention), aber ess ich nur zu selten halt, krieg ich öh kauf ich mir nich, kriegt man dann so zu selten, aber was auch immer, is unwichtig. Keine besondere Allergie oder (interrupted by interviewer sign of attention) Unverträglichkeit, keine Lactose irgendwas, oder (interrupted by interviewer sign of attention) jedenfalls nich, dass ich wüsste. Ich leb dann vielleicht mit den Blähungen, die ich nich unbedingt immer kriege nein nein (interrupted by interviewer sign of attention). ich hab keine soweit ich weiß. Hm hm.

35 **Interviewer:** [0:07:32.0] Die Nachtkerze meinstest du verwendest du gegen Bronchitis oder Schleimbildung.

36 **Participant:** [0:07:36.8] Ne, Königskerze.

37 **Interviewer:** [0:07:37.6] Die Königskerze, okay.

38 **Participant:** [0:07:38.5] Genau. Sie ei äh die Nachtkerze hab ich tatsächlich versehentlich nur gegriffen, weil ich dachte, das wär die Königskerze (interrupted by interviewer sign of attention). Das hier is die Königskerze (interrupted by interviewer sign of attention) und das die Nachtkerze (interrupted by interviewer sign of attention) un dich dachte das wär die n Königskerze im noch akt, also im noch blühendem Zustand. Ähm dann hab ich sie mitgenommen, sieht auch superschön aus und sie riecht extrem schön (interrupted by interviewer sign of attention), gut. Also 's is 'n wahnsinnig (interrupted by interviewer sign of attention), ich weiß nich, jetzt natürlich nich mehr die Pollen (interrupted by interviewer sign of attention) sind und ach 'n bisschen **Salbei** is da auch noch. Öhm

39 **Interviewer:** [0:08:09.7] Verwendest du den auch?

40 **Participant:** [0:08:11.4] Den Salbei? (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Aber nicht nich mehr als Tee, der macht ähm bei mir jedenfalls ähm fördert der nich äh äh ich krieg im Prinzip dadurch ähm n äh Pappmund oder so, also 'n trockenen Mund (interrupted by interviewer sign of attention). Und das ähm is genau das Gegenteil was ich erreichen möchte. Ich will eigentlich eher so, ne (interrupted by interviewer sign of attention), Schleimhäute ähm befeuchten und so weiter. Deswegen werd ich, will ich jetzt ma versuchen den zu räuchern Deswegen hab ich den so eng zusammen gebunden (interrupted by interviewer sign of attention) und knick' den wahrscheinlich nochma um und dann ganz (interrupted by interviewer sign of attention) noch 'n packen enger, also dass der richtig schön langsam vor sich hin glimmen kann. Das hab ich bei nem Freund gesehen. Ma

gucken wie er, wie's riecht und das angenehm is. (interrupted by interviewer sign of attention)

41 **Interviewer:** [0:08:55.4] Für was oder gegen was würdest du das dann verwenden? Den geräucherten Salbei?

42 **Participant:** [0:08:58.8] Beruhigen Wirkung vielleicht (interrupted by interviewer sign of attention). Wohltuende, einfach weil's vielleicht schön riecht. Möglicherweise. Vielleicht is es auch, mh mh Salbei is ja e extrem im Geruch (interrupted by interviewer sign of attention). Aber Zimt zum Beispiel räuch verräucher' ich (interrupted by interviewer sign of attention), weil ich ihn mag vom Geruch (interrupted by interviewer sign of attention), aber nich weil ich. Zimt hat aber glaub ich auch wa so irgendwelche Wirkung oder äh würz Zimt würt werden Wirkungen nachgesagt, also denk ich. Ich muss auf jeden Fall ma was trinken. (interrupted by interviewer sign of attention) Tee zum Beispiel.

43 **Interviewer:** [0:09:30.7] Welchen Teil der Königskerze verwendest du für den Tee?

44 **Participant:** [0:09:33.5] Blüte ähm, Blätter und ähm das war's, genau. Blüte und Blätter. (interrupted by interviewer sign of attention) Man kann auch den Stängel in sich und die Blüten stehen lassen in Wachs tauchen und ne Fackel draus machen (interrupted by interviewer sign of attention). Ich hab tatsächlich mal kurz nachgel, ich wollte nur kurz nachlesen und bin ne halbe Stunde lang nich fertig geworden was für was (interrupted by interviewer sign of attention) das alles benutzt wurde (interrupted by interviewer sign of attention). Also s Königskerze is tatsächlich anscheint 'n extrem äh wichtiger öh wichtige Pflanze früher gewesen früher für die Menschen. Oder die ham sie ham sie sehr viel für viele viele verschiedene Zwecke verwendet. Ähm Tassen. Äh Abwasch, vorne.

45 [0:10:20.0] **(unrelated to topic)**

46 [0:10:45.3] **Interviewer:** Nein, erst erst den guten Tee und dann.

47 **Participant:** [0:10:49.0] Ma gucken, wie er schmeckt. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich hab so Pi mal Daumen. Ich hab kei auch keine äh also genau, ich halt mich auch generell nie an Rezept (interrupted by interviewer sign of attention) ähm vor, also sowas wie Grammanzahl oder so. Ich mach das einfach Pi mal Daumen, weil äh also gut natürlich mit nem Gefühl, ne, nich jetzt irgendwie die ganze Nachtkerze und dann mach ich eine Tasse Tee draus (interrupted by interviewer sign of attention), sondern schon so, wie ich das einschätz' selbst für mich, aber nach eigener Einschätzung (interrupted by interviewer sign of attention). Eigentlich. Ich lass mich inspirieren von Vorsch, also Rezeptvorschlägen uns so (interrupted by interviewer sign of attention), klar, aber ich halt mich eigentlich nich an Mengenangaben und so. 'S is, das halt ich für sehr unwichtig ehrlich gesagt. Das vielleicht interessant für für für dich. Und das is, der sieht schön aus.

48 **Interviewer:** [0:11:43.8] Ah ja. Der hat so'ne Bernsteinfarbe.

49 **Participant:** [0:11:45.5] Ja. Is aber witzig. Gestern hab ich 'n Tee angeboten bekommen, aber der war wirklich so saftig, satt grün.

50 **Interviewer:** [0:11:56.8] Was war das für einer?

51 **Participant:** [0:11:57.6] Äh, da war hauptsächlich Minze drin (interrupted by participant) als äh als Basis.

52 **Interviewer:** [0:12:01.7] Was für ne Minze, das wär, müsste man jetzt theoretisch fragen. Ich hab mh festgestellt, also ich hab eine Minze. Es gibt ja so viele verschiedene Minzen so (interrupted by interviewer sign of attention), also Pfefferminzen auch.

53 **Participant:** [0:12:12.6] Also es war mehrere drin in dem Tee, ähm ah er meinte er 15 Stück im Garten und er is da so'n bisschen.

- 54 **Interviewer:** [0:12:22.3] Ich hab grad 'n total trockenen Mund, deswegen musst ich ma kurz.
- 55 **Participant:** [0:12:25.0] Ja ja klar. (interrupted by participant) Doch schmeckt gut. **Brennnessel** schmeckt man. Ich hab Brennnessel noch mit dazu gemacht, (interrupted by interviewer sign of attention) Das war nich im Rezept (interrupted by interviewer sign of attention) sondern weil ich Brennnesseltee mag.
- 56 **Interviewer:** [0:12:36.2] Ja Brennnesseltee is doch was feines.
- 57 **Participant:** [0:12:37.7] Mhm, sehr wirksam, also sehr potent, also sagen wa's ma sogar aufpassen, dass ma nich zu viel davon trinkt. Kriegt man Herzrasen.
- 58 [0:12:44.6] **Interviewer:** Ja? Verwendest du den Brennnesseltee in ner bestimmten Art und Weise?
- 59 **Participant:** [0:12:50.0] Also für'n Antrieb so, ne, also für w de pre also aktivierend is es extrem aktivierend. Kreislauffördernd, durchblutungsfördernd, gefäßerweitend und so weiter, also 's is herzbeschleunigend f also Herz äh schlagbeschleunigend. Äh auf jeden Fall an äh aktivierend so. (interrupted by interviewer sign of attention) Und deswegen, wenn ich, ja, das Gefühl hab ich muss aktiviert werden, dann trink ich Brennnesseltee. (interrupted by interviewer sign of attention) Unter anderem natürlich. Oder ich dusch' kalt (laughter), was auch immer, was (interrupted by interviewer sign of attention) man halt so machen kann.
- 60 **Interviewer:** [0:13:31.0] Was hast du noch im Garten, was du benutzen würdest, oder wenn du sammeln gehen würdest?
- 61 **Participant:** [0:13:34.4] Auf jeden Fall is mir tatsächlich sogar extrem wichtig, **Zitronenmeli Melisse** (interrupted by interviewer sign of attention) und zwar nich als Tee oder irgendwas, also das auch. Ich hab 'n Öl draus gemacht zum Beispiel äh gegen Mücken is das f mh tatsächlich hochwirksam bei mir (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm bei (name), die dich vorne reingelassen hat nich so sehr. Das is Zitronenmelissenöl. Da hab ich Zitronenmelisse rein gemacht, also viel viel gepflückt, Olivenöl rauf gekippt 'n Amboss reingestellt und an mein Fußende gestellt und dann nochma so ausgedrückt, also so raufge sch treten beim Computer äh machen, bei irgendwelchen anderen Sachen nebenbei, also 's is 'n zip ganz ganz ähm intensiv so. Kann man aber je, ich wollte's eigentlich zum einreiben gegen Mücken benutzen (interrupted by interviewer sign of attention), klebt mir aber zu sehr, also durch die Haare, durch die f f die stellen sich dann alle nach und nach wieder auf und dann hast ein ge juck ein ge also du denkst irgendwie ständig (interrupted by interviewer sign of attention) ähm Viecher, weil hier auch Viecher sind und man wird dann, kommt nich zur Ruhe. Ich muss das also im Prinzip nochmal verdünnen. Ja. Aber wie weiß ich auch noch nich. Wie krieg ich das dünner? Mit mehr Öl, aber dann is 's immer noch Wachs wachsig und so (inaudible). Muss ma gucken. Muss (interrupted by interviewer sign of attention) ausprobieren.
- 62 **Interviewer:** [0:15:01.0] Alkohol verdünnen.
- 63 **Participant:** [0:15:01.8] Alkohol? Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Also Alkohol und Öl is, ja klar. Also
- 64 **Interviewer:** [0:15:07.2] 'S müsste eigentlich funktionieren.
- 65 **Participant:** [0:15:09.9] Also ich hab Gin da, aber (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter). Ne das müsste, könnte man ja schon reingeben einfach.
- 66 **Interviewer:** [0:15:16.7] Ja so Zitronenmelissenöl.
- 67 **Participant:** [0:15:20.3] Genau, also Zitronenmelissenöl. Äh das noch in 'ner Herstellung, also noch im Erkundungsprozess is es noch nich ex äh ex, also ich benutz es, also ich nehm die Pflanze, reib sie mir in die mh in den Händen, dass die Öle so so'n bisschen austreten und dann reib ich mich damit ein.

(interrupted by interviewer sign of attention) Und das funktioniert sehr gut.

68 **Interviewer:** [0:15:39.0] Weil du hier so am experimentieren bist, würdest du dich als neugierig bezeichnen?

69 **Participant:** [0:15:42.4] Mhm (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm. Mhm Neugierde is einer meiner Lebensantriebe. Also oder weiß ich nich. Und nich irgendwie ah äh nur nachlesen was andere äh schonma äh gefunden ham, sondern am besten sind die Sachen, die man selbst vielleicht entdeckt hat oder so und dann vielleicht auch durch Zufall oder was auch immer, aber wo man halt wirklich selbst die Erfahrung machen konnte (interrupted by interviewer sign of attention), dass das irgendwie was besonderes, neues, interessantes, n n nütliches is, was auch immer. (interrupted by interviewer sign of attention) Schönes, schön s kommt eigentlich weiter vorne. (laughter)

70 **Interviewer:** [0:16:22.5] Eben meintest du, dass äh du alle, wenn du aktiv nach Sachen suchst, du schon drauf achtest, dass das irgendwo ne Richtigkeit hat, oder ne

71 **Participant:** [0:16:32.7] 'n gewisses Potential. Ich weiß nich (interrupted by interviewer sign of attention) was für #ne r was für 'ne Richtigkeit wei g ne Richtigkeit nh, ne, ne Richtigkeit passt nich ganz, aber (interrupted by interviewer sign of attention) Potential (interrupted by interviewer sign of attention), also so tatsächlich so 'n in jeglicher Form. Meistens eben schöne Dinge (interrupted by interviewer sign of attention), also sch das is für mich 'n 'n sehr ähm hm wichtig im Leben. Schönheit, Ästhetik mh ähm ja. Reinheit, wie auch immer, also (interrupted by interviewer sign of attention). Ja man könnte dann auch auf Richtigkeit das irgendwie runterbrechen, oder das irgendwie noch erklären, aber ich glaub das müsste man noch'n bisschen besser ausführen und durchdenken. Auch b mit richtig hat ich äh auf jeden Fall da noch nie den Kontakt, oder (interrupted by interviewer sign of attention). Das war mir nich so wichtig.

72 **Interviewer:** [0:17:26.8] Wenn du dich zu Pflanzen, speziell zu heilpflanzenbezogenen Themen informierst, wie machst du das, oder machst du das überhaupt? Außer ausprobieren selbst.

73 **Participant:** [0:17:39.9] Also ich muss ja erstma die Idee haben, dass das eventuell was äh nützlich sein könnte, also hab ich gehört. Also ich mach nich frei jede Pflanze äh nimm 'ne Buchenblatt als Tee, würd ich jetzt erstma nich probieren, weil ich glaube nich, dass das besonders, äh glaub ich nich, aber weiß man auch nich. Muss man auch halt probieren. Im Prinzip weißt du das nicht. Ähm oh äh also ganz speziell jetzt im Bezug auf Heilpflanzen wenn ich 'n Problem hab, irgend 'n d das Gefühl hab n äh also was weiß ich äh Augen st trockene Augen, oder irgendwas, (interrupted by interviewer sign of attention) überleg ich mir, was kann da helfen, eventuell und w da greif ich auch zu 'ner Salbe n aus'm DM oder sowas, wo jetzt vielleicht kein, nur 'n Pflanzenessenzen dabei sind, sonder 's is mir gar nich so wichtig, dass es alles total äh äh Bio und rein und so is so sondern, ich, aber ich vermute tatsächlich, die erstens is es ne sehr einfach, also es is kostenlos und es macht Spaß, es is, du musst es suchen, finden, machen, d d äh ausprobieren, dass es funktioniert, dass es das is die Neugierde (interrupted by interviewer sign of attention), oder ja also ich mach also am pro der Prozess an sich is sozusagen das auch, was mich da äh so bei hält, ja. Genau. Äh ja. Und äh ich frag Menschen, die ich glaub wo ich glaube die ham damit Erfahrung gemacht oder so, also da kommen Kenntnisse her. Internat natürlich, Google und da gar nich ma spezielle Seiten, sondern ich guck dann, was wird mir angeboten und was is vielleicht irgendwie stimmig, was hört sich stimmig an oder so, oder was is eventuell irgendwie Marktstrategie oder so. Internet. Bücher seltener, weil Bücher aufwendig is, lang lang lange dauert und aufwendig is, aber ich hab 'n Buch, Heiltees zum Beispiel grade gefunden im Sperrmüll und das hab ich natürlich auch mitgenommen.

74 **Interviewer:** [0:19:31.8] Trinkst du viel Tee?

75 **Participant:** [0:19:33.1] Ja.

76 **Interviewer:** [0:19:33.5] Ja? Bist du gerne draußen?

- 77 **Participant:** [0:19:36.9] Mhm (laughter) Mhm (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm. Ich hab den Winter hier verbracht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) In der Hütte und der, ich hab da vorne 'n Haufen Dämmung liegen, (interrupted by interviewer sign of attention) die hab ich aber nich, nich ma eingebaut weil ich irgendwie, ich weiß es nich. Ich machm ich mach mir auch manchmal einfach Sachen nich ganz so einfach vielleicht.
- 78 **Interviewer:** [0:19:57.1] Ja, wenn's zu einfach is, wär's ja auch.
- 79 **Participant:** [0:19:58.6] Dann kommt, dann entstehen nämlich erst neue Sachen (interrupted by interviewer sign of attention). Also ich hab 'n hammer fetten Ofen dadrin und ähm der, ja also ich kam gut hier r durch so. Ja. Also zum Teil war's zu warm so. Den Ofen hab ich auch geschenkt be, also Ebay Kleinanzeigen zu verschenken (interrupted by interviewer sign of attention). Darum geht's hier aber gar nich, ne? Ich muss mich auch ma 'n bisschen (interrupted by interviewer sign of attention) mehr auf dein Fach beziehen.
- 80 **Interviewer:** [0:20:20.3] Wir sind öh eigentlich ganz gut so.
- 81 **Participant:** [0:20:22.0] Ich bin super gerne draußen (interrupted by interviewer sign of attention). Ich beweg mich viel un dich bin, aber zum Beispiel kö acht ich drauf, weil ich nie ne helle Haut hab nich so viel in der Sone zu sein oder mich zu schützen (interrupted by interviewer sign of attention) und also so is das auch. Ich lauf barfuß seit anfang des Jahres (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible), also nur. Ich hab nur so'ne, mein Festes Schuwerk sind die hier.
- 82 **Interviewer:** [0:20:40.9] Ah, dass sind doch so so so so Barfußrunner, oder?
- 83 **Participant:** [0:20:43.8] Mh des ja, also die Billigversion von den Leguanos. Also diese Sockenschuhe sozusagen. Am besten sind aber, die sind mir aber zu teuer un dich hab auch welche, aber die sind nich mehr gut, die Vibram fi fivefingers. (interrupted by interviewer sign of attention). Die kommen dem Barfußlaufen am nächsten. Du hast da halt Grip drin, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Also das du passt sich wirklich deinem Fuß an (interrupted by interviewer sign of attention). Also genau. Aber Barfußlaufen is nich zu ersetzen. Da kommen ja noch so viele andere so Dinge dazu, also mh spürst jeden Schritt den du gehst und (interrupted by interviewer sign of attention) du du weißt wo du lang gegangen bist, welchen Weg bist du gegangen, das kann man übertragen auf das Leben auf's mh was auch immer alles. Deine Körperhaltung verändert sich, deine äh pf Kraft verändert sich, das is der Hammer, also das is, ich hab's aus, die Schuhe ausgezogen weil ich Fußpilz hatte und nicht's hat geholfen (interrupted by interviewer sign of attention) auch keine pflanzlichen Salben. Da bin ich nich konsequent in solchen Dingen (interrupted by interviewer sign of attention), also man muss dann immer wieder einreiben und sonst vergess ich und so und irgendwann ging's nich mehr anders, dann hab ich die Schuhe einfach ausgezogen und also nich dies Jahr, das war schon vor'n paar Jahren ähm ja. Aber Kälte is halt leider 'nen Problem. Das kriegst du nich, da kannst du die Füße sonst so gut äh ge abgehärtet haben, Kälte kann man leider nich ähm überbrücken damit. Mh man muss dann Schuhe anziehen.
- 84 **Interviewer:** [0:22:09.1] Ich kenn einen in Rostock, der zieht das ganzjährig durch (interrupted by participant). Ja. Den hab ich auch beim tiefsten Schnee in der in der in der Tram gesehen. (interrupted by participant) barfuß.
- 85 **Participant:** [0:22:17.5] Wa wa was is das so für'n Typ, was macht der?
- 86 **Interviewer:** [0:22:19.9] Ich wei, ich kenn ihn nich. Ich ich hab ihn nur gesehen und (interrupted by participant) dachte so, also mehrfach über'n Winter verteilt und dacht mir so, okay, immer noch keine Schuhe, okay immer noch keine (interrupted by participant) Schuhe.
- 87 **Participant:** [0:22:27.2] Geil, also find ich m stark, weil find ich stark. (interrupted by interviewer sign of attention). Na mhm.

- 88 **Interviewer:** [0:22:33.8] Wann hast du den Garten hier bekommen?
- 89 **Participant:** [0:22:35.6] Bekommen (interrupted by interviewer sign of attention) is gar nich so wichtig, aber angefangen ihn wirklich hier auch zu äh ähm be bewirtschaften und und ihn mir zu erschließen sozusagen (interrupted by interviewer sign of attention) hab ich 2000 letztes Jahr 2 also wir ham 2021, also 2020 im Anfang Mai glaub ich ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Also so bisher über'n bis bischen über'n Jahr bin ich erst hier (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Ich hatte das ja, ich hätte auch schon den Garten das Jahr vor davor, aber da hab ich hier nicht's gemacht. Ich war sozusagen nur hier um mal wegzusein von woanders und ähm hab hier aber 's mir hier nich schön gemacht oder so und dann genau. Ein Jahr. Ja.
- 90 **Interviewer:** [0:23:19.5] Okay. Was hast du sonst noch im Garten, weil du meinstest du bewirtschaftest ihn. Hast du äh irgendwas (interrupted by participant)
- 91 **Participant:** [0:23:24.8] Na bewirtschaften mein ich jetzt nich im we wortwörtlichen wirtschafts (interrupted by interviewer sign of attention) äh Zweck, sonder, also doch ja irgendwie schon. Wirtschaftlich wertvoll für mich, für mein Leben sozusagen, also (interrupted by interviewer sign of attention) wirtschaftlich sinnvoll oder wie auch immer. Dazu gehört ja das ich s drin wohnlich machen und sone Sachen, also angenehme so. Ähm und ansonsten hm so pflanzentechnisch hab ich hier auch wenig nur selbst angebaut. Ich hab, nutz' alle alle alten Obstbäume die ich hab (interrupted by interviewer sign of attention). Da is neben so'n Pfirsichbaum (interrupted by interviewer sign of attention) der hat ein Jahr auch super getragen. Dieses Jahr nich so sehr. Ähm das is ja nur für dich, ne, aber das lassen wir vielleicht weg, aber die die hab ich natürlich äh, die da stehen (interrupted by interviewer sign of attention) ähm vier Stück. Mh
- 92 **Interviewer:** [0:24:16.0] Also 's wird auch alles anonymisiert, also, kannst es auch.
- 93 **Participant:** [0:24:18.2] Es sind vie für mich im Prinzip (interrupted by interviewer sign of attention), die hab ich für ein gewissen Zweck eben auch und ja. Ansonsten hab ich Erdbeeren. Alles wild. Ich hab hier im Prinzip nichts, äh da sind Johannisbeeren (interrupted by interviewer sign of attention) be un zwar ordentlich, schwarze. Du kannst auch ma zugreifen die sind grade de vollreif. (interrupted by interviewer sign of attention) Die schwarzen hab ich noch nich abgeerntet und vorne sind rote. (interrupted by interviewer sign of attention) Also super viel, also der ganze Garten is voller Ore Oregano (interrupted by interviewer sign of attention). Hier. Das äh is (interrupted by interviewer sign of attention), he he he kannst du sonst hier is alles voll. (interrupted by interviewer sign of attention) Is der Hammer. Nimm dir wa nimm dir was mit, wenn du magst. Is frisch frische fri fri fri frisches Kraut hier. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich kann das hier gar nich mal ansatzweise so benutzen. Erdbeeren, wilde Erdbeeren, alte Erdbeeren, äh neue Erdbeeren und alte Erdbeeren. Na die Haselnüsse, ich bin zu faul um wa mit Nüsse zu knacken, also deswegen sammel ich die auch nich auf. Und (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention). Ähm Äpfel (inaudible)Früchte eben. Und vorne hab ich Kartoffeln, Mangold mh ein Fenchel (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Es war mal 'n Pflänzchen. Hab ich 'n nochma in die Hand gedrückt bekommen.
- 94 **Interviewer:** [0:25:38.9] Ah ja, aber is doch was geworden, dann (interrupted by participant) oder?
- 95 **Participant:** [0:25:40.8] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) sie w w wird was. Äh und das is das einzige, was ich angepflanzt hab ganz vorne. Achso übrigens das is mein Garten (interrupted by interviewer sign of attention). Von hier bis da is der nächste schon. Das hier is (name) Garten. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is verrückt. Sind 5 Meter, 6 Meter breit und 50 Meter lang. Der Schnitt kommt deswegen, weil die, der ah irgendwie die äh der Anschluss zum Wasser oder sowas irgendwie so gelegen is, dass jeder irgendwie 'n Ansch (interrupted by interviewer sign of attention) Wasseranschluss dran hat. (interrupted by interviewer sign of attention) Hab das aber auch nich so richtig verstanden, weil's immer, macht nich so viel Sinn.

- 96 **Interviewer:** [0:26:17.2] Solang ihr euch versteht.
- 97 **Participant:** [0:26:19.2] Joa ja ja ja. Also wir sind komplett verschieden, super verschieden, aber (laughter). War am Anfang auch problematischer, aber jetzt ist gut, kommen wir gut miteinander klar. (interrupted by interviewer sign of attention) Also sie hat halt ne, siehst'e ja (interrupted by interviewer sign of attention) so und ich hab das. Leg nicht so viel Wert auf Rasen mähen zum Beispiel. Ich hab dies Jahr nicht einmal Rasen gemäht. Öh wenn ich ne Fläche brauch, dann sens' ich das 'n bisschen ab und dann hab ich ne flache Fläche und dann leg ich ne Platte drauf und dann zw paar Tage später ist es, der Rasen weg. (interrupted by interviewer sign of attention) Von der Platte.
- 98 **Interviewer:** [0:26:55.9] Hast du äh hier noch irgendwas, was du verwenden würdest, wenn du dich unwohl fühlst?
- 99 **Participant:** [0:26:59.8] Ja hier ist auch nochmal mehr Zitronenmelisse hier und da. (interrupted by interviewer sign of attention) Brennnessel ja eben. Öhm, die Früchte der ganzen Pflanz also äh Obst kann man jetzt ja vielleicht zusammengefasst haben. Ähm als ich nehme auch die ähm Blüten überall mit mal eine oder sowas und steck mir die in' Strauss irgendwie rein (interrupted by interviewer sign of attention). Jetzt hab ich meine besondere Formel gelassen. Ich könnt ihr Blumen schnell holen. Ähm ja. Also alles was geht und Holz vor allem natürlich. (inaudible) 'n Haufen Holz. (interrupted by interviewer sign of attention) Also geiles Holz, Wurzelholz Pflanz von Pflaumen und Kirsche und Flieder und so äh äh geile Sachen. Apfel, Obstbaum. Da ist die Dämmung immernoch. (interrupted by interviewer sign of attention). Die ist da immer noch nicht dran, aber 's mach ich diesen Winter tatsächlich.
- 100 **Interviewer:** [0:27:54.0] Ach ja angenehmer und spart (interrupted by participant) Holzkosten.
- 101 **Participant:** [0:27:56.1] Also alles, ich benutze alles (interrupted by interviewer sign of attention), also alles mögliche. Majoran eben, der ist hier äh Oregano, ich weiß es nicht genau was es ist, aber es, ich glaube, äh. Weißt du was es ist? (interrupted by interviewer sign of attention) Hast du die n Pflanz Planet App? (interrupted by interviewer sign of attention) Die muss ich mir noch runterladen.
- 102 **Interviewer:** [0:28:10.9] Ist Oregano.
- 103 **Participant:** [0:28:11.7] Fein. Ja sicher? (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. War ich mir auch fast sicher, aber (interrupted by interviewer sign of attention) vielleicht ist es auch unterschiedliche. Also hier ist auch 'n bisschen Minze zwischendurch. Das ist eine Art Minze eben, halt diese, die ganze normale, diesen pelzige und dann hab ich auch noch ne glatte vorne, dunkel (interrupted by interviewer sign of attention). Die hab ich mir tatsächlich auch besorgt, also nicht. Ich bin hier durchgegangen hier unten, ich brauch Minze, sondern die hab ich bei nem Freund gesehen und der hat da viel von gehabt und dann hab ich ah na hier siehst du's besser. Dann hab ich mir dann eine ausgebuddelt und
- 104 **Interviewer:** [0:29:01.8] Ist ne Wasserminze oder?
- 105 **Participant:** [0:29:02.9] Jetzt ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Die wächst bei ihm im Garten einfach so, ich hab's da (interrupted by interviewer sign of attention). Wie gesagt, ich find das ganz witzig irgendwie hier so'n und die ist nochmal ganz anders (interrupted by interviewer sign of attention) na voll. Frag mich wie viele Sorten es gibt. Also die kommt halt geil in Getränken. Die andere fand ich irgendwie gar nicht so spektakulär.
- 106 **Interviewer:** [0:29:23.5] Verwendest du die irgendwie medizinisch?
- 107 **Participant:** [0:29:25.2] Minze? (interrupted by interviewer sign of attention) Ne. (interrupted by interviewer sign of attention). Also doch, aber nicht meine. Also ich hab so'n ähm, wie heißt das Zeug? Ähm diese kleinen Dö Döschen mit dem Stern aus Vietnam? Ähm.

- 108 **Interviewer:** [0:29:40.9] Tigerbalm?
- 109 **Participant:** [0:29:41.7] Genau. (interrupted by interviewer sign of attention). Das is ja hauptsächlich Minze, ne. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 110 **Interviewer:** [0:29:45.1] Was machst du damit?
- 111 **Participant:** [0:29:45.8] Durch ähm durchatmen.
- 112 **Interviewer:** [0:29:49.6] Hast du was spezielles, was du verwendest bei bei bei bei Magenunwohlsein, bei Verdauungsproblemen?
- 113 **Participant:** [0:29:55.0] Mh, warme Getränke statt zu kalte, also an, als warm (interrupted by interviewer sign of attention), aber jetzt keine besonderen Wirkstoff oder so. Ne, je nach dem, ne. Ne eigentlich ne ne, ne. Wenn ich Sodbrennen hab oder wenn's zu sauer is, dann nehm ich eben keine sauren Sachen zu mir und dann (laughter), aber auch nich extra basische, aber einfach verzicht' ich halt 'n einfach nur auf Sachen das was es ähm nich machen. Aber ne, hab ich nich. Hast du da ne Idee? Weil ich hab tatsächlich grade die letzten drei Trage zu tun mit meinem Magen, also mehr mit meinem Darm, aber. Hast du da irgendwas sinnvolles, was du am besten hier sogar schon gesehen hast?
- 114 **Interviewer:** [0:30:37.8] Ja. Würde, kannst du mich später nochma daran erinnern.
- 115 **Participant:** [0:30:40.7] Ja
- 116 **Interviewer:** [0:30:41.1] Okay, weil dann, (interrupted by participant) weil sonst, wenn ich dir das jetzt sage, dann vielleicht verändert das deine Antworten (interrupted by participant).
- 117 **Participant:** [0:30:45.6] Meine eigen, achso ja verstehe ja ja okay.
- 118 **Interviewer:** [0:30:47.0] Aber später wenn du mich dran erinnerst.
- 119 **Participant:** [0:30:47.9] Cool, dass du das bedenkst grade. Okay. Ja aber cool, ja ja. (interrupted by interviewer sign of attention) okay. Okay. Wenn ich ich denk ich denk noch
- 120 **Interviewer:** [0:30:54.0] Doch doch, also ich ich versuch auch dran zu denken (interrupted by participant), dann, es sei denn du möchtest es jetzt sofort zu dir nehmen, dann.
- 121 **Participant:** [0:31:00.2] N ne, ne ne, so wichtig is es nich (interrupted by interviewer sign of attention). So eilig is es nich.
- 122 **Interviewer:** [0:31:04.6] Wie stehst du zum Thema (interrupted by participant)
- 123 **Participant:** [0:31:05.1] Efeu sogar is tatsächlich auch (interrupted by interviewer sign of attention), ich hab grade 'n 'ne 'ne Teemischung mit der Königskerze rausgefunden, rausgesucht und da machen die äh äh Efeublätter rein (interrupted by interviewer sign of attention). Tee, also des war in Gramm in, wieviel Wasser, irgend 'ne Angabe, also nich jetzt sehr viel, aber eben auch Efeublätter. Der is meiner meines Wissens eben giftig (interrupted by interviewer sign of attention). Ne und der kommt da trotzdem dran. (interrupted by interviewer sign of attention) Teufels Teufelswurzel, ne Teufelskralle (interrupted by interviewer sign of attention) wächst aber nur in Afrika, muss man bestellen. Kommt da auch mit rein und Königskerze eben. Mh und Tee gegen Reizhusten. Und ich eigentlich bin ich da auch nicht sehr gewissenhaft bei der äh Suche, wenn ich sowas äh äh, sondern ich hatte das gegoogelt und fand das interessant und hab das dann auch gar nich mehr weiter erforscht, sondern. Ja danke, cool. Ähm, ach lass den Topf, ja, wobei, ja is gut. Ähm un hab den jetzt einfach erstmal gemacht, ne. Das mit Königskerze. Ich hab diese andere restliche Sachen bestellt. Den Efeu hab ich ja auch, ne. Den hab ich aber noch nicht probiert. Kann ich ni, also so noch nichts zur

Wirkung sagen. (interrupted by interviewer sign of attention) Birke is auch übelst äh vielseitig verwendbar. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich würde jetzt Birkensaft machen, also ne, Birken, also Xylit kennst du sicherlich.

124 **Interviewer:** [0:32:30.1] 'S is (interrupted by participant) Zuckerersatz, oder?

125 **Participant:** [0:32:30.6] Vielleicht nich nicht, genau. (interrupted by interviewer sign of attention) Und das is aus Birkensaft (interrupted by interviewer sign of attention) und das werd ich, würd ich jetzt ma probieren, ob das, ob ich das hinkrieg' (inaudible) schöne alte Birke, die hier nichma stehen darf. 'S is wohl'n Waldbaum. Darf (interrupted by interviewer sign of attention) ma hier gar nich im Garten haben.

126 **Interviewer:** [0:32:44.6] Ich wollt schon grad sagen. Ja eigentlich, obwohl die scheint schon hier seit 30 40 Jahren zu stehen, also.

127 **Participant:** [0:32:48.7] Hammer, ja. Al we b mei unsere Vereinsvorsitzende hier, die hat den letztens gesehen, meinte, und der darf hier gar nich stehen. Also darf ich ihn abnehmen oder wie? Ja. Und dann hab ich kurz auch mit dem Gedanken gespielt, aber 'n die is mir zu wich, zu schön (interrupted by interviewer sign of attention). Also ich hätt' das Holz natürlich auch super gern, das is herrliches Brennholz, also weil's so schön hell brennt, nich hier nich sehr lange, aber hell und äh ne, aber die mach 's is einfach schön. Das die kleinen Blätter und (interrupted by interviewer sign of attention) deswegen muss ich die stehen lassen. Ich musste nur den einen Ast da kappen, weil m mein Schornstein da rangekommen is (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Und dann brenn, also 's brenn zum brennen und ja wa weil sind noch andere Sachen drin. (inaudible) Birke is sehr vielseitig verwendbar. Ja. Ähm Esch äh Eibe bin ich nur am Holz interessiert eigentlich, denn das is ja auch.

128 **Interviewer:** [0:33:50.7] Giftig.

129 **Participant:** [0:33:51.6] Genau. Außer das innere der Beeren. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich glaub die Hülle is auch wieder giftig, der Kern auch, aber der das Fleisch der Beeren is glaub ich wohl, hab ich gehört nich giftig.

130 **Interviewer:** [0:34:03.1] Ja aber bis du das da fertig gegessen hast, dann bist'e verhungert.

131 **Participant:** [0:34:06.4] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Also da würd ich lieber mal das Gift ausprobieren vorher, also in geringen Dosen.

132 **Interviewer:** [0:34:12.9] Ah du hast da'n Fisch drin.

133 **Participant:** [0:34:14.2] Mehrere, viele sind's. (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) Ey ich muss Pflanzen rausholen, also ich hab grade erst auch angefangen den Bereich hier ähm überhaupt erst wieder begehbar zu machen. Das hat ich erst alles äh für'n, hatt ich noch gar nich, hab ich vernachlässigt.

134 **Interviewer:** [0:34:28.9] Na wird doch langsam.

135 **Participant:** [0:34:30.9] Ja soll jetzt, genau, immer schneller werden. Die Wildnis soll hier so'ne kleine Oase des Biotops is es eben (interrupted by interviewer sign of attention) für mich. Auch wild w wild wie möglich wollt ich's eigentlich la lassen und jetzt. Nur begehbar und da hinten hab ich'n bisschen was weggenommen mh da kommt 'n ähm Meditationsecke da hin (interrupted by interviewer sign of attention).

136 **Interviewer:** [0:34:59.2] Wie stehst du zum Thema Selbstversorgung?

137 **Participant:** [0:35:02.9] Hm äh good to know, but not necessary (interrupted by interviewer sign of

attention). Im Moment finde ich, also genau, das, ja, aber um so wei, um so besser man da sich da auskennt und so ne. Ich äh g find, die das Thema sehr interessant und ich ähm war Pfadfinder, ich würde ganz, relativ gut zurechtkommen vermute ich irgendwo (interrupted by interviewer sign of attention), also auch mit den Dingen, die ich äh finde, also nich mit den Dingen, die ich anbauen kann, weil ich's kann ich nich, aber s ich weiß wo w einige Sachen vielleicht, die man eben f benutzen kann für irgendwas. Und ähm Permakultur würd ich mich nochma mit beschäftigen. Das is auch noch'n Thema, was ansteht, aber is grade halt eben nich so wichtig für nich so notwendig (interrupted by interviewer sign of attention). Ich brauch nich viel sonst und find alles w auf der Straße, also 's is grad nich notwendig, aber eh mh ja. Aber wich sch sch eigentlich find ich find's fast wichtig, dass man das sich da auske, ne wichtig, aber nich äh um weil ich glaube, das es auch bald ma so sein wird, dass wir äh darauf angewiesen sind uns Selbstversorgen zu können müssen, sondern das hat was irgendwie mit dem eigenen, mit ner mit der mh ja mit der Selbstständigkeit zu tun, so mit dem, dazu bin ich in der Lage. Wozu bin ich fähig (interrupted by interviewer sign of attention) und bin ich fähig dazu mit den Dingen, die ähm, die ich machen kann, selbst machen kann, kostenlos ohne äh irgend 'n gesellschaftliches System im Hintergrund zu haben. Bin ich in der Lage dazu tr trotzdem klarzukommen, glücklich und f oder äh w w zufrieden zu sein irgendwie und und ge (inaudible) über die Runden zu kommen, satt zu werden und so weiter. Ja. Also find ich deswegen (interrupted by interviewer sign of attention) schon sehr we wichtig, grundlegend wichtig schon ja. Und schön. Aber das is für uns erstma hier, ja, wir in Deutschland, dass is ja, glaub ich das einfachste Land, in dem man überhaupt leben kann. Also so um vor sich hinzuleben. Man hat ja alles mögliche. Ja die ja selbst die Temperaturen sind genau in den angenehmen Bereichen. Wir ham hier keine giftigen Tiere. Das is hammermäßig. Also 's is Luxus im Prinzip, ne, hier geboren zu sein. Und wenn man 'n Problem mit der Politik hat puh. Wenn man w die, seine Probleme im eigenen Wirkungs und Schaffenskreis vorher schon auch ge gelöst hat und so, dann find das interessant, wenn man denn auch weitergeht, aber ich finde das is zuerst wichtig, also dass man in seinem Radius klar kommt. (interrupted by interviewer sign of attention) Dann dieses wettern auf die Politik, naja. Kann man ja machen. Aber darum geht's ja auch gar nicht. (inaudible)

138 **Interviewer:** [0:37:58.3] Du hast mir ja eben jetzt schon 'ne, einiges über Pflanzen erzählt, die du nutzt, vor allem auch die äh die Heilpflanzen. Weißt du, woher du das weißt?

139 **Participant:** [0:38:09.0] Hm hm Neugier (interrupted by interviewer sign of attention). Meine Neugier und dann natürlich Mitmenschen. Vor allem. Ja.

140 **Interviewer:** [0:38:20.9] Kannst du dich an 'n Zeitraum erinnern, wo du das gelernt hast?

141 **Participant:** [0:38:23.6] Hm also mir war, ham immer schon im Garten mitgeholfen. Ich hab 'n Bruder, deswegen wir, also ne, 's hat nich wirklich, 's hat fließend angefangen. Ja gut, aber ich denk erst nach der, also so nach der Schule in der Lehre, wo ich mich dann mit Holz theoretisch auch viel beschäftigen musste, hab ich mich glaub ich auch mehr mit und dann f pi fing ich auch an irgendwie äh bisschen ah nach Norwegen zu fahren und das so zu reisen und so (interrupted by interviewer sign of attention) und dann automatisch guckt ma 'n bisschen genauer hin. In der Schulzeit war glaub ich Hanf das wichtigste Kraut. Und das war's auch schon mehr oder weniger.

142 **Interviewer:** [0:39:04.5] Dann (interrupted by participant), du sagst, dass du damit aufgewachsen bist mit äh mit deinem Bruder immer geholfen hast. Bist du mit Garten aufgewachsen?

143 **Participant:** [0:39:10.9] Mit Garten ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Also väterlicher und mütterlicherseits die Großeltern. Wir hatten keinen eigenen (interrupted by interviewer sign of attention), aber ähm und jeweils meine Großeltern hatten Garten und beide meiner Eltern ham aber auch 'n wahnsinnig grünen Daumen, also mein Vater züchtet Thujas. Äh äh und so weiter ähm, deswegen, und Oleander und a alle möglichen. Der hat'n recht prächtigen, mittlerweile hat er'n prächtigen Garten. Aber nich damals als Kinder, zu Kinderzeit. (interrupted by interviewer sign of attention) Da war das Haus noch erstma im Ausbau. Und dann hat er erst angefangen ein Garten zu anzusetzen und zu dingsen und äh glaube irgendwelche exotischen Pflanzen und interessante Pflanzen. Der legt auch nich besonders viel Wert auf irgendwelche Heilwirkung oder so, sondern eher

so findet's schön, dass was ne Pflanze eben is und darstellt vielleicht, oder auch, dass sie schön is. Und er w mag auch dieses eigene, dass er 's kann, dass die so'n bisschen, dass er weiß, was sie brauchen und so, dass is, ne. Mhm, aber ja, ich bin Natur und Garten aufgewachsen und über die Pfadfinder dann, als zw mit 12 öhm hat es dann auch nich aufgehört sozusagen dann ging das so weiter. Natur interest Interesse.

144 **Interviewer:** [0:40:29.9] Kommen deine Eltern und Großeltern auch aus Rostock?

145 **Participant:** [0:40:34.4] Ja. Äh ne, Großeltern nich. Neustrelitz und, also ursprünglich p sch Schlesien, aber äh Neustrelitz und Warschau, oder Usedom vor weil bei Wolgast (interrupted by interviewer sign of attention) sind ja im Prinzip 4 Herkünfte, aber alle Mecklenburg Vorpommern. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja Nord (inaudible) Ostsee, könnte man. Ne ja, nich ganz Peenestrom is da noch. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

146 **Interviewer:** [0:41:06.3] Kannst du dich daran erinnern, ob du mal Kontakt in der Schule zu Heilpflanzen.

147 **Participant:** [0:41:11.0] (inaudible) zu lange. Die sind vorne alle aus'm Schrank. (interrupted by interviewer sign of attention). Ich nehm jetzt auch ma eine. Ähm, bitte? Entschuldige.

148 **Interviewer:** [0:41:17.3] Na is okay. Ka äh kannst du dich daran erinnern, ob du in der Schule mal Kontakt zu Heilpflanzen hattest, oder was beigebracht bekommen hast?

149 [0:41:23.6] **Participant:** Cannabis. Muss ich dir immer wieder sagen, weil es tatsächlich glaub ich das einzige war, was ich irgendwie, nö, nö da lernst du nich wirklich, oder? Hast du irgendwas gelernt?

150 **Interviewer:** [0:41:33.4] Ne, ich tatsächlich nich, deswegen.

151 **Participant:** [0:41:35.5] Bei öhm du hast gesagt, du studierst in Venedig, kommst aber auch Rostock?

152 **Interviewer:** [0:41:38.9] Na.

153 [0:41:39.3] (unrelated to topic)

154 **Interviewer:** [0:43:38.1] Hattest mal professionellen Kontakt zu zu Heilpflanzen, dass du damit ma gearbeitet hast?

155 **Participant:** [0:43:43.1] Mh im Sinne von ich hab mich behandeln lassen zum Beispiel von einem ausgebildeten Arzt, der aber mit äh sowas wird das ein professioneller Kontakt?

156 **Interviewer:** [0:43:57.6] Also ich mein eher, dass du dich damit mal professionell beschäftigt hast.

157 **Participant:** [0:44:00.0] Mm.

158 **Interviewer:** [0:44:00.4] Aber du hast dich an, also du hast dich dann mal von einem Menschen behandeln lassen, professionell?

159 **Participant:** [0:44:05.3] Äh also ich hab Depressionen gehabt und da hab ich auch Homöopathische Sachen erst ausprobiert und so (interrupted by interviewer sign of attention), also bei äh hier Johanniskraut und ähm Johanniskraut und ähm. Was war denn das Zweite noch. Wie ich die, aber ja. (interrupted by interviewer sign of attention)

160 **Interviewer:** [0:44:21.2] Passionsblume wahrscheinlich.

161 **Participant:** [0:44:22.2] Was?

- 162 **Interviewer:** [0:44:22.7] **Passionsblume** oder?
- 163 **Participant:** [0:44:23.8] Auch, ja, ne, aber noch'n and noch was anderes (interrupted by interviewer sign of attention). Ne ich glaub, das war Johanniskraut, was ich jetzt mhm. Alter Schwede.
- 164 **Interviewer:** [0:44:34.5] (inaudible) Danke. Ja, die muss gegessen werden.
- 165 **Participant:** [0:44:43.9] Die hat wahrschein, ja die, alle im Prinzip, ne. Ich find, bin auch nich so'n Mensch, der äh das dann schlimm oder der der dir hinterhertrauert, wenn des jetzt schlecht geworden is bei mir, wenn ich hätte schon vorher gegessen, dann hätt' ich's genutzt. Das sind Sachen, die verdienen keine, wie heißt das, ähm, also wenn man sie wertschätzen kann, dann is cool und die verdie brau ma muss die aber nich betrauern. Das is Energieverschwendung find ich. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)
- 166 **Interviewer:** [0:45:13.3] Ja ich mein, die sin ja sowieso schon weggeschmissen und alles was jetzt noch aufgebraucht wird is eigentlich verwehrt, ne?
- 167 **Participant:** [0:45:17.2] Auch wenn ma sie, ja. Ja, ja, ja, ja, ja, ja, genau. Dass sowieso.
- 168 **Interviewer:** [0:45:25.8] Muss kurz in mein schlaues Büchlein schauen.
- 169 **Participant:** [0:45:32.6] **Weidenrinde** kommt in den Tee. Aha.
- 170 **Interviewer:** [0:45:35.2] Weidenrinde kommt in den Tee, okay. Gegen? (interrupted by participant)
- 171 **Participant:** [0:45:38.5] Steht auch hier.
- 172 **Interviewer:** [0:45:38.9] Oder für was?
- 173 **Participant:** [0:45:39.8] Weidenrinde is auch wo, hab ich no nich weiter recherchiert, aber es gehört in den Tee, also wird es ve vermutlich auch irgendwie eine atemwegsfördern, also ähm wohltuende oder irgendwie äh 'ne Wirkung haben, die gut für die Atemwege anscheint is. (interrupted by interviewer sign of attention) Bronchien, keine Ahnung. Vermute ich. Und aber des gab verschiedene Tees und komm, weiß gar nich, was is'n noch gut öh ech. Ich glaub das hat aber noch niemand, okay, ich aber noch nich rausgefunden, oder recherchiert, weiter. So
- 174 **Interviewer:** [0:46:19.8] Darf ich dich nach deinem höchsten Abschluss fragen. Du meinstest du hattest, du hast 'ne ab au abgeschlossene Lehre als.
- 175 **Participant:** [0:46:25.1] Öh erweitert Realschulabschluss, also 11te (interrupted by interviewer sign of attention) Klasse abgeschlossen. 12te (interrupted by interviewer sign of attention) auch angefangen, aber. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 176 **Interviewer:** [0:46:30.9] Aber du meinstest, du hast ne abgeschlossene Lehre, oder?
- 177 **Participant:** [0:46:32.7] Mhm (interrupted by interviewer sign of attention). Is das 'n höherer Abschluss?
- 178 **Interviewer:** [0:46:35.3] Ja, ich glaub schon. (interrupted by participant)
- 179 **Participant:** [0:46:35.9] Achso, was is äh Bildungsab, also ich denk immer an Schule, oder Schule oder Bildung vom ersten Bildungsweg sozusagen.
- 180 **Interviewer:** [0:46:42.3] Okay, aber du hast erweiterter Realschule, aber dann hast du äh ne abgeschlossene Ausbildung als.

- 181 **Participant:** [0:46:45.6] Genau. (interrupted by interviewer sign of attention) Tischler mhm.
- 182 **Interviewer:** [0:46:48.0] Okay. Mh mh trinkst du viel Tee?
- 183 **Participant:** [0:46:51.4] Hast du schon gefragt, ja.
- 184 **Interviewer:** [0:46:52.6] Ah.
- 185 **Participant:** [0:46:53.2] Ja ja, ja ja
- 186 **Interviewer:** [0:46:53.8] Tschuldige.
- 187 **Participant:** [0:46:54.1] Ja ja, ne alles gut. (interrupted by interviewer sign of attention) Falls da jetzt noch weitere Fragen kommen sollten die du schon gefragt (interrupted by interviewer sign of attention) hast (interrupted by interviewer sign of attention). (inaudible)
- 188 **Interviewer:** [0:46:59.8] Ah ich, das war glaub ich die letzte ähm. Ich würd das laufen lasse, falls du noch was zu erzählen hast (interrupted by participant), oder auch zu Kräutern noch öh. Wenn nich würd ich den Datenschutzhinweis äh rausholen.
- 189 **Participant:** [0:47:11.7] Mhm.
- 190 [0:47:12.4] **(unrelated to topic)**

### 7.3.3.7 Interview RY 7

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Okay, dann fang ich die Aufnahme an. Also ich hab ihnen ja schon gesagt, dass ich meine meine Masterarbeit zu Heilpflanzennutzung und Wissensweitergabe schreibe und Sie haben positiv darauf reagiert, als ich gesagt hab äh aus Rostock und nach 80 geboren.
- 2 **Participant:** [0:00:12.6] Ja.
- 3 **Interviewer:** [0:00:13.4] Dürft ich fragen wann genau Sie geboren sind?
- 4 **Participant:** [0:00:15.1] (day and or month of birth) 81.
- 5 **Interviewer:** [0:00:16.6] 81 okay und äh dann auch in Rostock?
- 6 **Participant:** [0:00:19.6] Ja.
- 7 **Interviewer:** [0:00:20.1] Und in Rostock auch aufgewachsen.
- 8 **Participant:** [0:00:21.2] Ja.
- 9 **Interviewer:** [0:00:21.4] Perfekt okay. Ähm wie wär's, wenn Sie äh mir einfach erzählen was Sie so im Garten ham was Sie benutzen wenn Sie und wie Sie das benutzen, wenn Sie äh sich unwohl fühlen.
- 10 **Participant:** [0:00:31.9] Joa also ich hab **Fenchelpflanzen**, da, die lass ich so lange austreiben bis sie bis sie saaten (interrupted by interviewer sign of attention) und dann den Saat halt äh abschütteln und in's Beutelchen machen und dann als Tee aufgießen. Oder verschiedene äh **Pfefferminzpflanzen**, die auch dann trocknen oder gar frisch dann (interrupted by interviewer sign of attention) aufkochen, ne.
- 11 **Interviewer:** [0:00:49.9] Welchen Teil der Pfefferminze?
- 12 **Participant:** [0:00:51.2] Die ganzen Blätter (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Also eigentlich den ganzen Stiel, den man abschneidet und dann kann man's mit Stiel reinmachen, aufkochen und dann bisschen ziehen lassen und wieder rausnehmen, ne.
- 13 **Interviewer:** [0:00:58.9] Okay. Und bei oder für was würden Sie die beiden Sachen verwenden?
- 14 **Participant:** [0:01:03.2] Ähm eigentlich hm wo weiß ich nich, wenn ja Erkältung? Joa Fe Fenchel auf jeden Fall, so wenn ma so Bauchschmerzen so hat, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) So für die Kinder is das ganz gut eigentlich auch. Bisschen für'n Darm bisschen, ne und Pfefferminze joa auch so zum werden sonst auch ne.
- 15 **Interviewer:** [0:01:16.5] Okay. Ham Sie was spezielles, was Sie benutzen, wenn Sie Atemwegsprobleme haben, Husten, Heiserkeit, Erkältung?
- 16 **Participant:** [0:01:23.8] **Salbei** (interrupted by interviewer sign of attention), Salbeiblätter (interrupted by interviewer sign of attention), auch Salbeipflanze, ja auch die Blätter frisch oder trocken. Für'n Winter dann getrocknet und dann auch aufgießen. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm aufgießen auch bei Husten dann auch. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (inaudible)
- 17 **Interviewer:** [0:01:37.9] Wenn ihnen noch was einfällt, sagen Sie das einfach so zwischen zwischendrin, ne also (interrupted by interviewer sign of attention), ich würd das ah was davon noch'n paar Sachen fragen, so. (interrupted by participant) Darf ich Sie fragen, was Sie sonst noch so im Garten haben?
- 18 **Participant:** [0:01:45.6] Ja Gemüse (interrupted by interviewer sign of attention). Tomaten, Kürbis, Zwiebeln, Erdbeeren, Obst mhm (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Weiß nich hier so die Gewürztagetes is das Orangefarbene da. Hier kann man auch öh auch trocknen, kann man auch so

auch nur den Salat machen. Was, also aromatisch. (interrupted by interviewer sign of attention)

19 **Interviewer:** [0:02:04.3] Wie hießen die?

20 **Participant:** [0:02:05.3] Gewürztagetes (interrupted by interviewer sign of attention), oder Gewürzstudentenblumen. (interrupted by interviewer sign of attention) Da kann man auch die Blüten so mit in Salat machen (interrupted by interviewer sign of attention), das kann man auch machen, ja ja. (interrupted by interviewer sign of attention)

21 **Interviewer:** [0:02:15.4] Sie haben auch Zierpflanzen hab ich gesehen jetzt hier so auf'n ersten Blick. (interrupted by participant) Für was, also Heilpflanzen, Zierpflanzen oder Nutzpflanzen, für was war dann das Interesse zuerst da, wenn ich fragen darf?

22 **Participant:** [0:02:25.1] Zierpflanzen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Weil ich aus dem Beruf komm' (laughter). Ich bin ich bin Floristin. Und von daher, (interrupted by interviewer sign of attention) und von daher liegt mir da (interrupted by interviewer sign of attention) so'n bisschen. Ja. Ja.

23 **Interviewer:** [0:02:35.0] Würden Sie sagen, dass Sie dann auch mal mit Heilpflanzen professionell gearbeitet haben?

24 **Participant:** [0:02:38.6] Ne, eigentlich nich, nein (interrupted by interviewer sign of attention). Nein.

25 **Interviewer:** [0:02:40.3] Okay. Darf ich Sie dann auch direkt fragen, äh was ihr höchster Bildungsabschluss is?

26 **Participant:** [0:02:44.9] Äh äh, was is das? 10te Klasse? Hier (interrupted by interviewer sign of attention), Realschulabschluss.

27 **Interviewer:** [0:02:48.6] Is äh Florist, äh, ham Sie das gelernt?

28 **Participant:** [0:02:50.3] Ja. Mhm.

29 **Interviewer:** [0:02:51.3] Is ne Ausbildung?

30 **Participant:** [0:02:51.6] Ja.

31 **Interviewer:** [0:02:52.2] Okay, also okay.

32 **Participant:** [0:02:53.0] Mit Abschluss ja. Mhm.

33 **Interviewer:** [0:02:53.9] Ach schön. Okay. Dann würd ich das glaub ich (interrupted by participant) zählen. Wf schau ich schau ich nach, ja. (interrupted by participant) Ähm wie stehen Sie zum Thema Selbstversorgung, wenn ich Sie fragen darf?

34 **Participant:** [0:03:01.7] Ja, naja, ham wir ja selbst hier auch, aber alles so, was die Saison betrifft und dann, als nich jetzt groß zum lagern, also für die Saison is es gut, aber die Möglichkeit zum Lagern hat man nachher gar nich dazu. Einwecken, die Muße da dann auch nich, ne, also alles frisch und joa. Zum gleich verzehren. (interrupted by interviewer sign of attention). Das is dann schon wieder.

35 **Interviewer:** [0:03:20.1] Interessieren Sie sich für die Themenkomplex, oder das Thema gesundes oder gesünder leben?

36 **Participant:** [0:03:24.2] Ne, also intensiv nich, also man lebt in dem Sinne ja gesund (interrupted by interviewer sign of attention), beruflich bin ich im Gartenbaubetrieb auch mit, da is auch so Eigenproduktion, sowas mit bei und ähm ja, durch den Garten so, aber jetzt so speziell, dass ich nur so,

das nich, ne.

37 **Interviewer:** [0:03:39.3] Okay. Is Ihnen vielleicht zwischendurch noch was eingefallen, was Sie verwenden würden, wenn?

38 **Participant:** [0:03:44.9] Ach so auf Anhieb jetzt nich wirklich, ne.

39 [0:03:48.0] **Interviewer:** Überhaupt kein Problem. Ich frag einfach zwischendurch immer nochma nach (interrupted by participant), weil ab und zu. (interrupted by participant)

40 **Participant:** [0:03:51.2] Ja ja, ja, Kräuterpflanzen hat ma ja so auch. So Melisse, aber das is ja alles so so Tee, alles Teesorten, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Also da bin ich jetzt auch nich so bewandert, wo ma das noch alles in der Küche einsetzen kann (laughter). Wahrscheinlich gib's da nochmal (interrupted by interviewer sign of attention) breiteres Angebot, aber

41 **Interviewer:** [0:04:04.2] Würden Sie gezielt Melissentee trinken?

42 **Participant:** [0:04:06.1] Jo.

43 **Interviewer:** [0:04:06.7] Gegen was oder für was?

44 **Participant:** [0:04:08.7] Weil's schmeckt (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter). Weil's schmeckt. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

45 **Interviewer:** [0:04:12.7] Gut. Trinken Sie generell viel Tee?

46 **Participant:** [0:04:14.6] Ne, eigentlich nich (interrupted by interviewer sign of attention). Aber aber mein Kind. (interrupted by interviewer sign of attention) ja, mein Kind.

47 **Interviewer:** [0:04:18.2] Das mag Tee, okay. (interrupted by participant) Ähm, wie lang ham Sie den Garten schon? Wenn ich fragen darf.

48 **Participant:** [0:04:24.1] Ähm vor 15 Jahren (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm.

49 **Interviewer:** [0:04:27.6] Wie sind Sie zu dem garten gekommen, also wieso ham Sie sich dazu entschieden ein Garten zu haben?

50 [0:04:31.8] **Participant:** Ähm das weiß ich nich so genau, also wie gesagt, ich komm aus der Branche, mir lag das, ich komm vom Dorf, da hatten wir auch Hof und Haus und Garten und viel Platz und irgendwo brauch man auch was zum rausgehen, so zu Wochenende. Hat man damals waren die noch nich so drüber nachgedacht, aber is ja jetzt erst verstärkt, ne, aber so hat immer Wochenende so'n Rückzugspunkt, wo man hin kann. Mhm

51 **Interviewer:** [0:04:50.9] Mhm, okay. Sah dann der, der Hof war bei Ihren Eltern, oder?

52 **Participant:** [0:04:55.9] Mhm.

53 **Interviewer:** [0:04:56.6] Sah da die Gartenfläche anders aus als Ihre jetzt?

54 **Participant:** [0:04:59.9] Ähm ne, auch über ja, viele Bäume, aber auch überwiegend so Nutzpfla, also so Zierpflanzen so ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm.

55 **Interviewer:** [0:05:07.6] Können Sie sich dazu er äh daran erinnern in der Schule mal was zu ähm zu zu Heilpflanzen gelernt zu haben?

56 **Participant:** [0:05:14.2] Ne, wir hatten maximal Schulgarten (laughter), ne, halt ne gar nich. Mm

- 57 **Interviewer:** [0:05:18.3] Aber den den Schultgarten hatten Sie?
- 58 **Participant:** [0:05:19.5] Ja. Das hatten wir, ja (interrupted by interviewer sign of attention). Aber das is ja schon mh. Es wär aber schön, wenn das heute wieder kommen würde. Dann wüssten die Kinder ma wie was wächst.
- 59 **Interviewer:** [0:05:25.8] Gibt's das äh nich mehr?
- 60 **Participant:** [0:05:26.9] Ne.
- 61 **Interviewer:** [0:05:27.2] Bei ihren Kindern?
- 62 [0:05:27.6] **Participant:** Ne, leider nicht. Seit Jahren schon nich. (interrupted by interviewer sign of attention). Ja is schade. Weil's gibt so viel Brachgärten, wo man sagen könnte, man könnte ma'n bisschen was bewirtschaften, wo die Kinder dann mit ihrer Kindergartengruppe schonma hingehen oder so, oder (interrupted by interviewer sign of attention) Grundschule, so. Aber keiner weiß denn, wie'n Radieschen wächst, oder wie ne Gurke wächst, dass die sich da irgendwo lang schlängelt oder irgendwas. Das immer schade immer eigentlich, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Joa naja.
- 63 **Interviewer:** [0:05:46.4] Wenn sie sich zu Pflanzen oder speziell zu Heilpflanzen informieren, oder informieren würden (interrupted by participant), über welches medium, oder wie würden Sie das machen?
- 64 **Participant:** [0:05:53.8] (inaudible)
- 65 **Interviewer:** [0:05:54.3] Ja? (interrupted by participant) Okay.
- 66 **Participant:** [0:05:56.1] Is ja am einfachsten. (laughter)
- 67 **Interviewer:** [0:05:58.0] Na versteh ich. Ham sie 'n Buch, dass das thematisiert, wo sie ab und zu reinschauen?
- 68 **Participant:** [0:06:02.2] Mh ne, eigentlich nich. Mm.
- 69 **Interviewer:** [0:06:04.0] Okay. Tauschen sie sich da mit anderen drüber aus, also mit anderen Kleingärtnern zum Beispiel?
- 70 **Participant:** [0:06:08.3] Ne. Viele sind da nich so hinterher, die ham halt den Garten so und ja, weiß ich nich. Sind da auch nich den ganzen Tag und interessiert das auch nich so. Die ham dann zwar 'n Garten, dass se raus können, aber jetzt nich so das sich da belesen oder so.
- 71 **Interviewer:** [0:06:24.8] Stammen Ihre Eltern und Großeltern auch aus der Region?
- 72 **Participant:** [0:06:28.4] Ja. Aus Rostock. Mhm
- 73 **Interviewer:** [0:06:30.1] Hatten sie mit ihren Großeltern auch Kontakt?
- 74 **Participant:** [0:06:32.1] Ne. Meine nich.
- 75 **Interviewer:** [0:06:33.7] Nein?
- 76 **Participant:** [0:06:33.9] Ne.
- 77 **Interviewer:** [0:06:34.4] Oh, dass tut mir leid, schade.

- 78 **Participant:** [0:06:35.3] Ach ne, alles gut. (laughter)
- 79 **Interviewer:** [0:06:37.1] Okay. Hab ich sie schon gefragt, ob sie sich als Neugierig bezeichnen würden?
- 80 **Participant:** [0:06:43.0] Ne, bin ich nich. Ne ne bin ich nich. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) ne, ne.
- 81 **Interviewer:** [0:06:46.0] Gerne draußen?
- 82 **Participant:** [0:06:47.0] Ja.
- 83 **Interviewer:** [0:06:48.8] Okay. Tee hatten wir schon. Das is eher solala (interrupted by interviewer sign of attention). Äh ham sie spezielle Ernährungsgewohnheiten? Äh gewollt oder ungewollt? Also Allergien, Unverträglichkeiten?
- 84 **Participant:** [0:06:58.2] Ne, gar nich.
- 85 **Interviewer:** [0:06:59.3] Sachen, die sie selbst (interrupted by participant) drauf achten?
- 86 **Participant:** [0:07:01.8] Nö. (laughter)
- 87 **Interviewer:** [0:07:03.8] Okay. Ne ne.
- 88 **Participant:** [0:07:05.3] Sehr gut. Okay. Ja, aber ich hätte meine Fragen glaub soweit abgehackt. (interrupted by participant) Ähm is ihnen noch was eingefallen? Äh zu
- 89 **Interviewer:** [0:07:15.9] Ne. Ich hab nochma rumgeschaut hier so, aber so is ja eigentlich nich heilpflanzentechnisch. Ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Wüsst ich jetzt nich. (laughter)
- 90 **Participant:** [0:07:24.6] Gut. Ich würd die Aufnahme noch kurz weiterlaufen lassen (interrupted by participant) wegen dem Datenschutzblatt (interrupted by participant).
- 91 [0:07:29.1] **(unrelated to topic)**
- 92 **Participant:** [0:07:36.6] Ne, ma müsste da immer nochma so rumgucken, weil ma hat ja da immer so seine Pflänzchen hier. Das sind jetzt keine Heilpflanzen, oder so in dem Sinn. Zumindest wüsst ich dass dann nich. (interrupted by interviewer sign of attention). Ne, is doch, man kann vieles verwenden. Es gibt ja auch keine Unkräuter, ne. Aber ob man das dann immer alles so macht.
- 93 **Interviewer:** [0:07:57.4] Planen sie das in Zukunft zu verstärken?
- 94 **Participant:** [0:08:00.9] Ne, eigentlich nich. (interrupted by interviewer sign of attention). Ich guck das dann was mir dann gefällt und wenn ich sag, das möcht' ich ausprobieren probier ich das aus.
- 95 **Interviewer:** [0:08:07.0] Okay.
- 96 [0:08:07.6] **(unrelated to topic)**

### **7.3.4 Interviews Rostock older age group**

#### **7.3.4.1 Interview RO 1**

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Aber ab jetzt nehm ich auf und dann schau ich hier mal, ob die Zeit läuft (interrupted by participant) und das tut's sie, ja. Genau, also du weißt, dass ich meine Masterarbeit zu Heilpflanzenwissen und Wissensweitergabe schreibe und du hast dich bei mir gemeldet gehabt und meinstest, du könntest mir da was erzählen und wir stehen jetzt in deinem Garten und ich seh schon, hier schwirrt es, auch wenn du meinstest, dass das nicht so ist wie in vergangenen Jahren. Wir können ja mal damit anfangen wenn du mir erzählen magst was du so im Garten hast, was du benutzen würdest, oder wie du was benutzen würdest, wenn du krank bist, oder von welchen Sachen du weißt, dass sie eine heilende Wirkung haben, eine medizinisch verarbeitbare Wirkung.
- 2 **Participant:** [0:00:49.1] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention), also hier steht zum Beispiel jede Menge **Großer Odermennig** (interrupted by interviewer sign of attention), Agrimonia procera, und äh der steht hier in Massen, den hab ich jetzt abgeschnitten, weil der über hier die Quitten bis über'n Weg hing. (interrupted by interviewer sign of attention) Und äh der samt sich hier gut aus und der ist ja wundertätig. Äh wenn man ihn als Salbe verarbeitet.
- 3 **Interviewer:** [0:01:16.0] Welche Teile der Pflanze?
- 4 **Participant:** [0:01:17.4] Blätter (interrupted by interviewer sign of attention). Blätter. Einzelne Blätter kann man ja im Frühjahr auch essen, aber wundertätige Salbe. Die wir auch gekocht.
- 5 **Interviewer:** [0:01:28.7] Gegen oder für was würdest du die so verwenden?
- 6 **Participant:** [0:01:30.4] Entzündung aller Art (interrupted by interviewer sign of attention). Haut äh Entzündung, ne. Äh wird auch. So, dann ham wa hier ne Erzengelewurze, öh die ist ja förderlich für den Stärkung des Immunsystems (interrupted by interviewer sign of attention). Erzengelewurze. Das ist noch ne, also es gibt da jetzt zwei verschiedene Unterarten, also Angelica archangelica, Subspezies archangelica ist die hier und da gibt's da noch 'n litoralis (interrupted by interviewer sign of attention). Das ist äh die Küstenengelwurze, die wird so hoch. Die ist zweijährig und äh die ist, steht, die blüht dann im nächsten Jahr und stirbt dann.
- 7 **Interviewer:** [0:02:24.9] Welchen Teil würdest du verwenden und
- 8 **Participant:** [0:02:26.4] Blätter (interrupted by interviewer sign of attention), ja, im Frühjahr, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Äh hast schon mal gekostet?
- 9 **Interviewer:** [0:02:31.3] Nein.
- 10 **Participant:** [0:02:31.8] Ja die äh sind so, dass man daraus kaum noch was schmackhaftes produzieren kann. Die sind so bitter (interrupted by interviewer sign of attention), das ist dann schon 'n Herausforderung die zu essen. Hab ich aber Island, als nichts anderes zu essen war an Grünzeug dann auch (laughter) mit behagen gegessen (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, das ist ja bei den bei den Sámi, die essen Blüte von von diesem Jahr, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Der Rest der Blüte. Also bei den Sámi in Lappland, die benutzen die so wie wir Brennessel zu Frühjahrskur. Und wo wir zu Brennessel kommen sind, die wird im größeren Stil verwendet im Frühjahr. Brennesselsuppe, Pesto, ne. Und dann auch verjaucht natürlich.
- 11 **Interviewer:** [0:03:22.2] Welchen Teil der Pflanze benutzt du?
- 12 **Participant:** [0:03:23.7] Die oberen Blätter (interrupted by interviewer sign of attention), mhm. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja Brennessel se se äh ist ja so ohnehin die wichtigste Pflanze des Gartens, unentbehrlich für alles. So. Muss ich jetzt ja nicht weiter eingehen. Und ähm dann ham wir hier noch was gegen Husten. Auf der Wiese steht der **Spitzwegerich** rum, (interrupted by interviewer sign of attention) da so und hier drüben ham wir einen gigantischen, der wächst da nicht ganz so hoch, das liegt da grade, Apotheker-Eibisch. (interrupted by interviewer sign of attention), Kennst'e? (interrupted by interviewer sign of attention) Gut. Ähm der ist sehr groß ha.
- 13 **Interviewer:** [0:04:13.8] Wie würdest du ihn verwenden und welche Teile der Pflanze?
- 14 **Participant:** [0:04:16.1] Blätter im Frühjahr essen, als äh Blätter essen und äh Blütenblätter zum Tee. (interrupted by interviewer sign of attention). Das Gleich gilt ja äh Blüten der **Königskerze** gegen

Husten, aber machen wir nich.

15 **Interviewer:** [0:04:27.5] Mhm, wieso das nich?

16 **Participant:** [0:04:29.2] Weil wir äh uns den Stress nich machen mit Blüten z z zu (inaudible) und (inaudible) zu pflücken und zu trocknen. (interrupted by interviewer sign of attention) Äh außerdem hab ich, wann hat ma schonma Husten? Da halt ich mir nich so. (laughter)

17 **Interviewer:** [0:04:42.8] Typisches äh Sie sind gesund, ja?

18 **Participant:** [0:04:45.7] Genau. Und

19 **Interviewer:** [0:04:47.3] Freut mich natürlich.

20 **Participant:** [0:04:48.4] Dann ham wir hier zum Beispiel, steht hier überall im Garten, Gundermann (interrupted by interviewer sign of attention). Ich f äh bin mir gar nich sicher, ob das ne Heilwirkung hat, aber ich unterscheide da nich sosehr zwischen heil und und äh Wildpflanzen, die man essen kann. All, weil ich der Meinung bin se ham ja alle irgendeine Heilwirkung (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm im Frühjahr ess ich Unmengen. Es fängt prinzipiell ab äh anfang März an, dann gibt's so'n paar wintergrüne Pflanzen, die da drüben äh der Kleine Wiesenknopf, da ne (interrupted by interviewer sign of attention). Und äh der is ja wintergrün. Den kann man ja immer essen. Und ähm denn wird das denn so im Laufe des Frühjahres immer mehr. Das sind dann so an die 20, 25 Pflanzenarten, die dann in Salat reinkommen. Sauerampfer, Gundermann. Gundermann machen wir Kräutersalz drauf (interrupted by interviewer sign of attention). Is sowas ganz leckeres (interrupted by interviewer sign of attention). So, hab best so Bestandteil 50 äh Gewichtsprocente Gundermann. (interrupted by interviewer sign of attention) Und denn richtig atomisiert, zermalen. Also nich so gr grieselich, sonder sag ma richtig atomisiert, dass sich das komplett vermischt; Total lecker. Ja. Ja da drüben unter der Quitte da is ja so'ne Unkrautfläche. Da steht komplett im Frühjahr ähm große Sternmiere. (interrupted by interviewer sign of attention) Die kann man auch essen, wenn sie noch nich blüht. Machen wa auch so'n paar Blätter. Also'n paar Pflanzen irgendwas und äh Lauch, ne, Lauch massenweise. Also wir ham hier bestimmt so an die fs 15 verschiedenen Laucharten im Garten (interrupted by interviewer sign of attention). Die werden immer gegessen. Das' hier grade Berglauch und äh hinten is Kantenlauch, also Allium angulosum oder so. Denn, also die ham ja richtig dicke Blätter die man auch essen kann. Währenddessen jetzt Allium carinatum ja nur so ganz dünne, harte Stiele hat. (interrupted by interviewer sign of attention). So, den hab ich aber trotzdem. Der, der Hübschheit wegen und für die Insekten, ne. Und ähm der steht hier hinten. Hier jetzt an der Grabenkante. Da geht der Kringelgraben einma rum, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und der ganze Bereich hier bis zum (inaudible), bis runter is voller Bärlauch. (interrupted by interviewer sign of attention) Ham wa uns angezüchtet, ham gezogen hier, ne (interrupted by interviewer sign of attention) und da wird dann richtig gegessen.

21 **Interviewer:** [0:08:04.3] Hach Bärlauchpesto schmeckt gut.

22 **Participant:** [0:08:06.6] Ja. Ham auch eben sehr viel frisch verarbeitet, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Und ähm ja ansonsten gibt es hier richtig viel. Man kann auch alles Mögliche hier essen. Man kann essen ähm Glockenblumen. Ham wa soviele im Garten, da kann man äh die die frischen Blätter schon essen, oder Primeln (interrupted by interviewer sign of attention) ham wir, ham schon überlegt, dass ich die rausreiß. (laughter)

23 **Interviewer:** [0:08:37.2] Wieso?

24 **Participant:** [0:08:38.0] Weil ma alles voller äh äh, also, steht hier massenweise, hier hier nich grade, aber hinten weiter (interrupted by interviewer sign of attention), massenweise ähm Schlüsselblumen, ne. Nehmen überhand (interrupted by interviewer sign of attention), wir können da ma hingehen. (interrupted by interviewer sign of attention). Dann wird das v äh verkocht. Da so. Meine Frau die kocht (interrupted by interviewer sign of attention). Gerne und viel. Und verwendet natürlich dann die Kräuter des Gartens, die ähm (interrupted by interviewer sign of attention). Ja aufpassen. Du bist ziemlich groß. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Fenchel ess ich viel. Sehr lecker. Aber gar nich so, also ich weide in der Regel gleich ab, ne (interrupted by

interviewer sign of attention), also ich pflück' das nich, bring das nachhause, wasch das, so, sondern ich weide das gleich von'er Pflanze ab, ne. Giersch is ä Hauptnahrungsmittel auch bis bis Mitte Mai. Hier steht alles voller Giersch. Aus 'em drüben auf'm Friedhof is er noch irgendwie größer, (interrupted by interviewer sign of attention) warum auch immer.

25 **Interviewer:** [0:09:59.4] Vielleicht wegen der Düngung. (laughter) Bisschen zynisch, tut mir leid.

26 **Participant:** [0:10:05.6] Ja. Hier das is ne nennt sich Glockenblumen, ne das is nesselblättrige Glockenblume. Kann man auch ma'n paar Blätter mit reinlegen. Also ich geh davon aus, wenn ich schön viel esse, von allem bisschen, is immer das richtige dabei. (interrupted by interviewer sign of attention) Da sind ja Mineralstoffe dran, Vitalstoffe, Spurenelemente, alles da. Auch zum Beispiel, nicht zu vergessen, ähm na, äh *Stellaria media*, des is ähm, da komm ich drauf. Ähm Vogelmiere, jetz ham wa's, Vogelmiere, ne. Sie wächst hier ganz gut im Garten. Die ess ich auch gerne und viel. Schmeckt ja auch.

27 **Interviewer:** [0:11:06.9] Hast du was spezielles, was du bei Verdauungsunwohlsein benutzt, oder benutzen würdest?

28 **Participant:** [0:11:11.8] Ja klar. Verdauungsunwohlsein hab ich grade.

29 **Interviewer:** [0:11:15.3] Na mich interessier generell auch alles, was hier so im Garten steht, ne, was man essen kann, ich find das mega interessant (interrupted by participant), ich muss nur irgendwo meine Arbeit noch so'n bisschen einbringen (interrupted by participant), Heilpflanzen.

30 **Participant:** [0:11:24.4] Also ähm Verdauungsunwohlsein, da würde ich Engelwurzsaamen in Alkohol auflösen, ne, also hier nich auflösen, sondern 'n Alkoholauszug machen, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Äh steht hier. Und wenn das nich reicht, würd' ich auch beim Paddeln an'er Warnow paar Saamen runterholen. (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Also so die noch nich abgetrockneten Saamen bisschen, noch so frisch sind. Und ähm und denn äh hab ich auch ähm größere Positionen Pilze, ne, in Alkohol. (interrupted by interviewer sign of attention) Und zwar Birkenporling, Zunderschwamm und **Schmetterlingstramete** (interrupted by interviewer sign of attention), wobei Schmetterlingstramete echt äh eher was gegen Krebs is und so, ne, aber die andern also gegen äh Auswirkungen von von Chemotherapie. Ähm da gibt's auch nich so wahnsinnig viel von, aber jetz so Zunderschwamm und Birkenporling. Alkohol, entweder Tee (interrupted by interviewer sign of attention), ne, oder ähm oder Alkoholauszug. Das heißt nich oder, hab ich beides, ne (interrupted by interviewer sign of attention).

31 **Interviewer:** [0:12:40.8] Weil du jetz meintest gegen Krebs, oder gegen Chemoauswirkung.

32 **Participant:** [0:12:44.5] Jaja, (interrupted by interviewer sign of attention), ja.

33 **Interviewer:** [0:12:45.1] Also wie würdest du das jetz speziell gegen was verwenden, wenn ich fragen darf?

34 **Participant:** [0:12:49.8] Ja, also Heilpilze (interrupted by interviewer sign of attention), die genannten die würd ich erstmal prinzipiell immer mal nehmen. Würd ich gar nich erst warten, bis ich krank bin. (interrupted by interviewer sign of attention). Weil die nämlich entzündungshemmend äh immunsystemst stimulierend sind und ham 'ne ganze Latte nachgeschr äh nachgesagter Wirkungen. (interrupted by interviewer sign of attention) Das is endlos. Und ähm ich glaub aber selber persönlich nich dran, dass die dann irgendwie wenn man krank is, dass die dann groß helfen. Weiß ich nich. Also der Schmettertram äh Tramete wird tatsächlich nachgesagt, dass sie äh bei akuter, beim ak äh bei äh grippalem Infekt sehr lindernd wirkt (interrupted by interviewer sign of attention). Würd ich nehmen zum Beispiel. Würd ich mir nix kaufen, ne? 'N Tee, 20 Minuten ziehen lassen, oder 20 Minuten kochen. So macht man das und dann am besten 10 Minuten ziehen noch. Ja. Aber da muss man ma in Wald gehen (laughter). 'S wächst hier im Garten nicht. Ja. Aber es geht ja um Garten, ne.

35 **Interviewer:** [0:14:08.4] Auch Sachen, die du im Wald sammeln würdest, wenn sie gesundheits, also hauptsächlich jetz erstmal auch wenn sie Gesundheitsbezug haben.

- 36 **Participant:** [0:14:14.7] Ja, denn hab ich dir ja schonma was gegeben. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Also ich hab mich letztes Jahr mit beschäftigt intensiv Pilze zu kennenzulernen, (interrupted by interviewer sign of attention) also ich ess, ich mein jetzt nicht äh die die äh zähnen, essbaren Sammelpilze, sondern alles was sonst so wächst, ne, und da hab ich mich, bin ich zufällig drauf gekommen, dass das ja Vitalpilze sind (interrupted by interviewer sign of attention) und jetzt da sie im kommen sind nämlich schweineteuer sind, wenn man sie kaufen würde in getrockneter Form, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und da ham wir das ausprobiert, denn auch schon ne ganze Menge eingenommen, da, is mir bekommen, also is nicht, keine negative Auswirkungen.
- 37 **Interviewer:** [0:14:54.5] Nich gestorben, lebst noch.
- 38 **Participant:** [0:14:55.8] Nein und auch keine Magenverstimmung gekriegt davon, is alles gut. Sehr bekömmlich. (interrupted by interviewer sign of attention) Auch Alkoholauszug gemacht. Ging auch gut. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ähm was ich eh im Garten stehen der Giftpflanzen und und essbare Kräuter nebeneinander, da kann man also auch nich wild rumpflücken. Muss ma auch immer genau hingucken. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 39 **Interviewer:** [0:15:20.4] Ja gut, aber wenn man's kennt, ne?
- 40 **Participant:** [0:15:21.9] Genau. Also Königskerzen und Fingerhüte würd ich nich grade wieder verwechseln. (laughter) Naja.
- 41 **Interviewer:** [0:15:36.0] Sie noch was im Garten, was du benutzen würdest, wenn du dich unwohl fühlst, oder wenn sich jemand unwohl fühlt, dass du der Person (interrupted by participant) geben würdest?
- 42 **Participant:** [0:15:41.1] Ja natürlich, **Thymian**, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Thymian wird da der den trocken wir auch und füllen das in kleine Döschen hm und dann so bei bei äh Erkältungskrankheiten (interrupted by interviewer sign of attention), ne, wo man Tee aufbrühen damit. Hier steht auch der äh Quendel. Ja. Bisschen da da oben da blüht alles. Das ja dieser äh Quendel is ja der hier heimische Thymian. Indessen ja der andere, der Gartenthymian ja irgendwie so'n südeuropäischer is. Und das ja der Apothekerthymian. Der schmeckt zwar nich so intensiv, aber dem wird ja dann diese Heilwirkung ja mehr nachgesagt.
- 43 **Interviewer:** [0:16:27.7] Wie würdest du den verwenden?
- 44 **Participant:** [0:16:29.4] Aufbrühen als Tee (interrupted by interviewer sign of attention). Mhm. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Ja ma gucken. Ja Lauch is immer wichtig, ne. Lauch is ja in jedem Falle äh heil, wundertätig, heilsam.
- 45 **Interviewer:** [0:16:59.1] Inwiefern würdest du das beschreiben?
- 46 **Participant:** [0:17:02.1] Das führt da hoch und äh müsst ich nachlesen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, weiß ich, bin ich jetzt nich, ich ess es einfach.
- 47 **Interviewer:** [0:17:20.7] Wie würdest du dich dazu informieren?
- 48 **Participant:** [0:17:22.8] Ja, dazu gibt's Interne. (interrupted by interviewer sign of attention) Da gibt's Heilkräuterseiten, da brauch ma kein Buch mehr kaufen. (interrupted by interviewer sign of attention) Heilkräuterseiten lesen. Und da is es alles aufgelistet.
- 49 **Interviewer:** [0:17:35.8] Hast du noch'n, oder hast du Bücher dazu, wo du ab und zu mal reinschaust?
- 50 **Participant:** [0:17:40.0] Ja Gartenzeitungen ohne Ende, (interrupted by interviewer sign of attention) ne. Ganzen Stapel. Über 10 Jahrgänge Gartenzeitung. Also über ökologisches Gärtnern (interrupted by interviewer sign of attention) und da wird reingeschaut, ne. Und denn gibt's natürlich auch noch die die äh Gartenbücher der der Hauptvertreter des ökologischen Gärtnerns, ja. Und es geht denn, da geht's denn mehr um Gartengest äh um die Pflege. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber jetzt nicht äh die Verwendung als h Heilkräuter. Ja ich ähm kauf keine Bücher. Das äh steht alles viel ausführlicher im Internet. Ja, Malven (interrupted by other person) (inaudible) Schafgarbe. Im

Prinzip sammel ich im Frühjahr alles querbeet. Alles querbeet, was was essbar is. Also heut fliegen. Bläulinge Noch nie gesehen dieses Jahr bei uns hier. Völlig abgezogen.

51 **Interviewer:** [0:19:07.8] Ich muss glaub ich kurz zu meiner Flasche was trinken.

52 [0:19:10.5] **(unrelated to topic)**

53 **Participant:** [0:19:23.4] Können wir da hinten einmal lang gehen. Ja da gibt es hier auch noch, das sind ja ein, Gänsefuß (interrupted by interviewer sign of attention). Der is jetzt aber entfernt worden.

54 **Interviewer:** [0:19:41.7] Wie hättest du den verwendet?

55 **Participant:** [0:19:43.1] Essen (interrupted by interviewer sign of attention) und zwar äh massenweise essen äh äh Spinat. Wenn viel wächst, so wie man Mangold auch macht, ne. Äh, da steht Guter Heinrich, schmeckt aber nich. (laughter) Aber Gänsefuß hast schonma gegessen?

56 **Interviewer:** [0:20:02.0] Ich hab guten Heinrich hab ich glaub ich in 'nem anderen Garten ma probiert so'n bisschen (interrupted by participant).

57 **Participant:** [0:20:08.0] Aber Gänsefuß schmeckt wirklich gut (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Also das is, und wenn er wächst, der wächst ja so an ruderalen Stellen manchmal in Massen und äh da kannst'e denn wenn er sch schön jung hochgekommen is, zack zack zack abpflücken und dann dann so wie Spinat zubereiten, ne. Total lecker. Also der schmeckt wirklich gut und is extrem zuträglich (interrupted by interviewer sign of attention). Also nur äh man soll nich dauerhaft zu viel essen, weil er leichte Giftwirkung hat und einige Leute unverträglich drauf reagieren können, wenn sie größere Positionen essen, aber muss man ausprobieren. Ja **Minze** hast hier gefunden. Im Frühjahr wird Unmengen getrocknet (interrupted by interviewer sign of attention) für's Jahr über. Und ähm ham wir verschiedene Sorten, ne. Das' hier die witzigste, die lassen wir dann schön wuchern, weil hier die Insekten so fein raufgehen (interrupted by interviewer sign of attention).

58 **Interviewer:** [0:21:20.5] Wie würdest du die Minze verwenden?

59 **Participant:** [0:21:22.1] Also Tee (interrupted by interviewer sign of attention). Im Frühjahr nehm ich auch so'n paar Blätter ma mit rein (interrupted by interviewer sign of attention) in Salat, aber aber sonst äh in frischer oder getrockneter Form.

60 **Interviewer:** [0:21:31.2] Gegen oder für was spezielles?

61 **Participant:** [0:21:32.7] Magen. (interrupted by interviewer sign of attention) Alles äh, denn äh Minze nehm ich aber als äh, wegen der geringen Wirkung als Standardgetränk. (interrupted by interviewer sign of attention) Also im Gegensatz zu **Salbei**, ne, den wir da drüben auch massenweise haben. Trocknen wir auch viel und ähm wirkt bei kratzen im Hals wirklich gut.

62 **Interviewer:** [0:21:59.3] Welcher Teil der Pflanze?

63 **Participant:** [0:22:00.9] Blätter (interrupted by interviewer sign of attention), hier f die jungen, frischen, ausgetriebenen oberen Blattspitzen. (interrupted by interviewer sign of attention) Die werden an einem schönen Tag vor 12 gepflückt (interrupted by interviewer sign of attention). **Ringelblume** auch im übrigen, mach ich ja, nehm ich auch.

64 **Interviewer:** [0:22:19.7] Auch die Blätter bei Husten?

65 **Participant:** [0:22:21.0] Ne die Blüten nehmen wir. (interrupted by interviewer sign of attention)

66 **Interviewer:** [0:22:25.5] Wie verarbeitest du die?

67 **Participant:** [0:22:26.4] Die werden getrocknet (interrupted by interviewer sign of attention) und sie werden auch natürlich vor 12 äh, also nich äh nich am späten Nachmittag gepflückt, weil dann die meiste Kraft drin sein soll und dem misch ich dann gerne dem Salbei bei. (interrupted by interviewer sign of attention). Joa. Gucken wa ma, was mir noch so einfällt hier. Ja **Giersch** äh wirklich im Frühjahr sehr viel. Steht hier überall (interrupted by interviewer sign of attention), aber, also zugegeben

Gerichte mit Giersch schmecken nich besonder (interrupted by interviewer sign of attention). Äh nich weil se irgendwie be äh schlecht schmecken, sondern weil sie sehr gering im Geschmack sind, (interrupted by interviewer sign of attention) sehr mild im Geschmack. Also Pesto is eigentlich schade um um die um das was man rein macht. Aber ich esse so ganz viel ungewaschen direkt von der äh vom Boden (interrupted by interviewer sign of attention), ne, und ähm mittlerweile hab ich auch aufgeschnappt, dass da auch wertvolle Bakterien drauf sitzen (interrupted by interviewer sign of attention), auf. Deshalb sollte man ge gar nich äh die Wildkräuter waschen, wenn man sie eh vor hat zu essen. Also ich weide das gleich so ab und zwar die Blätter, wo se sich grade so entfaltet haben, die noch so grün, hellgrün glänzend sind (interrupted by interviewer sign of attention). Die schmecken ja so leicht nussig, ne. Und äh das soll wohl auch gegen Gicht helfen, ne. Ja, hab ich aber nich.

68 **Interviewer:** [0:24:19.2] 'S freut mich immer, wenn mir Leute, die ich interview', nich krank sind, aber dann trotzdem solche Sachen wissen.

69 **Participant:** [0:24:24.5] Ja. Ja hier is nochma 'n Eibisch. Ja. Äh, ja da ham wir hier noch Mädesüß, verschiedene Arten. Kann man ja auch verwenden so dieses Filipendula ulamria so echte Mädesüß. Aber das so hübsch, das pflück ich nich ab. (interrupted by interviewer sign of attention) Das steht da drüben an der Gartenkante. Is ja jetz auch schon durch. Hagebutten hatten wir auch Unmengen. Äh nehmen wir aber nich, weil uns das auch zu viel Stress macht (interrupted by interviewer sign of attention), die ganzen feinen Haare da rauszukriegen, rauszufiltern. Joa, und das, mehr fällt nur im Moment nich ein.

70 **Interviewer:** [0:25:43.0] Was hast du sonst noch hier im Garten? Ich hab schon einige Kulturpflanzen gesehen.

71 **Participant:** [0:25:47.6] Ja hier wächst nich alles. Der Boden is sehr sandig (interrupted by interviewer sign of attention), da brauch ma 'n Kohlrabi und Möhren. Eigentlich nur wuchtig, was nur aus Kompost besteht. Probieren im Garten, oder es sein lassen. Deshalb, also ich mach das so, dass ich hier sämtliche Biomasse, die hier anfällt, das is Unmengen hier (interrupted by interviewer sign of attention), ja, ich hab so'n so'n Gitterkomposter, der steht da hinter, schaff (interrupted by interviewer sign of attention) ich ihn alle an einem Wochenende locker zu voll zu kriegen (interrupted by interviewer sign of attention), nur durch jäten (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm das ganze fällt äh des Laub, es fallen gigantische Berge von Laub an, des wird gesammelt und dann in so'n Hochbeet reingemacht, ne, das is grade neu aufgebaut und dann wird Flächenkompostierung durchgeführt. Da wird ne Fläche einmal wie hier aufgegraben, Erde beiseite gelegt, das ganze Material rein, Heckenschnitt, immer locker rein, Rosenschnitt, alles rein rein rein, oben Laub und und zum Schluss Rohkompost und dann die Erde wieder rauf. (interrupted by interviewer sign of attention) Und dann werde die Beete so nach und nach jedes Jahr versetzt, unterfüttert, ne. Und ma sieht ja auch, dass mir der der Spiegel (inaudible) höher gestiegen is über die Jahre. Hier, das is hier der Weg, den wir, hier und hier is das Niveau des Gartens (interrupted by interviewer sign of attention). Also wir's übernommen hatten war's hier alles äh eine ebene, ne. Ja Kartoffeln sind auch unterfüttert worden zuletzt. Ja dann ham wir Bohnen hier, Stangenbohnen, schön Vertikalstützgespann, ne (interrupted by interviewer sign of attention), äh auf 'ner geringen Fläche viel Ertrag nur für an de 20 verschiedene Bohnensorten, die wir zyklisch anbauen, als über 15 Jahre ertragsmäßig getestet für unser Klimat hier und Mitesser ham wir auch wie man sieht, hier, da voll abgegrast.

72 **Interviewer:** [0:27:59.7] Von was? Von irgendwas, okay.

73 **Participant:** [0:28:02.1] Reh wahrscheinlich. Ja Zucchini stehen dieses Jahr besonders gut wegen der Unterfütterung und ähm Mangold machen wir viel, aber da kommen wir meist auch nich weit, weil die schönen Mangoldpflanzen die wir im Winter ernten wollen zusammen mit dem Grünkohl denn vom Reh gefunden werden (interrupted by interviewer sign of attention). Ja die kommen da über'n Zaun, dann gehen die in den Garten rein in Abwesenheit und äh machen alles platt (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, außerdem siehst du, das der Garten äh einem nich allein gehört. Wenn wir weg sind dann kommt kommen die Tiere alle. Hasen und und wer auch immer. Marder, Eichhörnchen. Nüsse, hier Walnüsse, denn ham wir da drüben massenweise Haselnusssträucher auf der anderen Grabenkante ernten wir nie auch nur eine Nuss (interrupted by interviewer sign of

attention), ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Alles weg. Das fängt nachher Ende August an, kommen die Eichhörnch, kommt das Eichhörnchen und mit fam mit fa kleinen Kindern, kannst'e zugucken, wie die immer dicker werden.

74 **Interviewer:** [0:29:20.7] Ja is ja auch schön.

75 **Participant:** [0:29:22.0] Ja. Und denn wenn sie fertig sind mit den 5 riesen Sträuchern dann fallen sie hier über die Walnuss her (interrupted by interviewer sign of attention). Also äh Walnuss is ja an sich äh im Kleingarten nich zulässig, aber (interrupted by interviewer sign of attention), ne, weil des kein äh, es is'n Wildbaum (interrupted by interviewer sign of attention) und da is es halt de zu zu groß. Äh weil dann die ähm die äh der eigentliche Sinn des Kleingartens nich mehr erfüllt werden kann (interrupted by interviewer sign of attention), nämlich Anbau von Obst und Gemüse, wenn äh die Hälfte des Gartens nur eine Walnuss is und die dann noch den Rest beschattet.

76 **Interviewer:** [0:30:08.2] Das is der eigentliche Sinn von Kleingärten?

77 **Participant:** [0:30:10.0] Ja, äh, kann ich dir genau sagen.

78 **Interviewer:** [0:30:14.8] Ja bitte.

79 **Participant:** [0:30:15.4] Müssen wa aber in Schatten. (interrupted by interviewer sign of attention) 'N Kleingarten (inaudible) ich äh hatte ja Wasser gemacht das kann ich nachher aufgießen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, also nich das du denkst, ich bin hie irgendwie so'n Freak, der hier nerdig alles vor sich her auswendig gelernt hat, aber ich hab beim Verband der Gartenfreunde gearbeitet (laughter).

80 **Interviewer:** [0:30:42.7] Selbst wenn, is mir (interrupted by participant), das' mir, ich ich urteil' darüber nich (interrupted by participant), also.

81 [0:30:47.4] **(unrelated to topic)**

82 **Interviewer:** [0:33:07.0] Wie stehst du zum Thema Selbstversorgung?

83 **Participant:** [0:33:09.4] Mh na, wir machen das schon immer (interrupted by interviewer sign of attention) äh und es muss, wenn man das nich professionell macht, sondern hier'n bisschen, da 'n bisschen (inaudible) auf kleinster Fläche, Mischkultur is es sehr arbeitsaufwendig (interrupted by interviewer sign of attention) und irgendwann is dann auch zeitlich Schluss. Denn ich wäre es günstiger man geht lieber ma 'n bisschen gegen Mindestlohn arbeiten und kauft sich das selber auf'm Biomarkt (interrupted by interviewer sign of attention). Das is dann und wenn man halt nich mehr arbeiten kann, weil man rausgekickt is aus'm Arbeitsmarkt dann sollte man sich dann selber versorgen. Und mittlerweile ham sich die Preise auch erheblich erhöht, was jetzt so auf'm Biomarkt da angeboten wird, was is ja vergleichbar, also Bohnen und so lohnt sich schon. (interrupted by interviewer sign of attention) Wobei 'n Garten auch Geld kostet, ne, also nich so das es hier alles umsonst is also (interrupted by interviewer sign of attention) man bezahl hier auch schon so an die 150 Euro an ähm Gebühren und da kommt auch immer Saatgut hinzu, also das hab ich irgendwie ausgerechnet, was denn da hinter kommt. Und dann kommt noch die Arbeitszeit hinzu. Das muss Spaß machen.

84 [0:34:35.0] **(unrelated to topic)**

85 **Interviewer:** [0:36:15.4] Is das für Sie'n Thema? Gesundes oder gesünder leben, dieser Themenkomplex? Informieren Sie sich dazu?

86 **Participant:** [0:36:21.9] Gesünder Leben is was?

87 **Interviewer:** [0:36:23.8] Na es gibt, also es is nh is ja mittlerweile so Schlagwort, das gesünder leben. (interrupted by participant) Oder insgesamt gesundes Leben. Gesünder leben als vorher.

88 **Participant:** [0:36:35.9] (laughter) Setz dich ma hin. Ja, ähm. So. (interrupted by interviewer sign of attention) Na ma sollte, wir sind der Auffassung, dass wir uns ähm mit konventionellen

Nahrungsmitteln vergiften (interrupted by interviewer sign of attention) und äh die äh fü äh Versuchung möglichst Umweltgifte an uns herankommen zu lassen und äh die Ernährung als äh ein Punkt, ne. Zumal es ja überhaupt nicht absehbar ist, wie die Wechselwirkung von Umweltgiften dann äh im Körper sich auswirkt. Das wollen wir ja nicht ausprobieren. Leute haben so viele Allergien heutzutage und schieß mich tot, Unverträglichkeiten. Außerdem schmeckt's auch besser (interrupted by interviewer sign of attention). Kannst ja mal im Netto einkaufen gehen, denn denn schon

89 **Interviewer:** [0:38:00.9] Ich weiß es schon, ja.

90 **Participant:** [0:38:02.0] Discounter mit Gift mit bis und dieser Art an der Gemüsetheke da Mohrrüben kaufen zum Beispiel.

91 **Interviewer:** [0:38:08.3] Ja die schmecken ja nach gar nichts.

92 **Participant:** [0:38:09.3] Richtig.

93 **Interviewer:** [0:38:10.9] Schöne Waschmöhren.

94 **Participant:** [0:38:11.9] (laughter) Ja, was die damit machen, wenn man das denn noch hinterfragt, dann wird einem ja immer schlecht. Wir werden ja sie, also wie zum Beispiel Öl hergestellt wird. Haben sie so raffiniert das Öl. Das wird dann mit Benzin da vermischt um auch noch den letzten Rest aus'm Trester rauszuwaschen und dann wird das wieder destilliert, das Benzin wieder raus destilliert. Ist als Rückstand dann das Öl, dass dann in die Flaschen gekippt wird übrig bleibt. Bratöl oder oder sowas. Und das wollen wir ja nicht.

95 **Interviewer:** [0:38:57.8] Weil sie eben drauf kamen ähm mit äh Allergien und Unverträglichkeiten, haben Sie irgendwelche Allergien, Unverträglichkeiten?

96 **Participant:** [0:39:05.4] Ich hab nichts.

97 **Interviewer:** [0:39:06.3] Nein? Irgendwelche speziellen Ernährungsgewohnheiten, die Sie sich selbst auferlegt haben?

98 **Participant:** [0:39:12.6] Selbstauferlegte Ernährungsgewohnheiten. Ne, nein. Also ähm ja doch, doch, ja. Wenn die Frage schon konkret kommt, ähm ist ja so, dass man im Laufe der Jahrzehnte, wenn man älter wird (interrupted by interviewer sign of attention) auch nicht mehr so viel essen kann, weil sich der Körper umstellt. So hormonell und dann wird man einfach mit weniger, mit gleich viel Essen, schneller dick. Zumal man sich auch weniger bewegt als in jüngeren Jahren. Und ähm, ja gibt ja dann verschiedenste Ernährungskonzepte. Und ähm wir äh verfolgen eine eine zuckerreduzierte Ernährung. Zucker, also kohlenhydratreduzierte, Zucker sowieso nicht (interrupted by interviewer sign of attention), also kohlenhydratreduzierte Ernährung äh die dann, also Schokolade nur ab 85 Prozent und so. Und ähm und wenn's geht alles vom Bio, also aus ökologischer Erzeugung, ne, Fleisch und so. Und, also ich neige nicht zu totaler Verfettung, aber ich merk schon wenn äh so über die Jahrzehnte, dass sich das denn plötzlich im Oktober 'n Kilo oder 2 Kilo mehr wiege als im Sommer und das ich das dann im Frühjahr nicht mehr runter krieg (interrupted by interviewer sign of attention), zum Beispiel, (interrupted by interviewer sign of attention) ne. Früher hab ich dreimal zu viel gegessen. Und ähm mit einer vernünftigen, mit einer low Carb Ernährung ist es alles viel einfacher. Zumal, naja dann kaum Fertigprodukte werden generell nicht gegessen. Ich mein das oh davon, dass muss man jetzt ja nicht extra nochmal durchdeklinieren. Also jetzt so, also wir kaufen nur Rohware, ne, (interrupted by interviewer sign of attention), wir, hochwertige Öle, Butter, Margarine geht schon nicht mehr, ist ja schon 'n technisches (interrupted by interviewer sign of attention) Produkt. Und ähm Brot kaufen was auch nicht mehr. (interrupted by interviewer sign of attention) Wird schon seit seit äh vielen Jahren selber gemacht, ne. Und zwar Sauerteigbrot, ne. Dinkel-Roggen, Dinkel und so, ne. Also selbst das Biobrot auf'm Biomarkt ist auch nicht so hochwertig was die Ausgangsstoffe angeht (interrupted by interviewer sign of attention). Außerdem kriegen die das nicht hin Brötchen zu backen und aus äh die werden jedes Jahr teurer. (laughter) Ja. Ja meine Frau hat sich damit sehr intensiv beschäftigt Brot und Brötchen zu backen (interrupted by interviewer sign of attention). Das kriegt sie perfekt hin. Ah so ich hol es dir mal raus hier, ja. Also letzten Endes hier ist es eine gesunde, ausgewogene Ernährung mit möglichst wenig Umweltgiften. (interrupted by interviewer sign of attention) Und vor allen

Dingen durch unser Verbraucherverhalten unterstützen wir auch eine, versuchen wir eine kleinteilige, regionale Landwirtschaft zu unterstützen indem wir halt äh bei Kleinerzeugern noch gern kaufen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention)

99 **Interviewer:** [0:43:31.5] Jetzt ham Sie mir ja schon einiges erzählt, auch zu dem was Sie wissen. Können Sie sich erinnern, wo das herkommt, wo Sie das Wissen erlangt haben und wann das war? Is ne gute Frage, ne?

100 **Participant:** [0:43:55.5] Das wächst über die Jahrzehnte (interrupted by interviewer sign of attention). Das äh das äh schnappt man nich so ohne weiteres auf. Dann würde man's ja nich glauben, wenn das einer einem sagt glaubt man das ja nich. Dann is es einer von den ganzen Spinnern die dann irgendwie so Buch gelesen ham und das (interrupted by interviewer sign of attention) wo's dann viele Bücher gibt und die Einen machen das, die Anderen das und, ne ne, ne ne, also wir ham ja schon gleich nach der Wende, also 1990 angefangen, ne, uns ökologisch zu ernähren (interrupted by interviewer sign of attention) mit äh, also in Rostock gab's ja damals der äh Biofrisch Nord-Ost, der Biomarkt, der hat sich ja dann da gegründet mit'm Klapptisch (interrupted by interviewer sign of attention). Einer mit'm Klapptisch kam da an. So fängt das an, ne, und das war ja gleich nach der Wende. Außerdem ähm gibt es da ähm äh bei äh meine Frau die hat auch'n bisschen Landwirtschaft studiert, so, weiß um die Zusammenhänge (interrupted by interviewer sign of attention). Also klassische Züchtung äh studiert und nochma 6 Jahre Agrarproduktion. Ja. Und da wird man dann so über die Zeit infiziert. Das macht man denn mit. Is ja auch irgendwie logisch. Wie soll es denn sonst sein.

101 [0:45:43.3] **Other Person:** Ja kann ma ne trinken?

102 **Participant:** [0:45:44.5] Ja, probier ma, aber hier musst noch vorsichtig sein. Ich halt ihn noch für zu heiß.

103 [0:45:47.7] **Other Person:** Meinst du ja?

104 **Participant:** [0:45:49.7] Ja, kannst du ma den Finger ranlegen an die Außenwand.

105 [0:45:56.9] **Other Person:** Bisschen heiß is es noch, aber (interrupted by participant) es geht schon. (interrupted by interviewer sign of attention)

106 **Participant:** [0:46:05.3] Ja wir wollen ja im Prinzip ein ein nach ein nachhaltiges Leben, eine nachhaltige Gesellschaft. Äh wenn wir darüber reden, ne, am Anfang is ja nu kein Abstraktum, ne.

107 **Interviewer:** [0:46:17.6] Ja, je jein. Es kommen (interrupted by participant), also da gibt's auch noch Streit drüber, was jetzt nachhaltig is und was nich und welchem Bereich und wie und wo.

108 **Participant:** [0:46:23.7] Ja, aber so ein ein ähm. Wenn wir wissen, wo die Lebensmittel herkommen is doch schon 'n ganz anderer Prozess als wenn wir die irgendwo aus'm Supermarkt holen und uns 'n Scheiß interessieren, wie die genau welchen Weg sie genommen haben, ne. Und äh und diese Landwirtschaft, so wie sie heute betrieben wird, oder was heißt heute, äh wie sie in letzten Jahrzehnten betrieben wird, sorgt ja dafür, dass die Welt zugrunde geht, ne, also is auf äh auf absoluten Verschleiß. Erstmal das ganze, die ganze äh Phosphatdüngung äh die is endlich. Phosphatdünger kann ma nich unendlich viel abbauen. Und denn bricht das eh zusammen wenn kein Phosphatdünger mehr da is. Und dann die ganzen Pestizide. Jetzt ham wir ja mh Landschaft insektenfrei mehr oder weniger. Ja is denn is denn der Verlust der Biodiversität ein hinzunehmendes ein hinzunehmender Kollateralschaden? Offensichtlich ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja is so. (inaudible) nich für mich, es is äh nehm ich nich hin. Ich seh es als, das hab ich letztens sogar im Radio gehört, dass meine Generation das ja noch kennt wie das früher ausgesehen hat und wir äh sehen das als schwerwiegenden Verlust, ja, nehmen das als schwerwiegenden Verlust wahr der uns persönlich betrifft (interrupted by interviewer sign of attention), ja, und nich irgendwie sowas abstrakten sowas interessiert mich. Wenn ich mich nur in äh be zu betonierten Räumen bewege, das interessiert es mich doch eh nich, also geht's mich auch nich an da irgendwo an der Antarktis der Krill äh da rumschwimmt oder nicht. Dann würd ich ja auch nich sonderlich traurig, wenn da die letzten Blauwale sterben, oder nich, oder äh Pandas keine Lust haben sich zu vermehren in

China. Und so is ja auch mit den Insekten, wenn ma so abgekoppelt is von natürlichen Vorgängen. Ja und diese Landwirtschaft die sorgt halt dafür, dass wir die Böden vergiften, das Grundwasser wird vergiftet, dass is ja schon äh in Mecklenburg Vorpommern mindestens zu 30, 40 Prozent kontaminiert mit Nitrat. Hinzu kommt dann noch die Kontamination mit Uran, das wirst nich wissen, aber durch die einerseits is ja Uran drin im ka im stick im Phosphordünger, ne, weiß du das?

109 **Interviewer:** [0:49:04.5] Nein, weiß ich nich.

110 **Participant:** [0:49:05.5] Is so, also da is Uran drin (interrupted by interviewer sign of attention), da kann man auch theoretisch äh selektier äh rausziehen und Atombomben von bauen so viel is das.

111 **Interviewer:** [0:49:13.3] (inaudible) dem Mecklenburg Vorpommerischem Boden.

112 **Participant:** [0:49:15.6] Ne, äh Kali äh hier qu quatsch Phosphor in Ostmarokko (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Und wenn man den, der is Blaukorn sich auf'n Rasen streut bringt man da Uran ein, ne, auch, ne. Aber der Anteil des Urans im Blaukorn erklärt nich die absurden hohen Konzentration an Messstellen. Es tatsächlich so das hier in Mecklenburg Vorpommern in den Sandern der Eiszeit nach eiszeitlichen Sandern da is Uran in einer wasserunlöslichen Form drin gebunden. Liegt da einfach so drin und wenn ma jetzt pausenlos Gülle auf die Felder kippt wegen der Massentierhaltung, hu Profitgier und wird dieses ge äh wasserunlöslich gebundene Uran umgewandelt in einer wasserlöslichen Form und sinkt dann Richtung Grundwasser, löst dann weiteres, tieferliegendes, also da äh das Nitrat, was runter geht, und äh und das so gelöste Uran sinkt auch und denn gibt das dann bestimmte Reaktionen, dass das dann plötzlich in 15 Metern 'ne absolute 15 fache Steigerung der Konzentration auftritt. (interrupted by interviewer sign of attention) Is jetzt wirklich keine Ente. Mein Sohn hat darüber äh vor 10 Jahren ne Bachelorarbeit geschrieben (interrupted by interviewer sign of attention). Am LUNG, LUNG is das Landesinstitut für Umwelt und Geologie in Güstrow. Mhm. Jetzt arbeitet er da.

113 **Interviewer:** [0:50:57.2] Gut für ihn. (interrupted by participant). Sie meinten eben, dass Sie 1990 damit angefangen haben. Äh was war davor?

114 **Participant:** [0:51:18.1] Darüber ham wir uns in der DDR wenig Gedanken machen müssen (interrupted by interviewer sign of attention). Mh wir ham aber viel Fisch gegessen und Gemüse. Saisonales Gemüse, wie Kohl. Außerdem war dieses Umweltbewusstsein auch noch nich soweit ausgeprägt, ne. Nich so aus'm, gab ja auch nich das Problem jetzt mit Allergien und so. Hatte ja kaum jemand. Also jetzt so Neurodermitis und so war ja'n völlig unbekanntes Wort. Kannte man ja gar keinen, der sowas hatte.

115 **Interviewer:** [0:52:07.7] Seit wann ham Sie den Garten hier schon?

116 **Participant:** [0:52:10.3] Den ham wir jetzt so 17 Jahre. (interrupted by interviewer sign of attention) Und wir betreiben den von Anfang an ökologisch, naturnah.

117 [0:52:20.7] **Interviewer:** Davor?

118 **Participant:** [0:52:22.4] Hatten wir keinen Garten (interrupted by interviewer sign of attention).

119 **Interviewer:** [0:52:27.2] Wie sind Sie dann zu dem Garten gekommen, vom Gedankengang her Wieso (interrupted by participant) wollten sie den Garten haben?

120 **Participant:** [0:52:32.7] Ja der Balkon äh der wurde immer kleiner aus irgend (laughter), Balkonfläche und ähm und dann wurde gedrängt. Ich konnte mich dann noch einige Jahre konnt' ich mich dagegen wehren, weil ich das als Arbeitsfarm damals sah. (interrupted by interviewer sign of attention) Und da gab's kein Zurück mehr. Da muss da, wurde dann äh Garten angeschafft. Ham wir ein, äh dann komplett umgestaltet. Hier war ja nur Rasen, kaum Bäume drin, und hatten hier volles Gestaltungspotential. Früher gab's noch sowas wie naturnahen Wettbewerb. Klein, naturnahe Kleingarten (interrupted by interviewer sign of attention). Den haben wir gewonnen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja 19 äh vor äh 2013. Äh genau. Da gibt's 'n harte Kriterienliste. Ich hab nämlich denn danach gearbeitet, denn gab's nur ein Wettbewerb, den hab ich dann organisiert. Nu

konnt ich ja nich mitmachen dann. Also das ging darum, äh das Ziel dieses Wettbewerbes war, die ähm die Idee des naturnahen klein, also des naturnahen Gärtnerns unter den äh Gartenfreunden zu stärken, zu verbreiten und zu stärken. Is aber gescheitert, deshalb wird dieser Wettbewerb nich mehr durchgeführt. (interrupted by interviewer sign of attention)

121 **Interviewer:** [0:54:15.5] Woran, oder wie is das gescheitert?

122 **Participant:** [0:54:18.4] Der Aufwand der Organisation eines solchen Wettbewerbes is ziemlich hoch (interrupted by interviewer sign of attention) und äh machen wenig Leute mit. Und äh das sieht keine Breitenwirksamkeit. Die werden, traun sich ja nich mal ihre Plaketten anzuhängen zum Teil, weil äh es is so, dass naturnahes Gärtnern fast äh zu zu zum Gesetz erhoben wurde. Fast. Und der Bundesverband der Gartenfreunde in Hamburg und der Landesverband, alle stellen sich hin, Politiker, und verkünden das das Wichtigste is naturnahes Gärtnern. Und äh je weiter man nach unten kommt, desto weniger wird das gemacht und ganz unten is man dann der Arsch wenn man's tut. (interrupted by interviewer sign of attention) Die Nachbarn reden dann nich mehr mit einem und, aber der, die Vorstände können dann nix mehr machen aus dem s äh aus äh der Zeit sind nun auch draußen. Vor paar Jahren wurden die ja pausenlos abgemahnt. (interrupted by interviewer sign of attention) Wegen äh wa Bewirtschaftungsmängel, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Aber die Zeiten sind dann, hängt massiv vom Vorstand ab. Wenn der durchdreht kann der's immernoch. Aber unser Vorstandsvorsitzender is auch äh Vorsitzender des Landesverbandes (interrupted by interviewer sign of attention). Der kann, der der weiß darum. Außerdem is es 'n Rechtsanwalt.

123 **Interviewer:** [0:56:03.1] Hat er Spaß dran.

124 **Participant:** [0:56:04.7] Ja der der is'n inteli, der 'n (interrupted by interviewer sign of attention) ganz intelligenter Mann, ja. Der kann froh sein, dass er einen so hat hier in der Anlage (interrupted by interviewer sign of attention). Ja.

125 **Interviewer:** [0:56:20.5] Aber Sie wollten dann 'n Garten haben, weil der Balkon so klein wurde. Um darauf zurückzukommen.

126 **Participant:** [0:56:25.1] Naja das geht konkret darum äh Gemüse anzubauen (interrupted by interviewer sign of attention), ne, das macht man ja nich auf'm Balkon. Da hat man paar Kräuterlein und paar Blümchen und das war's das, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Es ging darum Gemüse anzubauen so. Und seitdem Kartoffeln, Bohnen, Zucchini, sind so die Haupt äh die Haupt äh Gemüsesorten und denn alles andere drumherum (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Es wächst wie gesagt wächst ja nich alles überall. Und der Clue is ja, das hab ich ja noch gar nich gesagt, äh wenn ma Wildkräuter isst, ne, kann man eigentlich, hat man hat's Anfang ma hat's anfangen zu essen bis Ende Mai eigentlich. Bis es als Blüte gilt und zu groß is. Und denn wenn man das letzte Wildkraut gegessen hat, da hat man ja schon März, April, Mai, 3 'n viertel Jahr lang pausenlos gegessen (interrupted by interviewer sign of attention) und dann muss man immernoch 6 Wochen warten, bis das, oder 4 Wochen warten, bis das erste aus'm Garten geerntet werden kann, was man angebaut hat. Ja.

127 **Interviewer:** [0:57:39.0] Was machen Sie in der Zeit?

128 **Participant:** [0:57:41.1] Wie?

129 **Interviewer:** [0:57:43.2] Wie überbrücken Sie die Zeit?

130 **Participant:** [0:57:44.9] Welche?

131 **Interviewer:** [0:57:46.1] Die 4 Wochen.

132 **Participant:** [0:57:46.9] Ah die, nein, ähm also, Brennessel zum Beispiel, ne, die sind ja auch so im Mai, ne (interrupted by interviewer sign of attention), ja, die wachsen ja ziemlich spät. Brennessel is ja eine ganz wichtige Kultur und äh Gänsefuß und so, ne, das kommt ja eigentlich Ende Mai erst, ne. Also jedes hat so seine Zeit. Wildkräuter, Bärlauch kommt ja schon im April (interrupted by interviewer sign of attention), dann hab ich hier auch wahnsinnig viel äh ach ja äh, jetz is mir noch

was eingefallen was wir Unmengen essen. Wunderlauch. (interrupted by interviewer sign of attention) Kennst du ja?

133 **Interviewer:** [0:58:28.4] Nein.

134 **Participant:** [0:58:29.6] Hm. Das is äh Allium paradoxum und zwar Wunderlauch wegen seiner wundertätigen Heilwirkung gena sogennt, (interrupted by interviewer sign of attention), ne.

135 **Interviewer:** [0:58:44.6] Was kann der so, was macht der so? Was soll er können?

136 **Participant:** [0:58:49.3] Also ich glaub dar nich dran (interrupted by interviewer sign of attention) an solche Wirkung, also mir bekommt er sehr gut, ich kann davon Unmengen essen (interrupted by interviewer sign of attention), schmeckt so wie Zwiebel, wie äh Lauchzwiebel, (interrupted by interviewer sign of attention) bisschen Knob, bisschen bisschen anders, ne, und fällt hier in größerer Position an. Ah er wächst hier nich, sonder außerhalb des Gartens. De de de der is so invasiv, dass der auch gar nich in Kleingarten rein sollte. (interrupted by interviewer sign of attention) Der wächst hier auf'm Friedhof nh, hinterm Garten, also g unmittelbar. (interrupted by interviewer sign of attention) Und quadratmeterweise steht der da, also richtig große Flächen Von da kann man dann (interrupted by interviewer sign of attention) mit'm Messer unten abschneiden. Hat man sag ich ganze Büschel. Und den verwenden wir sehr viel. Pesto, Rührei so zum Brot. Je nachdem wie viel da is. (interrupted by interviewer sign of attention) Zusammen mit Giersch als Pesto zum Beispiel. (interrupted by interviewer sign of attention) Sehr geeignet. Oder mit Brennessel zusammen. Mhm. Kommt auch am Anfang zur gleichen Zeit wie Bärlauch. Wenn man natürlich Bärlauch auch hat, dann macht man natürlich Bärlauch. Schmeckt mir besser (interrupted by interviewer sign of attention).

137 **Interviewer:** [0:59:57.7] Ja Bärlauch is ja schon sehr gut.

138 **Participant:** [1:00:00.8] Ja. Naja, wir ham ja, also reichlich reiches Spektrum an Wildkräutern.

139 **Interviewer:** [1:00:16.1] Wissen Sie, wann Ihr Interesse an an Gärten oder dem Gärtnern angefangen hat?

140 **Participant:** [1:00:22.7] Wer bitte?

141 **Interviewer:** [1:00:23.4] Wissen Sie, wann Ihr Interesse am am (interrupted by participant)

142 **Participant:** [1:00:25.8] Ach Mein Interesse.

143 **Interviewer:** [1:00:26.3] Am Garten oder am Gärtnern angefangen hat?

144 **Participant:** [1:00:28.3] Äh naja, das hat angefangen äh mit mein äh ich bin ja der Staudengärtner (interrupted by interviewer sign of attention), also wir teilen uns die Arbeit. Meine Frau macht das Gemüse und ich mach Bohnen und Stauden. Und äh ich hab ja dann nach 4 Jahren im Verband der Gartenfreunde gegärtner. Da hab ich auch Gemüse gemacht. Also is nich so, das ich dazu nich in Lage bin, aber äh man muss ja'n bisschen teilen. (interrupted by interviewer sign of attention) Und äh, naja ich hab damals so, das fing so an, dass ich bestimmte äh ne Sammelleidenschaft entwickelt hatte. Ich wollte also bestimmte Stauden haben (interrupted by interviewer sign of attention), so. Das war auch so damals so der Beginn der Gartenreisen hier. Das man so rumfahren konnte am an einem Wochenende und sich äh offene Gärten angucken konnte und davon wurde ich massiv infiziert und da hab ich Unmengen eingekauft, da stehen noch so einige Sachen da dieses Rodgersia da, diese riesen Blätter da, sind so übriggeblieben aus der Zeit. Aber so nach und nach is die Erkenntnis gekommen das es äh bloß eitler Quatsch is des haben zu wollen. Das Einzige, was hier irgendwie noch Sinn ergibt sind, züchterisch unveränderte heimische Pflanzen anzusiedeln. Um jetzt (interrupted by interviewer sign of attention) für die Tiere, also das reicht ja nich aus, was hier irgendwelche Honigbienen sich auf irgendwelchen Blüten niederlassen und da Nektar saugen, sondern wir wollen auch Käfern und Wespen und so äh Nahrungspflanzen geben, ne und zum Beispiel hab ich denn letztlich hier dort auf dem Salomonssiegel eine Salomonblattwespe, Wespenraupe, robben die, sitzen sehen und fotografiert. Da freut man sich denn, ne. 'S das dann angenommen wird. Und dann ham wir da hinten Knot äh ähm knotige Braunwurz, kennst du die?

- 145 **Interviewer:** [1:02:40.8] Knotigen Braunwurz? (interrupted by participant) Na.
- 146 **Participant:** [1:02:42.7] Ne, das is äh, das is ne heimische Pflanze auch, ne. Also das is heimisch. (interrupted by interviewer sign of attention) Das auch ne Heilpflanzen. Weiß ich aber nich. Muss auch nich alles wissen. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) Äh also gibt's davon auch nich Unmengen. Ich kann ja nich die Pflanze, äh wenn bloß drei Dinger oder 5 Dinger dastehen kann ich die ja nich essen. (interrupted by interviewer sign of attention) Und äh diese Braunwurz, die wird dann von einer Raupe befallen. Das hab ich dann herausbekommen, das is dann die Braunwurzblattwespenraupe ist. Und die hab ich dann dieses Jahr erstmalig als Wespe gesehen und fotografiert (interrupted by interviewer sign of attention), bestimmen könne. Da freut man sich, wenn die hier rumfliegt. Nicht nur eine, sondern richtig viele (interrupted by interviewer sign of attention), ne. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 147 **Interviewer:** [1:03:33.9] Also mh war Ihr Interesse zuerst an Zierpflanzen da. Für Stauden.
- 148 **Participant:** [1:03:38.8] Ja. Ja.
- 149 **Interviewer:** [1:03:40.5] Was kam danach?
- 150 **Participant:** [1:03:45.2] Naja da kam allgemeines Umweltinteressen, ne. Die Zusammenhänge. Und de des nur naturnahen ga ga Gartens. Ich bin da so in Rostock 'n Spezialist für naturnahes Gärtnern (interrupted by interviewer sign of attention). Also ich hab da bei Verband der Gartenfreunde 4 Jahre auch Beratung gemacht und so und hab alle Elemente des naturnahem Gartens. Also Steinhäufen, Insektenhotel und sowas (interrupted by interviewer sign of attention). Alles mögliche da installiert und getestet und so, ne. Hochbeet. Also und dann hab ich it entsetzen gesehen, wie die Insektenwelt immer weniger wurde, letzten 15 Jahren oder 10 Jahren, is es dann rapide nochma runter gegangen. Das' keine Einbildung. Währenddessen ja die Krefelder Studie, sagt die was, die endet ja auch irgendwann über 3 über'n Zeitraum von 30 Jahren. Die die beginnt dann an dem Jahr. Da war aber schon 70% weg, (interrupted by interviewer sign of attention) oder so. Also zu Beginn des vorz industriellen Zeitalters ham sich 30 Jahre angeguckt und ham 75 Prozent Schwund gesehen und dann ha se Schluss gemacht und dann wurd' se veröffentlicht. So. Das war äh vor 5 Jahren. Und seitdem, behaut ich, ham wir nochmal 50, 60 Prozent Verlust. Also jetzt ham wir nur noch äh von der ursprünglichen Insektenvielf äh Biomasse ham wir vielleicht noch maximal ein Prozent übrig. Maximal. Eher weniger. 'N halbes Prozent. Eigentlich is es, ich nenn das ökologischer Kollaps. Weil wenn etwas nh kurz am endgültigen Verschwinden ist. Der verzieht sich grade. Also 'n der verzieht sich nich, der sch wird grade abgeschlossen (interrupted by interviewer sign of attention). Und das weiß ich aber nich erst seit gestern sondern schon seit 10 Jahren. Ich beobachte das ja sehr intensiv und an verschiedenen Pflanzen, die hier immer stehen welche Pflanzen in welcher Menge äh we welche Tiere in welcher Menge darauf rum an rumfliegen (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Naja, die äh das Interesse der der industriellen Landwirtschaft besteht ja darin ja mit möglichst wenig Personal möglichst hohen Profit zu erzeugen. Und ähm wenn sie sich denn da irgendwo ma 2 Meter äh gr grün, sag ich hier, Blümchen am Rand hinsetzen rettet das auch nicht mehr. Da gibt's auch Untersuchungen wie viel Prozent der Weltfläche überhaupt renaturiert werden müssen (interrupted by interviewer sign of attention). Die die Erde hat äh, als Wissenschaftler ham uns vorgerechnet, dass die Erde 1,5 bis maximal 2 Billionen äh Milliarden Menschen haben darf die dann noch irgendwie nachhaltig leben können. Mehr passen daher auf die Erde rauf. Und wir vermehren uns grade exponential ge in Richtung 10 Milliarden und das kollabiert natürlich. Ja. Und ich hatte ja auch immer gedacht, das wird hier ma so'ne kleine Oase, wo dann das Kleingetier, was wir denn hier so rumschwirrt, überleben kann, weil die da drüben draußen alles totgespritzt haben (interrupted by interviewer sign of attention) und dann gibt's vielleicht politische Auseinandersetzung und dann kann das denn wieder dann von bestimmten äh Hotspots dann wieder sich ausbreiten. Fernwirkung. Is dramatisch. Is ne auch nachgewiesen alles. Also es geht jetzt gar nich um diesen Garten. Der is ja sowieso äh so so isoliert und klein, aber ich wunder mich, dass so selbst ganze riesen Inseln, die jetzt völlig abgetrennt vom Festland sind, wie Öland, wo überhaupt keine Landwirtschaft äh in großer äh im größeren Maße stattfindet, wo hauptsächlich eigentlich nur Kalksteinsteppe äh also is Kalktrockenmagerrasen. Beste wo gibt existiert. Selbst da fliegt ja kaum auch was. Frag ich mich ja, wie ham'se denn das da weggekriegt (interrupted by interviewer sign of

attention). Ja. So das is so die Motivation.

151 **Interviewer:** [1:08:50.6] Mh ich verstehe.

152 **Participant:** [1:08:53.1] Also ich bette das in ein höheren Zusammenhang (interrupted by interviewer sign of attention), ne, is jetzt nich das ich hier mein kleine Klitsche habe, wo ich mich denn ganz auf die Zucht von Bohnen (interrupted by interviewer sign of attention) konzentriere, also ich bin auch 'n ja, 'n Jahr äh Jahrzehnte äh ähm hat das BUND auch NABU Mitglied. (interrupted by interviewer sign of attention) Und ich weiß das. Äh der Beitrag is zwar'n kleiner, aber letzten Endes reicht nur posi äh geht nur politische Arbeit im großen Stil um irgendwas zu bewegen. Natürlich sind Einzelmaßnahmen auch sehr wertvoll, aber ich halte politische Arbeit für für wichtiger. Das die gezwungen werden halt. Per Gesetz (interrupted by interviewer sign of attention). Von alleine tun sie's ja nich (interrupted by interviewer sign of attention).

153 **Interviewer:** [1:09:55.8] Kurz auf die Heilpflanzen zurückzukommen. Können Sie sich daran erinnern, ob Sie Kurse in der Schule gehabt haben diesbezüglich?

154 **Participant:** [1:10:04.9] Nein. (interrupted by interviewer sign of attention) Kann ich mich erinnern. War nich. Gab's nich. (interrupted by interviewer sign of attention)

155 **Interviewer:** [1:10:11.7] Sind Sie mit Garten aufgewachsen?

156 **Participant:** [1:10:13.7] Ja (interrupted by interviewer sign of attention). War in der DDR ja stark verbreitet, ne Garten.

157 [1:10:18.2] **Other Person:** Ja mhm, ja das stimmt.

158 **Participant:** [1:10:22.0] Da hatte ja jeder einen, oder nich jeder, aber viele, ne (interrupted by interviewer sign of attention).

159 **Interviewer:** [1:10:27.9] Wieso denken Sie, is das heute nich mehr so?

160 **Participant:** [1:10:30.8] Puh. Auf so'ner Parzelle, ne, kann man ja viel bauen. Auf so auf so'ner Parzelle, also ich mein nich Parzelle eines Kleingartens sondern eine Kleingartenanlage, ne (interrupted by interviewer sign of attention), auf der Fläche. Und dann is man natürlich daran interessiert möglichst viel gewinnbringend in Bebauung eine Bebauung zu verwandeln. Wie das zum Beispiel im Pütterweg geschehen sollte, (interrupted by interviewer sign of attention) ne. Ne da gegenüber in Heidemann da in der Gartenanlage, da is ja schon alles plattgemacht worden (interrupted by interviewer sign of attention). Es sind etwa in letzten 3 äh 5 Jahren 3 Jahre einfach 5000 Gärten plattgemacht in Rostock. Rostock hatte ja auch ma für 30000 Gärten. Das sind immernoch viele (interrupted by interviewer sign of attention). Versorgungsgarten in Rostock is immer noch ziemlich hoch. Der liegt etwa so bei 1 zu 9. Also wenn man davon ausgeht, das ein Garten so und so viel Leute beschäftigt (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Ja da kann man, äh wenn es auf ein bundesdeutschen ma Durchschnitt runterbe äh bringen runterbrechen wollte, kann man zwei drittel aller Gärten platt machen.

161 **Interviewer:** [1:12:01.7] Wieso glauben Sie, dass früher mehr Leute Gärten hatten?

162 **Participant:** [1:12:06.4] Das hab, weiß ich nich, ob das mehr waren. Auf jeden Fall war es damals sehr verbreitet (interrupted by interviewer sign of attention). Das Kleingartenwesen sozusagen, ne.

163 **Interviewer:** [1:12:19.8] Is es das heute auch noch?

164 **Participant:** [1:12:23.3] Ja, is auch noch sehr äh sehr stark. Ja und grade jetzt äh in letzten Jahren. Also zeitweilig war's ja so, dass die Generation die äh aus der DDR das äh danach also so weitergeführt hat. Heute sind jetzt alle so um die 80 (interrupted by interviewer sign of attention) und die geben dann so nach und nach ihre Gärten auf und da sind sehr viele junge Leute nachgewachsen jetzt. Ga gab'n Generationenwechsel zwischenzeitlich. Und und grade die jüngeren Leute, oder die die äh jetzt so deine Generation so, die wollen sich ja auch vernünftig ernähren. (interrupted by interviewer sign of attention) 'S hat sich j allgemein herumgesprachen das man sich denn am von irgendwelchen

Fertigprodukten vergiftet. Und da gibt es halt großes Interesse. Erstmals zum probieren. Mal gucken, ne. Und zum Beispiel is es ja ideal, also so solche Form, neue Formen des Gärtnerns, wie Gemeinschaftsgärten oder so, ne. Würd ich denn favorisieren, denn alleine gärtnern macht mir auch keinen Spaß (interrupted by interviewer sign of attention). Ja man kann ja eine Parzelle auch mit 5 Leuten bewirtschaften (interrupted by interviewer sign of attention).

165 **Interviewer:** [1:13:49.6] Waren Sie früher gerne im Garten, als Sie mit Garten aufgewachsen sind?

166 **Participant:** [1:13:53.5] Da war ich ja Kind (interrupted by interviewer sign of attention). Äh nich so. (interrupted by interviewer sign of attention) Nich so. Neutral. (interrupted by interviewer sign of attention) Neutral. War auch nich schädlich. Naja in der DDR wurde dass dann wirklich als Ertragsgarten bewirt bewirtschaftet, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Im Gegensatz zu heute, wo es dann nicht so dringend notwendig is. Man kann ja alles auf'm Biomarkt auch kaufen (interrupted by interviewer sign of attention). Und damals wurde angebaut ohne Ende. (interrupted by other person) Ja, ne. Da oben in Waldmannsdorf.

167 [1:14:36.0] **Other Person:** Ja (interrupted by participant) stimmt, mhm.

168 [1:14:37.7] **Participant:** Da wurde also massiv angebaut. Da wurde natürlich auch rumgespritzt. Ich weiß gar nich, wie das hingekriegt hat aus diesem Sandboden solche Erträge zu erwirtschaften. Aber es wurde auch immer Mist untergegraben und sowas wurde ganz professionell alles gemacht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

169 **Interviewer:** [1:14:54.3] Würden Sie sagen, Sie hatten mal professionellen Kontakt zu Heilpflanzen?

170 **Participant:** [1:14:58.5] Professionellen Kontakt zu Heilpflanzen.

171 **Interviewer:** [1:15:03.2] Also das Sie mal damit gearbeitet haben.

172 **Participant:** [1:15:04.6] Nein, nein. Ne, da brauch ma ja auch ne Ausbildung, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Also der Aufwand is ja nich ganz unerheblich. Also diesen Heilkräuter, aber aber ich ka kann mittlerweile auf ner Wiese äh Ochsenkropf von von Wiesenkerbel unterscheiden, oder ne wilde Möhre von Hundspetersilie oder sowas. Also äh aber trotzdem kann ich das keinem anbieten (interrupted by interviewer sign of attention). Ich kann ja jetzt nich äh Leute hier, das könnt ihr essen. Das mach ich nur bei den Pflanzen, die ich selber da angebaut hab. (interrupted by interviewer sign of attention) Auf ner Wieso kann ich mir da selber alles Mögliche in Mund stecken, aber ich kann nich sagen, ja hallo, das kannst'e essen hier (interrupted by interviewer sign of attention), ne (interrupted by interviewer sign of attention). Ich meine bei bei Sachen die klar sind, ne (interrupted by interviewer sign of attention), aber jetzt so alles was so ähnlich aussieht wie äh sch wie äh Schierling und und äh Ochsenkropf und sowas is äh, gibt da schon einige Doldengewächse, die hoch giftig sind und bis hohe Ähnlichkeit mit mit'm Mohrrübe, äh nich Mohrrübe, mit äh mit Petersilie und Wiesenkerbel haben. Würd ich vorsichtig se(inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention), bei Dolden. (interrupted by interviewer sign of attention)

173 **Interviewer:** [1:16:38.8] Trinken Sie viel Tee?

174 **Participant:** [1:16:40.6] Ne (interrupted by interviewer sign of attention), ich hab jetzt Magenverstimmung. (interrupted by interviewer sign of attention) Also wir trinken Tee, ja, zeitweilig, (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Stellenweise, also jetzt nich als Haupt, also Bier und Kaffee is so m (laughter)

175 **Interviewer:** [1:17:01.1] Ah die Tees, okay.

176 **Participant:** [1:17:03.3] Bier und Kaffee sind die favorisierten Getränke. (interrupted by interviewer sign of attention). Anstatt (inaudible) da mag ja gesund sein, aber ja.

177 **Interviewer:** [1:17:20.9] Sind Sie gerne draußen?

178 **Participant:** [1:17:22.9] Äh naja. Am besten is ne Kombination aus beidem, ne (interrupted by

interviewer sign of attention), also ich halt mich sehr viel auch draußen auf, bin denn aber auch Zuhause und bereite dann die Fotos auf am Rechner (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Und ähm dann bau ich auch noch, also Zuhause. Also richtig was, was zum (inaudible), als Dauer (interrupted by interviewer sign of attention) notwendig macht. Aber ich bin viel draußen, vergleichsweise, ja. (interrupted by interviewer sign of attention)

179 **Interviewer:** [1:18:13.0] Muss ich kurz schauen, ob ich was vergessen hab zu fragen. Wäre schade. (interrupted by participant) Äh dödödödö dödö äh ich mein, wenn Ihnen zwischendurch noch Sachen einfallen, die Sie als Heilpflanzen nutzen können Sie das auch immer gern zwischen werfen, ne.

180 **Participant:** [1:18:29.2] Jaja.

181 **Interviewer:** [1:18:42.2] Haben Ihre Eltern oder Großeltern Sie geprägt im Bezug auf Garten?

182 **Participant:** [1:18:45.8] Nein. (interrupted by interviewer sign of attention), nö, da wurde nich geprägt (interrupted by other person), ne. Keineswegs. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber also was wir was die Heilpflanzen anbelangt, ne (interrupted by interviewer sign of attention), wo du jetzt so, klar is jetzt das Thema, ne, aber ich meine ich Heilpflanzen würd ich ja nur dann gezielt nehmen wenn ich leide, ne (interrupted by interviewer sign of attention), so. Ansonsten nicht.

183 **Interviewer:** [1:19:21.5] Obwohl zum Beispiel ich kann ja 'n Salbei auch im Garten ham und dann irgendwas in Butter und Salbei schwenken.

184 **Participant:** [1:19:27.9] Ja sowas machen wir immer, also wir benutzen (interrupted by interviewer sign of attention)

185 **Interviewer:** [1:19:29.9] Jaja genau, aber (interrupted by participant)

186 **Participant:** [1:19:30.7] Wir benutzen also sämtliche Kräuter die im Garten sind zum kochen, (interrupted by interviewer sign of attention) ne (interrupted by interviewer sign of attention), aber nicht wegen ihrer Heilwirkung, sondern (interrupted by interviewer sign of attention) wegen ihres Geschmackes, ne (interrupted by interviewer sign of attention) und äh und da is ja auch so, das ham Sie ja vorhin auch schon explizit gesagt, das äh die die äh nat, die Vitalstoffe ja, Vitamine, Mineralstoffe und so, ne (interrupted by interviewer sign of attention), die sind ja nachweislich da in stärkerem Maße drin und dann mu, brauch ich dat auch nie anbauen, hab ich schon 6 Wochen eher, oder 'n viertel Jahr eher, bevor im Garten überhaupt irgendwas wächst. (interrupted by interviewer sign of attention) Das ja alles schon Motivation genug. Und wenn ich von allen, ich sag's nochmal, wenn ich von allem 'n bisschen esse, also, da is immer das richtige dabei. (interrupted by interviewer sign of attention) Is meine Auffassung.

187 **Interviewer:** [1:20:20.5] Darf ich Sie nach Ihrem Geburtsjahr fragen?

188 **Participant:** [1:20:22.8] 60 (interrupted by interviewer sign of attention)

189 **Interviewer:** [1:20:25.4] Und nach Ihrem höchsten Bildungsabschluss?

190 **Participant:** [1:20:27.4] Diplom Ing. (interrupted by interviewer sign of attention)

191 **Interviewer:** [1:20:31.1] Noch ein Dipl. Ing. (interrupted by participant). Sehr bleibt auf'm Arbeitsmarkt gewesen, oder?

192 **Participant:** [1:20:38.3] Ich hab mich nach der Wende vom Arbeitsleben verabschiedend. (interrupted by interviewer sign of attention). Ich hab mich dann nur noch mit Kunst beschäftigt. (interrupted by interviewer sign of attention)

193 **Interviewer:** [1:21:00.9] Ich mein, wenn das schon ne Zeit lang her. Bis hierhin ham Sie's geschafft, ne, also (laughter). Irgendwas ham Sie richtig gemacht.

194 **Participant:** [1:21:07.2] Erfülltes Dasein. (interrupted by interviewer sign of attention) Erfülltes Dasein. Ja. Ja gut, dann können wir die Sache ja zuende bringen.

- 195 **Interviewer:** [1:21:18.0] Eine Frage hab ich noch. Äh Sind Ihre Eltern oder Großeltern auch aus der Region?
- 196 **Participant:** [1:21:24.4] Äh ja die Eltern sind aus der Region, aber die Großeltern beide sind Kriegsflüchtlinge. (interrupted by interviewer sign of attention) Kann man so sagen, ne?
- 197 [1:21:35.1] **Other Person:** Ja. Mhm.
- 198 **Participant:** [1:21:36.2] Ja.
- 199 **Interviewer:** [1:21:37.4] Sie sind hier in Rostock geboren meinten Sie?
- 200 **Participant:** [1:21:39.1] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 201 **Interviewer:** [1:21:41.2] Ja. Dann hab ich alles. (interrupted by participant) Wenn Ihnen noch was einfällt zum Garten, was Sie mir erzählen möchten. Ich hol kurz Datenschutzbestimmung raus.
- 202 [1:21:56.6] **(unrelated to topic)**

### 7.3.4.2 Interview RO 2

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Voll okay. Ich mein, Sie wissen ja jetzt schon, dass ich meine Masterarbeit zu Heilpflanzennutzung und (interrupted by participant) Wissensweitergabe in der Bevölkerung schreibe.
- 2 **Participant:** [0:00:07.6] Wir duzen uns ma, ja?
- 3 **Interviewer:** [0:00:08.5] Ah gerne, gerne.
- 4 **Participant:** [0:00:09.4] Woa, das macht's einfacher. Ich krieg immer Gänsehaut, wenn ich gesiezt werde.
- 5 **Interviewer:** [0:00:11.8] Ja, dann dann weißt du worüber ich meine Masterarbeit (interrupted by participant) schreibe, genau.
- 6 **Participant:** [0:00:15.3] Und das is jetzt im im äh im äh im äh Studienrichtung Biologie, oder äh oder oder Umwelt oder mh.
- 7 **Interviewer:** [0:00:20.8] Ich hab in meinem Bachelor Biologie studiert, genau (interrupted by participant), und jetzt studier ich nachhaltige Entwicklung.
- 8 **Participant:** [0:00:25.1] Ah sehr gut.
- 9 **Interviewer:** [0:00:26.1] Das is so'n bisschen Naturwissenschaft trifft auf Wirtschaft trifft auf soziales (interrupted by participant) um das alles so'n bisschen unter einen Hut zu bekommen, genau (interrupted by participant) und dafür
- 10 [0:00:32.5] **Other Person:** Moin.
- 11 **Participant:** [0:00:33.1] Moin.
- 12 **Interviewer:** [0:00:33.5] Moin. Genau dafür mach ich das jetzt grade. Das is meine (interrupted by participant) Masterarbeit.
- 13 **Participant:** [0:00:36.8] Das is das is gut, da hilft man ja doch. Das is ja schon die eine Sache (laughter). So ja gut.
- 14 **Interviewer:** [0:00:43.9] Genau. Ich w, mich würd's einfach freuen, wenn wir anfangen könnten indem du einfach mal überlegst was du so im Garten hast und wie such Sachen für was benutzt, oder gegen was.
- 15 **Participant:** [0:00:53.7] Na also wir fangen an mit wir bleiben ma beim **Salbei** (interrupted by interviewer sign of attention). Wir bleiben beim Salbei, also für für Hals und und ähnlichem, Salbei erstmal sehr gut. Wir benutzen, wir machen auch viele puh also wir machen ein Kräutertee und selber da ham wir auch, Joha schwan von der **Schwarzen Johannisbeere** die Blätter mit drinne. Wir haben hier **Thymian** im Garten. Wir ham puh auch **Rosmarin** im Garten auch. Das w machen wir dann mit'm bisschen in so'n Kräutertee rein, genau so wie **Johanniskraut** und haben auch'n bisschen **Schafgarbe** gehabt und auch äh **Baldrian**. Und da machen wir uns so'n so'n Kräutertee fertig, den wir dann ben n im Winter benutzen und eben halt, ja, wenn's ma Erkältung gibt und ähnlichem da kommt denn 'n bisschen hier von von dem **Holunder** des Nachbarn kommt denn noch 'n bisschen Holunder mit rein (interrupted by interviewer sign of attention), Holundersaft mit rein und denn benutzen wir das eigentlich so im Winter zum zum wieder aufa zum wenn wieder zum hochkommen.
- 16 **Interviewer:** [0:01:53.1] Welche Teile der Pflanzen benutzen Sie? Sie ham jetzt (interrupted by participant) einige schon genannt.
- 17 **Participant:** [0:01:55.7] Also bei beim beim Baldrian benutzen wa eigentlich die Wurzel, die die die mh buddel' ich aus und lass sie 'n bisschen und lass sie trocknen und raspel' sie und ansonsten werden im Prinzip jetzt bei der Schwarzen Johannisbeere ähm eben halt die Blätter benutzt und aber auch beim Salbei oder beim Thymian sind's ja auch die Blätter die wa benutzen (interrupted by interviewer sign of attention) und auch wirken. (interrupted by interviewer sign of attention) So und denn, man kann ja auch jetzt sag ma als Heilpflanze ham wir ja zum Beispiel auch die Schwarze Joha äh

die Schwarze Brombeere. Wenn man Brombeersaft macht däh hat das ja natürlich auch'n hohen Vitamin C Gehalt drinne und und auch die äh die die n dunklen Farbstoff der g äh nich g Karotin is es nich, das äh nennt sich anders noch, aber das sind ja im Prinzip auch Pflanzen die die ja auch, immer gesagt Stoffe, die eben halt auch gut für'n Körper sind. (interrupted by interviewer sign of attention) Und auch auch deshalb auch sag ich ma mit unter uns im Garten sehr lieb sind. Wir ham auch **Lavendel** da, also da ham wir auch einige Sachen mh mit gemacht, also weiß nich, dann haben wir die **Ringelblume** da zum Beispiel (interrupted by interviewer sign of attention, da macht äh mein meine Frau macht denn auch ne Ringelblumensalbe draus, als auch das benutzen wir eben als ah als Heilpflanze.

18 **Interviewer:** [0:03:14.4] Aus welchem Teil der Pflanze wird die Salbei gemacht?

19 **Participant:** [0:03:16.3] Die Salbe wird aus'n Blüten gemacht.

20 **Interviewer:** [0:03:17.8] Aus den Blüten okay. Und sie ham eben gesagt, dass Sie Lavendel benutzt haben. Welchen Teil vom Lavendel und wie ham Sie den Lavendel benutzt?

21 **Participant:** [0:03:23.6] De äh da äh sag ich ma Lavendel hat meine meine meine meine Frau benutzt, ich. Die sagte da brauch ich noch Lavendel für, man kann ja auch Lavendel das is verboten und wir machen's auch nich, aber man kann halt Lavendel auch tatsächlich äh zum Destillat machen um um um sag ich ma äh mh mh mit im in in Cremes und äh oder ähnlichem mit reinzunehmen als Duftstoff und als Heilstoff. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber Destillate, das is ja nun, da muss man das kaufen. (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Im vielen schade, ja. Wenn ich so die Mirabelle da sehe (laughter)

22 **Interviewer:** [0:03:59.6] Ah ich weiß ganz genau, ja, ich versteh das schon, ja.

23 [0:04:02.3] **Participant:** Nein, aber das is auch richtig so. Also is alles in Ordnung. Aber das wird, das benutzen wir eben halt.

24 **Interviewer:** [0:04:08.4] Was ham Sie sonst noch so im Garten an an Pflanzen. Ham Sie auch Nutzpflanzen und Zierpflanzen?

25 **Participant:** [0:04:13.1] Wir ham Nutz und Zierpflanzen, natürlich, also wir, also an Nutzpflanzen bauen wir äh vorwiegend Rote Beete an weil die Schnecken da nich so doll rangehen (interrupted by interviewer sign of attention). Gelbe Beete. Wir ham Kartoffeln, wir haben Bohnen, wir haben Erbsen, wir haben Blaubeeren, wir haben wir ham ganz viel Schwarze Johannisbeer, wir ham Rote Johannisbeer, Stachelbeer, äh Brombeer sagte ich schon. Wir haben jetzt ähm, ham wir da hinten jetzt wieder angeht, ja das is an Nutzpflanzen eigentlich so gut wie alles. Zwe Zwiebeln, Knoblauch, je, Gelbe Beete, Rote Beete hab ich schon gehabt, also so also die Kartoffeln, die wir anbauen also wenn jetzt nich viel Besuch kommt schaffen wir tatsächlich über'n Winter damit zu kommen (interrupted by interviewer sign of attention), also das das das reicht (interrupted by interviewer sign of attention), doch das, denn wenn man sieht, das ordentlich, wir ham hier so'n so'n so'n so'n so'n großen kra äh Kreis als als unser Gemüsebeet (interrupted by interviewer sign of attention), ham wir, da ham wir oh, da kann ich ja noch weiter machen, wir ham da äh Chinakohl, wir ham sag ich ma an Kohlsorten haben wir auch, also naja gesagt Kohl, Chinakohl, Salate ham wir, wir ham dort ham wir noch äh Sellerie äh ham wir noch, wir ham Porree, Lauchzwiebeln und so weiter, also wir sind da so im gut aufgestellt und w was eingemietet werden kann kann eingemietet werden und

26 **Interviewer:** [0:05:52.4] Ah Sie ham auch ne Miete?

27 **Participant:** [0:05:53.4] Naja wir machen ah mh dann ne Miete macht man sich im Prinzip im kühlen Keller (interrupted by interviewer sign of attention), liegt halt Sand fertig und da kann man das im Prinzip mit mit'm Sand einmieten. Der Sand darf nich zu zu nass sein, (interrupted by interviewer sign of attention) aber auch nich zu trocken sein und da hat, da kann man sag ich ma die Rote Beete kann man da einbuddeln (interrupted by interviewer sign of attention) und denn kann man die über'n Winter dann gut (interrupted by interviewer sign of attention) gut. Früher ham wir, also Mohrrüben werden hier von den Schnecken in der Hohe schon weggefressen (laughter), aber aber früher hab ich äh so Mohrrüben äh und und und auch Sellerie und so das kann man alles in Sand in Kisten

reinpacken im Keller und dann is gut, also is genauso wie Kartoffeln ja eigentlich nich in Sand aber auch im kühlen Keller durchaus über'n Winter kommen. Schön dunkel (interrupted by interviewer sign of attention) das is okay so.

28 **Interviewer:** [0:06:35.6] Vielleicht jetz ne doofe Frage, aber das mit dem Sand kannte ich überhaupt nich, dass man das im Keller mit dem Sand machen kann (interrupted by participant). Äh is das dann jedes Jahr der gleiche Sand, also hebt man den Sand dann auf?

29 **Participant:** [0:06:44.8] Nö, den den packe, den schmeiß ich weg. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja und dann dann kommt denn auch wieder in die Beete, weil wir hier ziemlich fetten Boden haben (interrupted by interviewer sign of attention). So denn kommt er wieder in die Beete zum auflockern (interrupted by interviewer sign of attention). So und und und denn kauf ich wieder nh Spielsand und und miete das dann wieder da ein. (interrupted by interviewer sign of attention) Und das ham wir d, also das ham wir früher ham wir das also mein mein Ex Schwiegervater der hatte eben halt ne ne Gärtnerei und und wir wurden mit mit dem Zeug eben halt zugeschissen und ah äh und denn ham wir das eingemietet und da ham wir wirklich über is auch'n is ja auch'n lustig, ne, also (interrupted by interviewer sign of attention) wenn man denn sagt, ich hohl jetz mal kurz das Wurzelwerk, ne (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) und geht in Keller und kommt denn, hier sind sie. Bisschen bisschen manchmal bisschen schrumpelig die Mohrrüben so denn holt man die Abends hoch, legt se in's Wasser, so, dass die nochma wieder 'n bisschen Feuchtigkeit rauf kriegen (interrupted by interviewer sign of attention), schälen, ne, hat man frische Möhren (interrupted by interviewer sign of attention). Man muss nich mehr Möhren im Winter aus sonst woher kriegen aus Südafrika oder so. (interrupted by interviewer sign of attention)

30 **Interviewer:** [0:07:49.5] Wie stehst du zum Thema Selbstversorgung generell?

31 **Participant:** [0:07:51.7] Ne man hört das ja so, ne, also die Selbstversorgung äh soll wohl weg eine Hilfe sein, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) also man man hat dann natürlich äh über die Jahre 'n be Bedürfnis äh bekommen die über den eigenen Garten auch hinaus gehen und äh aber ansonsten find ich ne Selbstversorgung als Hilfe sehr sehr angenehm und wenn man'n Garten hat is es ja auch 'n Stolz der da hinten rankommt, wo man sagt, ich hab mir das a von meinem Garten oder von (interrupted by interviewer sign of attention) meinem Stück Erde was ich beacker' ja auch immer irgendeiner Form de is man ja auch stolz drauf und hat denn nh sagt auch nh schmeckt ja dann auf einmal besser. Is ja totaler Schwachsinn, aber es findet ja im Kopf statt (laughter), aber.

32 **Interviewer:** [0:08:36.7] Das kommt drauf an, also zum Beispiel Möhren, wenn die gewaschen sind im Supermarkt verlieren die alleine durch den Waschprozess und durch das lange (interrupted by participant) lagern schon viel Geschmack, also. Is schon was dahinter, dass das (interrupted by participant) schon aus'm Garten besser schmeckt.

33 **Participant:** [0:08:45.2] Ja aber allein schon weil se ewig an Licht liegen, da (interrupted by interviewer sign of attention), also da de mh mh UV Strahlung beziehungsweise das Licht das nimmt ja auch Inhaltlich (interrupted by interviewer sign of attention) viel weg (interrupted by interviewer sign of attention). Ja. Naja und ansonsten wenn wir jetz Gemüse zukaufen, dit machen wir bei Biofrisch (interrupted by interviewer sign of attention) so und und passen da auch auf wieviel und nich so viel wegwerfen und und gut kalkulieren, auch im Kochsystem schon sag ich ma im Kochprozess schon kalkulieren so und de des das eben halt nix übleibt und irgendwo landet. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenn möglich. (interrupted by interviewer sign of attention)

34 **Interviewer:** [0:09:19.5] Wie sieht's mit Zierpflanzen aus?

35 **Participant:** [0:09:21.4] Ja Zierpflanzen kann ma ja ma gucken, also wir ham ja nu viele Rosen, also wir haben insgesieb mh mh insgesamt, also letztes Jahr waren es 72 Rosen (interrupted by interviewer sign of attention) und (interrupted by interviewer sign of attention) da sind jetz über Winter sind uns doch einige abhanden gekommen. Der zweite Frost hat einiges (interrupted by interviewer sign of attention) dahingerafft. Wir ham hier Montbretien da. Wir haben nh Nelken ham wir im Frühjahr ganz viel. Wir lassen auch, also wir ham auch immer auf der Wiese ham wir Korkusse und und, also also

dieser Teil ist denn f vorwiegend mit mit Zierpflanzen und und Gladiolen und und ähnlichem. So Lupinen haben wir da. Da will ich nächstes Jahr auch mal ran, dass meine Oma hat aus Lupinensamen auch schon immer was gemacht (interrupted by interviewer sign of attention) so und das kam so aus aus der Armut heraus des Krieges und denn gab es irgendwie äh wie Linsen, Lupinensamen kann ich mich noch dran erinnern und da (interrupted by interviewer sign of attention) will ich mich tatsächlich mal ran machen, weil das ist ja 'n, das ist ja ne ne ne Eiweiß äh haltige Nutzpfl äh also Blume al ka (interrupted by interviewer sign of attention) wo ja viel auch die Nutzpflanze man denn Lupinenmilch oder sowas (interrupted by interviewer sign of attention) kriegt man ja auch und kriegt man einiges aus Lupinen ja auch gemacht, wenn man sich vegetarisch ernährt ist die das als Eiweiß, also heimische Eiweißpflanze dem Soja fast gleich. So und das ist schon sehr interessant, aber dann will ich mich nächstes Jahr mal 'n so'n bisschen ran tasten und um un bisschen kochen. Mal sehen was daraus passiert.

36 **Interviewer:** [0:10:54.0] Ja sehr gut. Würdest du dich als Neugierig bezeichnen?

37 **Participant:** [0:10:56.7] Ja aber sicher. (interrupted by interviewer sign of attention) Natürlich. Wer nicht neugierig der wird alt. (interrupted by interviewer sign of attention) 'S, ne, also äh was muss doch neugierig sein, also, sonst sonst sonst kann man der Entwicklung doch gar nicht standhalten. Also das ist doch sonst langweilig. (interrupted by interviewer sign of attention) Es ist doch, sonst würd ich ja mim Pferdewagen durch die Gegend fahren, wenn ich neu nicht neugierig wäre, äh wie das neuste Auto läuft (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Beispiel (interrupted by interviewer sign of attention). (laughter) Aber sonst auch hier, was wir was wir so, wir probieren einiges aus, wenn wenn eben halt und der Dünger zum Beispiel, wie wir den Dünger machen, wenn wir düngen, dass wir eben halt so bio biologisch wie wie möglich sind, dass nh wird dann eben halt vom Magnesium in die Erde zu kriegen, dann nimm nimm man eben halt äh geht man nh wo buchen stehen nimmt man sich 'n mh mh 'n bisschen Buchenlaub mit, hat viel Magnesium in sich. So und und und kann man da auch mit äh diese Nährstoffe, die man ja zum Teil ja auch über den Kompost hat äh auch in den Boden wieder rein bringen und so'n bisschen damit den Boden pushen (interrupted by interviewer sign of attention), weil sind das sind alt hergekommene äh Sachen, die früher auch gemacht worden sind und und auch irgendwer über über mh Freunde die die Landschaftsgärtner sind und und mh mir denn auch zugetragen werden, du, wenn du denn so biomäßig das alles betreiben willst, weil wir machen das auch alles hier mit Permakultur (interrupted by interviewer sign of attention), also wir graben nicht um. Wir ham das alles mit Kompost wieder oben rüber und und nur eben halt die obere Decke, dass die, dass die das Biosystem unten nicht kaputtgemacht wird (interrupted by interviewer sign of attention). Da, ne, also ne das kommt mal denn auch so, dass es eben halt nicht so wächst wie man sich das vorstellt, aber aber mh wenn man's richtig anstellt dann hat man auch sehr viel sehr viel Erfolg muss ich auch ganz ehrlich sagen (interrupted by interviewer sign of attention). Also Rote Beete dies Jahr, diese Größe, das ist schon (interrupted by interviewer sign of attention) das Rübchen. (laughter) ja natürlich, ne (interrupted by interviewer sign of attention), aber.

38 **Interviewer:** [0:12:55.1] Is super. Mag ich sehr gerne tatsächlich, (interrupted by participant) also

39 **Participant:** [0:12:57.4] Äh ist ja, erstens ist es auch gesund, (interrupted by interviewer sign of attention) eisenhaltig ist sehr wichtig. So und und ach Rote Beete Carpaccio schön mit Orangen und mit (interrupted by interviewer sign of attention) mit Schafkäse, das ist 'n, paar Nüsse rüber, Knoblauch und Olivenöl (interrupted by interviewer sign of attention), das ist ratzfat gemacht (interrupted by interviewer sign of attention)

40 **Interviewer:** [0:13:15.0] Wie lang habt du oder habt ihr den Garten schon?

41 **Participant:** [0:13:18.2] Na ich sag mal, ich bin jetzt äh bei meiner meiner Partnerin erst vor 2 Jahren eingestiegen weil sie den Garten hat sie jetzt 15 Jahre, 14 Jahre, 15 Jahre lang (interrupted by interviewer sign of attention) und sie hat den Garten betrieben mit ihrer Freundin so und ihre Freundin ist auf's Land gezogen und konnte denn hier nicht mehr mitmachen und da wir ja 2 Gärten haben, wir haben hier 1000 Quadratmeter so und äh da hab ich gesagt, ich lass sie nicht alleine und hab denn hm ich steig denn mit ein und (interrupted by interviewer sign of attention) hab denn mein mein Schulgartenwissen von früher (laughter) und und und alles was so äh, ne, wenn man denn

mit mit mit 2 äh Landschaftsgärtnern und und Biobauern denn tatsächlich ma Bier trinken geht (interrupted by interviewer sign of attention) und denn hat man Vorlesung ohne Ende. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) Das funktioniert ganz gut. Und und um meine meine Frau, die is ja halt da auch sehr belesen und das is immer auch so, dass man sich im Winter sich über durch die Bücher wälzt und und und sich Wissen aneignet und denn ausprobiert und die Neugier kommt dann doch wieder zum (interrupted by interviewer sign of attention) tragen und sagt, okay, wie mach ich denn das, ja. Wie krieg ich jetzt mein Boden wage oder wie mach ich dieses oder jenes (interrupted by interviewer sign of attention), so und ja. Mach, das macht denn auch Spaß, wenn auch denn sag ich ma 'n Ergebnisse ham.

42 **Interviewer:** [0:14:38.0] Hattest du vor dem Garten hier auch'n Garten?

43 **Participant:** [0:14:41.0] Ne, also mein Garten is eigentlich der Wald (interrupted by interviewer sign of attention) so weil das hab ich auch früher immer auch meiner Frau gesagt, also äh geh du in deinen Garten, ich geh in Wald, dass is mein Garten (interrupted by interviewer sign of attention), weil äh dann selbst im Wald, wenn man sich da ähn dreimal umguckt und sagt, okay, jetzt hier die Minze und dann hab ich dieses oder jenes äh (inaudible), besonders wenn er dann so an an an Wasser, wenn du jetzt zum Beispiel an der Warnow bist, da hast de drei vier verschiedene Sorten Minzen und ähm Minze haben wir übrigens auch. Pfefferminztee und so so und und da kann man eben halt äh sich ma auch 'n Pfefferminztee machen weil man noch'n Kocher irgendwo mit'm hat oder (interrupted by interviewer sign of attention) oder man man man findet auch viele andere Sachen im Wald, was man hm ja durchaus als Kräuter benutzen kann und

44 **Interviewer:** [0:15:24.6] Gibt's was, was du benutzt hast davon?

45 **Participant:** [0:15:26.5] Ja fa also Pfefferminze. Ich benutze zum Beispiel auch äh , also nh nh jedes Jahr im Wald hol ich mein Bärlauch und und hole hole meine meine nah, sag schnell äh Waldmeister (interrupted by interviewer sign of attention) und mh das, man kann vieles manchen, man kann, man kann also wenn früher man unterwegs is, denn und die Buchen eben halt auskeimen und diese Doppelblätter haben, die kann man wunderbar zum Salat nehmen und denn kann man auch die ganzen frischen äh Triebe von vom Ahorn selbst benutzen, der Ahorn als solches kann man des ganze Jahr über benutzen (interrupted by interviewer sign of attention), die jungen Ahornblätter, damit kann man die tatsächlich die wie Weinblätter schon im Frühjahr benutzen und kann dann eben halt was einwickeln, kann man die äh mh mh mh wie wie Kohlroulade machen kann man kann man nh sag ich mal de de kleines hack mit rein rollen oder oder 'ne Mais, äh ne Reismischung mit reinmachen und das funktioniert wunderbar. Einlegen das wird das jetzt f also oder man kann da b die frischen Triebe von der von der von der Fichte zum Beispiel und auch von der Tanne, die kann man kann man nh sammeln und in in Sirup einlegen, also mein Sirup davon machen, was zum Beispiel auch gegen Halsschmerzen und ähnlichen wunderbar, also Fichtennadeltee gibt es ja auch oder Fichtennadelsirup so da da das mh kann man dann selber schnell herstellen, also das sind ach sone Sachen die man denn aus'm Wald denn auch holt, also das is immer sehr sehr schön sag ich mal, wenn man mit'm Hund durch'n Wald is und man kommt so mit'm kleinen Beutelchen Kräuter und (interrupted by interviewer sign of attention) Kramzeug dann im Frühjahr raus is (interrupted by interviewer sign of attention). Fetzt schon.

46 **Interviewer:** [0:17:04.3] Würdest du aus'm Wald auch was also jetzt du hast ja die die die Fichten, de die frischen Fichtentriebe schon erwähnt gehabt (interrupted by participant). Würdest du aus'm Wald sonst noch was verwenden oder wenn du dich unwohl fühlst oder krank, dass du äh explizit in Wald gehen würdest?

47 **Participant:** [0:17:16.0] Äh sag ma die frische Luft tut's schon alleine, ne, aber jetzt so äh f, ne, da puh mh so, dass ich jetzt sage, das hilft mir jetzt weiter. Maximal Fichtennadel eben (interrupted by interviewer sign of attention) essen, aber wenn ich krank bin mach, geh ich nich unbedingt dann. (interrupted by interviewer sign of attention) Nur zum zum frische Luft. Da hab ich denn mein Kräuterzeug und mein mein Holundersaft (interrupted by interviewer sign of attention) mit'm Schuss Rotwein. (interrupted by interviewer sign of attention) Und schwitzen mit Honig drinne und das funktioniert wunderbar. (interrupted by interviewer sign of attention)

- 48 **Interviewer:** [0:17:50.0] Jetzt hast du mir schon ne ganze Menge erzählt von Sachen, die du weißt (interrupted by participant). Weißt du wie du das, wo du das Wissen her hast, wie du das gelernt hast, wann du das gelernt hast?
- 49 **Participant:** [0:17:58.8] Ich sag ma ich hab ja Eltern gehabt, die und Oma und äh äh ne Oma gehabt und äh war immer schon ein neugieriges Kind, war glaube auch ein nervendes Kind. Warum, wieso, weshalb äh nh des äh is mir dann auch viel überliefert worden. Meine Schwester is auch in diese Richtung, dass man sich auch was anliest, dass man dass man viel in der Natur ist und viel unterwegs is und sich mh mit mit mit den Sachen nh auseinandersetzt. Es es achtet, es pflegt und und äh nachhaltig vorwiegend denkt so und und insofern äh is man nh da sehr interessiert ran. Man kommt allein schon über die Tiere ran, was Tiere fressen, was sie tun dann, sie machen. Also was was man über Jäger und und und ähnlichem eben erfährt und wenn man denn eben halt neugierig is kriegt man so über die Jahre hinweg 'n 'n Wissen was das betrifft. (interrupted by interviewer sign of attention) Und nh und nh ich sag ma momentan is ja auch so'n bisschen der Trend eben halt sich gesund zu ernähren und äh nachhaltig zu denken, oder so. Das is ja, das kommt ja Gott sei dank 'n bisschen vor jetzt mittlerweile, ne. (inaudible) und manchmal durch die Straßen geh denk ich ma nich so, aber manchma im Wald, wo jetzt auch de in der Coronazeit da Wald äh sag ich ma überhäuft wird von Menschen, die sich nicht wie Gäste im Wald be benehmen (interrupted by interviewer sign of attention) und und natürlich insofern auch v viel zerstören. Also indem sie eigentlich nur die Wege nich benutzen (interrupted by interviewer sign of attention) zum Beispiel. Ah die machen die machen so Biomasse kaputt, wenn sie durch die durch die Landschaft laufen, ne, und glauben sie gar nich, ne, da is eben, oder die die Mountainbiker die durch die Gegend schraxsen und ich mein der der Boden, die Biomasse beim, im Wald is nunmal nur 15 Zentimeter, ne und danach kommt das eigentlich ziemlich mager hinweg so und aber so um andere Pflanzen wie Farne oder ähnlichen wachsen zu lassen. Man muss nur aufpassen und und achten, das is sehr wichtig.
- 50 **Interviewer:** [0:20:10.0] Informierst du dich aktiv über das Thema gesünder leben oder gesundes Leben?
- 51 **Participant:** [0:20:13.5] Nö (interrupted by interviewer sign of attention), nö.
- 52 **Interviewer:** [0:20:15.3] Hast du da Interesse in dem Bereich?
- 53 **Participant:** [0:20:17.0] Je ja ne, ich sag ma, ich mach das aus'm Bauch raus. (interrupted by interviewer sign of attention) So (interrupted by interviewer sign of attention) und und und insofern äh, also ich ich beles' mich da nich. Also ich weiß was in Pflanzen drinne is und ich weiß was was was in mein meinen Früchten drin is, was ich esse und denke daran, dass ich mich so gut in dem Fall so ernähre, also äh im Prinzip wenn man sich ernährt wie ein Indianer (interrupted by interviewer sign of attention) ne nur von dem was der Boden einem gibt, wirklich ernährt, im Winter mit Kohl ernähren und den da denn auch wirklich mehr Fleisch essen um um um den Eisenhaushalt zu zu tatsächlich äh w hochzuhalten und und die Fette auch zu haben, dass man nich so viel friert so und im im Frühjahr denn hört das auch wieder auf. Denn im Sommer wird sag ich mal selten dann irgendwie Braten gemacht oder so. Dann wird ma höchstens gegrillt und das das kaufen wir denn auch irgendwo denn so so ein, dass es vom Bio is vom Biobauern is, also (interrupted by interviewer sign of attention) wir wissen wirklich es glückliches Tier gewesen angeblich wirklich. Wenn's wüsste, was mit dem passierte (laughter). Nein, aber aber insofern äh also ich achte zum Beispiel darauf, dass ich, dass wir denn bei uns zum Beispiel kommt kaum noch Avocado (interrupted by interviewer sign of attention), weil dieser Avocadoboom macht ganz Landstriche kaputt und und und äh müssen, als da beles ich mich dann schon mal, ne, besonders was was woher es kommt, also man sieht das im so nh wo locker plocker ma so äh aus Südafrika ma paar Kirschen kaufen äh muss ich sagen, entschuldigt bitte, aber nh ne, (interrupted by interviewer sign of attention) oder im im im Winter frische Tomaten kaufen, also entschuldigt bitte, auch im Winter werden in Spanien die die Treibhäuser äh beheizt, aber äh die Gewächshäuser beheizt (interrupted by interviewer sign of attention) und denn werden se noch hoch gekarrt und den CO2 äh Wert will ich nich wissen, also mh mh also denn werden eben Dosentomaten benutzt, oder getrocknete Tomaten. Kann man alles äh mit in's Essen mit einbeziehen und es funktioniert auch sehr gut.
- 54 **Interviewer:** [0:22:27.7] Hast du spezielle, also du hast jetzt ja schon angefangen mit mit Ernährung

hast du spezielle Ernährungsgewohnheiten, äh gewollt oder ungewollt, also Allergien oder Sachen was du da speziell achtest, da hattest du jetzt ja schon angefangen.

55 **Participant:** [0:22:37.4] Ne, also Allergien hab ich gar keine (interrupted by interviewer sign of attention), also ich hab auf gewisse Leute Allergien (interrupted by interviewer sign of attention) und gewisse Meinungen, aber ansonsten bin ich auf nichts wirklich allergisch (interrupted by interviewer sign of attention). Da da, ne, hab ich nicht's. (interrupted by interviewer sign of attention) Aja. Hm.

56 **Interviewer:** [0:23:02.0] Bist du, hab ich das schon gefragt, bist du mit Garten aufgewachsen?

57 **Participant:** [0:23:06.5] Nja, hattest schon gefragt (interrupted by interviewer sign of attention). Nein, nein. Nein (interrupted by interviewer sign of attention), bin nich mit Garten aufgewachsen. Ich sag ma so äh mei mh ich hab Freunde auf'm Land, äh die ham sag ich ma 'n riesen Grundstück und die ham'n Garten gehabt und (interrupted by interviewer sign of attention) ich war eigentlich derjenige, der sich um garten eigentlich immer gedrückt hat und eigentlich überhaupt gar nichts mit Garten zu tun haben wollte (interrupted by interviewer sign of attention). Wo ich dann sagte, ne tut mir leid, ihr macht ma 'n Garten, ich nehm die Hunde und ich bin da hinten um Wald (interrupted by interviewer sign of attention) und such die Pilze und denn komm ich wieder, mach euch schönes Essen und s d d un (interrupted by interviewer sign of attention) ihr bringt di Zwiebeln, ich die Pilze. (interrupted by interviewer sign of attention) So und und äh insofern äh und so das is jetzt erst so sag ich ma tatsächlich über die Liebe zu meiner Frau, dass ich tatsächlich mich dann mehr um 'n Garten kümmer.

58 **Interviewer:** [0:23:51.5] Okay und das Interesse is dann auch erst wiedergekommen zu dem Zeitpunkt vor 2 Jahren?

59 **Participant:** [0:23:56.1] Ja, ja (interrupted by interviewer sign of attention), aber vielleicht hab ich das auch genetisch in mir, weil mein v mein Opa der war äh auf einem riesen Gut in in Ostpreußen war der äh für den für den den Parkgarten und und und Wald zuständig. Das war im Prinzip der der der Landschaftsgärtner und Förster da. (interrupted by interviewer sign of attention) Und meine Tante sagt immer, dass is genetisch bedingt, dass du jetzt das machst. (laughter)

60 **Interviewer:** [0:24:22.6] Kann sein, dass da irgendwo herkommt. Kannst du dich äh an an an an an an Kurse in der Schule erinnern (interrupted by participant)

61 **Participant:** [0:24:28.8] Ja

62 **Interviewer:** [0:24:28.9] Die das thematisiert haben, (interrupted by participant) Heilpflanzen.

63 **Participant:** [0:24:30.0] Ja wir hatten ja richtig Schulgarten. (interrupted by interviewer sign of attention) Wir hatten Schulgartenunterricht von der ersten bis zur vierten Klasse (interrupted by interviewer sign of attention). Ham jedes Jahr in einem harten, trocknen Boden mit der Hacke rumgekratzt um da Möhren anzupflanzen und dieser t trockene Boden war tatsächlich auch so nh sandig, Lehm ah, also di Möhren wuchsen musste auch sagen (interrupted by interviewer sign of attention) und da gab es auch tatsächlich, wenn ham wir, also Kohlrabi und was wer alles da angepflanzt haben und denn ham die das tatsächlich so auf auf so 'n so'm mit so'm Schulmarkt ham wir gemacht und wo die Leute gekommen sind und das auch gekauft haben. (interrupted by interviewer sign of attention) Also und ich hab's gehasst, (interrupted by interviewer sign of attention) ich glaube es is so, ko ko ko konnte damit nix anfangen in der Erde rumzukratzen, wo ich dann sage, is doch sinnlos (interrupted by interviewer sign of attention) und mit Schnüren spannen und und und (interrupted by interviewer sign of attention) alles rechtwinklig und f äh des hat des hat mich angekotzt, also so wie wir das machen, dass alles, man kann hier durch'n Garten nur wandeln, hier gibt's glaub ich keine rechten Winkel im Garten (interrupted by interviewer sign of attention), so also, dass is alles rund und mh kann sich schon verstecken, ja.

64 **Interviewer:** [0:25:31.7] Okay, ähm, jetzt hab ich vergessen, was ich fragen wollte, warte. Warte kurz. Stimmt äh du meinstest ja, ihr habt dann äh ähm Möhrchen oder sowas angebaut. Hattest du auch da den Kontakt zu Heilkräutern, oder wurde das thematisiert? So medizinische (interrupted by participant) Nutzpflanzen?

- 65 **Participant:** [0:25:48.9] Nein, nein, da kann ich mich nicht dran erinnern. Das ist auch schon zu lange her, also (interrupted by interviewer sign of attention), also da also war dann eher immer meine Oma, die da auch f sag ich ma zurückgegriffen hat und auch meine Mutter, die dann gesagt ham eben halt äh de der Salbeitee, der macht das, der Pfefferminztee macht das, der Baldrian macht das und ähnlichem, also das ist jetzt, ja, das war so das Thema.
- 66 **Interviewer:** [0:26:12.0] Wieso ham die das gemacht?
- 67 **Participant:** [0:26:14.4] Das ham die sag ich ma aus aus, also meine Mutter, ja die Tochter eines g eines Landschaftsge (laughter) dann äh ne und und meine Oma die is, ja äh die ham auch 'n Gut gehabt in Preußen so und äh die die sind so aufgewachsen und ham das uns auch weitergegeben auch wenn wir im Wald waren, wir ham sonst als Kinder sag ich ma im Wald nh mh sehr bewusst verhalten und und und ham denn äh das wie lieben gelernt regelrecht. (interrupted by interviewer sign of attention) So nicht nur rumzutoben und so dallern, was wir auch durchaus durften, aber eben halt äh sich ruhig verhalten, sitzen bleiben, Tiere beobachten und und und eben halt d de die Bäume kennen lernen und und und also jetzt mein Enkel mit mit 8 Jahren mit dem geh ich durch'n und der sagt auch ohne Laub dran, dass is ne Stieleiche, das is ne Birke, dass is das, dass ne ne Rundblatteiche (interrupted by interviewer sign of attention), ne so, also das (interrupted by interviewer sign of attention) und das macht ja Spaß (interrupted by interviewer sign of attention), so und und denn wenn wenn die Jungs das, wenn man so durch'n Wald läuft und man sieht das und man hat halt eh sag ich ma das offene Auge auch dafür und man weiß denn man dann geht mit den den Kindern durch'n Wald und isst denn die die die Buchensprossen oder oder oder probiert dieses, jenes, welches aus, das das is das is Abenteuer und Romantik pur. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 68 **Interviewer:** [0:27:32.2] Bemüht du dich, das aktiv weiterzugeben, das Wissen was du hast?
- 69 **Participant:** [0:27:35.0] Das mach ich ja mit meinen Enkeln. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Also wie die rufen auch, die rufen auch regelrecht an wenn ich irgendwo noch im Urlaub bin und wandern bin, (interrupted by interviewer sign of attention) denn Opa, wann wollen wir wieder in Wald gehen, aber def f win t sag ich ma viel im Wald und und kriegen auch viel durch so (name) und und, also meine Frau und, also also die Tochter is auch in die Richtung so mit aufpassen was man isst, wie man isst, welche Inhaltsstoffe es sind, das tragen die Kinder schon schon sehr sehr intus, also passen da schon auf. Find ich auch sehr wichtig, weil ja Ernährung is wichtig und wie man kann daraus ne Wissenschaft als solches machen, aber wenn man, sag ich ma, wie schon gesagt, sich ernährt wie Indianer (laughter) dann dann dann tut man dem Boden gut, man tut der Wirtschaft gut, der Umwelt gut, das is ja schon viel wert, auch wenn man kein Garten hat, einfach nur regional und saisonal zu arbeiten. (interrupted by interviewer sign of attention) Also zu kaufen (interrupted by interviewer sign of attention). Is schon sehr wichtig. So noch Fragen?
- 70 **Interviewer:** [0:28:40.7] Ja, ein ein paar noch. Also das Meiste hab ich jetzt schon, aber (interrupted by participant) ja, dann sind wir gleich auch, sind wir gleich mit durch. Hast du professionellen Kontakt mal zu Heilkräutern gehabt? So (inaudible) das du damit ma mit gearbeitet hast?
- 71 **Participant:** [0:28:51.5] Ne, professionel nicht. (interrupted by interviewer sign of attention) Zu Heilkräutern, wart mal, stopp. Ne ge Nelke kann man ja auch als Heilkräuter benutzen, aber die Nelke is auch ein Konservierungsstoff, wenn man zum Beispiel äh Temperafarbe, Eitemperafarbe herstellt (interrupted by interviewer sign of attention) dann insofern hab ich das schon auch professionell benutzt. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 72 **Interviewer:** [0:29:21.8] Wie würdest du die Nelke als zu zum heilen einsetzen?
- 73 **Participant:** [0:29:25.6] Zahnschmerzen.
- 74 **Interviewer:** [0:29:26.9] Bei Zahnschmerzen?
- 75 **Participant:** [0:29:27.7] Ja. Wenn man Loch hat im Zahn (interrupted by interviewer sign of attention), dann nimmt diese kleine Kugel von der Nelke und schiebt sich den den fest auf das Loch rauf und den den diese Strunk, den legt man sich unten anne anne anne an Zahnfleisch, also immer auch wenn

man wandern is (interrupted by interviewer sign of attention), Nelke mitnehmen.

76 **Interviewer:** [0:29:45.3] Und was macht das dann, was soll das machen?

77 **Participant:** [0:29:47.4] Also der die ätherischen Öle von der Nelke die die de, wenn man auf 'ne Nelke beißt, is das ja sehr unangenehm, (interrupted by interviewer sign of attention) so und das muss man aber auch mögen, ah da das, ne, muss man mit, na sag ich ma tragen (interrupted by interviewer sign of attention), so. Und und die ätherischen Öle tatsächlich die betäuben das. (interrupted by interviewer sign of attention) So de de man merkt auch tatsächlich es wird taub. (interrupted by interviewer sign of attention) Und somit wird der Nerv'n bisschen abgetötet und und man kann, sag ich mal, die paar Kilometer, oder die nh 3 Tage bis zum bis zum nächsten Zahnarzt kann man denn noch wandern. (interrupted by interviewer sign of attention)

78 **Interviewer:** [0:30:19.0] Das waren die freien Fragen soweit, also wenn dir noch irgendwas einfällt rede ruhig kurz dazwischen. Ich würd noch ein, zwei Punkte abfragen einfach nur (interrupted by participant). Ähm, wo bist du geboren?

79 **Participant:** [0:30:30.6] Ich bin in Wismar geboren.

80 **Interviewer:** [0:30:31.7] In Wismar, okay. Schön. Und aufgewachsen?

81 **Participant:** [0:30:34.7] In Wismar (interrupted by interviewer sign of attention) in Wismar.

82 **Interviewer:** [0:30:37.9] Okay. Kommen deine Eltern auch aus der Region?

83 **Participant:** [0:30:40.5] Ne. Wie schon gesagt, äh meine mein Vater kommt aus Pommern (interrupted by interviewer sign of attention) und meine äh meine meine Mutter kommt aus ost ost Westpreußen, ja.

84 **Interviewer:** [0:30:50.1] Und du lebst jetzt hier in Rostock, wenn ich das richtig

85 **Participant:** [0:30:52.4] Ich lebe seit 84 in Rostock, ja.

86 **Interviewer:** [0:30:54.6] Das' schon 'n bisschen, ja. Darf ich dich nach deinem Geburtsjahr fragen?

87 **Participant:** [0:30:58.5] 1965

88 **Interviewer:** [0:30:59.8] 65 okay. Ähm magst du mir deinen höchsten Bildungsabschluss verraten?

89 **Participant:** [0:31:05.9] Mein höchster Bildungsabschluss ist äh Theatermaler.

90 **Interviewer:** [0:31:09.6] Theatermaler? (interrupted by participant) Ah interessant. Deswegen auch mit den Farbstoffen und Nelke eben, (interrupted by participant) oder?

91 **Participant:** [0:31:14.4] Ja, genau. (interrupted by interviewer sign of attention)

92 **Interviewer:** [0:31:16.8] Du bist mit Eltern und Großeltern aufgewachsen wenn ich das richtig

93 **Participant:** [0:31:19.8] Ich bin mit mh mit meinen Eltern und mit mh ähm meiner Oma aufgewachsen, also ich hatte nur noch eine Oma. (interrupted by interviewer sign of attention) Mit denen bin ich aufgewachsen. Bis zu meinem 16ten Lebensjahr und denn hab ich meine Segel gestrichen und Häuser besetzt und was weiß ich alles gemacht (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) (laughter), was man so macht mit 16 (interrupted by interviewer sign of attention). (laughter)

94 **Interviewer:** [0:31:40.5] Trinkst du viel Tee?

95 **Participant:** [0:31:42.2] Ja, ich trinke gerne Tee, aber da muss ich ganz ehrlich sagen Kräutertee dann nur wenn's nötig is (interrupted by interviewer sign of attention), ansonsten nh greif ich tatsächlich auf auf den ganz normalen Tee zurück, dass ich denn eben halt eher 'n Earl Grey trinke oder oder 'n schwarzen Tee trinke. (interrupted by interviewer sign of attention), oder (inaudible).

96 **Interviewer:** [0:32:03.0] Das wären alle Fragen, die ich mir hier so aufgeschrieben hab. Ich würd das

Gerät noch kurz weiterlaufen lassen, wie gesagt, ich hab noch'n Datenschutzhinweis, den müsst ich dir zumindest mitgeben (interrupted by participant)

97 **Participant:** [0:32:12.7] Ja

98 **Interviewer:** [0:32:13.3] Und ich bräucht' eventuell auch noch ne Unterschrift.

99 **Participant:** [0:32:14.7] Ja.

100 **Interviewer:** [0:32:15.2] Muss aber alles auch nich, um das klar (interrupted by participant) zu sagen.

101 [0:32:17.5] **(unrelated to topic)**

102 [Addition]

103 [0:37:05.5] **Participant:** Hab hier Papier.

104 [0:37:06.5] **Interviewer:** Also genau, dann äh wir äh sin jetzt noch grad drauf gekommen, dass wir noch einige Sachen äh gefunden hast, zum Beispiel würdest du bei Magenunwohlsein Wermut verwenden.

105 [0:37:13.9] **Participant:** Ja, **Wermutkraut** würd ich da verwenden, also Wermutkraut ähm kann man durchaus im Garten anbauen, findet es aber auch in der Natur (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm ansonsten kann man sich in der Natur auch viele Sachen bedienen wie zum Beispiel Löwenzahn kann man zum Salat benutzen. Man kann auch als Löwenzahnblüten kann man eignen Honig herstellen, also eine an sone Art Sirup, der schmeckt auch wie Honig. Man kann sp Breitwegerich und Spitzwegerich benutzen an den an den Wiesenrändern, also so zum zu leichten äh zu den Gräben hin und auch an an Flüssen wächst das, so Zeug wahnsinnig hoch und schmeckt auch sehr sehr sehr intensiv. Dann kann man sich zum Beispiel den Meerrettich kann man sich selber ausbuddeln, also äh et es is, es is wahnsinnig viel, also was man noch alles äh so benutzen kann, ne, also äh auch an an an Pflanzen, die sogar giftig erscheinen wie wie zum Beispiel der **Fliegenpilz**, ne, also wenn man den vernünftig benutzt und nich als so so über Rauschmittel jetzt sondern tatsächlich sich nur'n leichten Tee kocht und man er erkältet is, ist der tatsächlich schweißtreibend und und und und bringt denn tatsächlich äh sag ich mal nh die die die giftigen Stoffe aus'm aus'm Körper werden im Prinzip mit ausgeschwitzt. So, also wird man nirgendwo lesen, es wird denn wirklich nur von Myzologen oder so mal erzählt (interrupted by interviewer sign of attention), aber ansonsten ah kann man noch alles so inner inner freien Natur kann man sich vieler Dinge noch bedienen.

106 [0:38:55.5] **Interviewer:** Eben hast du die Brennnessel noch erwähnt.

107 [0:38:57.5] **Participant:** Die **Brennnessel** zum Beispiel ja auch durchaus zum Tee kann man die verwenden. Auch Brennnesseltee is auch eben halt auch schweißtreibend wenn man Fieber hat, fiebersenkend. Man kann Brennnessel eben halt auch die jungen Brennnessel kann man benutzen und kann man Gemüse mit machen, also da kann man äh so'n so'n spinatähnlich äh her, also mh kochen und hat auch ein ein ein wunderschönen Geschmack, also das is is is is wirklich herrlich. So und und Brennnessel sag ich ma wir wiederum im Garten ham die Brennnessel einerseits für den Tee und andererseits wieder für die Schmetterlinge, weil sch äh viele Schmetterlinge, die die eben halt äh Brennnessel die Bienen, weil se eben halt die Nesselstoff haben um eben halt große Tiere nicht rankommen zu lassen, dass sie eben halt gegessen werden so die die die Larven und die Pupen so dass die eben sich in der in der Brennnessel tatsächlich entwickeln könne. (interrupted by interviewer sign of attention) So, noch mehr?

108 [0:39:56.3] **Interviewer:** Gerne, ich nehm (interrupted by participant) alles mit.

109 [0:39:57.5] **Participant:** Ich weiß es jetzt nich, ich muss ja erstma Schubladen äh Schubladen wieder

ziehen. Und ma erstma denken, was man noch alles so im Walde so benutzen kann und hier, was hier so wächst. Ja, Schafgarbe, ne, die ham wir jetz da, da is jetz (inaudible), es is zwar 'n wilde Möhre, die da steht, aber Schafgarbe zum Beispiel, ne, wunderbar zum Tee verwenden. Man kann Schafgarbe ganz einfach in in in in Korn legen, die Schafgarbenblüten und kann sie als Magenschnaps verwenden. Schafgarbe is auch für für den Magen sehr wichtig wenn man ihn als Tee verwendet, aber man kann ihn tatsächlich so auch daraus 'n eigenen Kräuter machen. So und ähm ähm und kann eben halt bei Magenbeschwerden eben halt des benutzen. Das aber ne, ob dies ne Schafgarbe is oder der Schnaps, der betäubt, weiß (laughter) (interrupted by participant) man nich, ne. Aber auf jeden Fall die Schafgarbe Tee, meistens ja auch (interrupted by interviewer sign of attention) in den Kräutern im Tee mit mit äh verwandt äh äh is is eben halt auch fü den Magen sehr sehr wichtig. (interrupted by interviewer sign of attention) Joa. Nochma vielleicht nochma hier längs gucken (laughter), ja.

- 110 [0:41:12.7] **Interviewer:** Joa, also ich, ich hab zeit, ich will dich nicht von nichts abhalten, deswegen äh (interrupted by participant), alles, was du zu erzählen hast, nehm ich liebe(name) gerne auf.
- 111 [0:41:20.5] **Participant:** Joa, also ne, jetz muss ich sagen, jetz reicht's auch (inaudible), (interrupted by interviewer sign of attention) nichts mehr.
- 112 [0:41:24.1] **Interviewer:** Des war's?
- 113 [0:41:24.8] **Participant:** Ja, jetzt war's.
- 114 [0:41:25.9] **Interviewer:** Okay. Dann (interrupted by participant) beende ich die Aufnahmen, renn schnell weg (laughter) (interrupted by participant) damit äh, genau, ja.
- 115 [0:41:33.3] **Participant:** Alles klar.
- 116 [0:41:34.0] **Interviewer:** Okay, dann Dankeschön nochmal (interrupted by participant) und

### 7.3.4.3 Interview RO 3

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Äh genau. Ich schreib meine Masterarbeit zur Zeit grade über Heilpflanzennutzung und Wissensweitergabe in Norddeutschland und mich interessiert was gebürtige Rostockerinnen und Rostocker, trifft, das trifft auf sie zu oder?
- 2 **Participant:** [0:00:13.6] Ja.
- 3 **Interviewer:** [0:00:14.4] Was die so im Garten haben und benutzen wenn sie krank sind vor allem.
- 4 **Participant:** [0:00:18.8] Ja ich hab nich viel. **Salbei** hab ich hier, **Pfefferminze**, **Thymian**.
- 5 **Interviewer:** [0:00:24.1] Wie verwenden sie das und welchen Teil von der Pflanze?
- 6 **Participant:** [0:00:26.2] Die Blätter (interrupted by interviewer sign of attention). Die Blätter und dann macht die Frau, hat die Frau, jetz is sie nich mehr äh immer Tee gemacht und die Freunde waren immer ganz begeistert, wenn äh im Winter Erkältung war, hier (name) wir brauchen ma dein Tee und dann hat diese fleißig fertig gemacht. 'S denn immer hier so runter, (interrupted by interviewer sign of attention) trocknet. Ja.
- 7 **Interviewer:** [0:00:49.0] Mit den drei Sachen?
- 8 **Participant:** [0:00:51.7] **Minze**, Thymian und Salbei, genau.
- 9 **Interviewer:** [0:00:56.5] Für oder gegen was benutzen sie das?
- 10 **Participant:** [0:00:58.8] Erkältung, Husten, Schnupfen, Heiserkeit.
- 11 **Interviewer:** [0:01:02.2] Ham sie was spezielles, was sie benutzen, wenn sie Magenunwohlsein haben?
- 12 **Participant:** [0:01:05.7] Hab ich nich.
- 13 **Interviewer:** [0:01:06.7] Ham, das freut mich natürlich, aber.
- 14 **Participant:** [0:01:08.1] Hab ich noch nie gehabt.
- 15 **Interviewer:** [0:01:09.2] Na? Ach is ja schön oder?
- 16 **Participant:** [0:01:11.5] Brauch ich nich.
- 17 **Interviewer:** [0:01:12.6] Okay brauchen sie nich. Gut.
- 18 **Participant:** [0:01:14.5] Also hier wie gesagt, ich nur die drei Sachen da, Lorbeer steht da noch und ach wie heißt dat andere Zeug Sauerampfer und sowas steht da alles. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 19 **Interviewer:** [0:01:25.5] Würden sie das auch. (interrupted by participant)
- 20 **Participant:** [0:01:26.4] Das nehm ich aber für die Salat und so.
- 21 **Interviewer:** [0:01:27.8] Achso, okay. Also benutzen sie das nich im medizinischen Sinne.
- 22 **Participant:** [0:01:30.4] Ne. Nich.
- 23 **Interviewer:** [0:01:31.5] Okay. Ich ha gesehen sie ham einige, einige Nutzpflanzen, wollen sie mir darüber was erzählen, was sie so haben?

- 24 **Participant:** [0:01:39.1] Alles, (interrupted by interviewer sign of attention) was der Kleingärtner braucht (interrupted by interviewer sign of attention). Kartoffeln, viel Kartoffeln. (interrupted by interviewer sign of attention) Das noch gar nicht alles, dass noch nicht mal die Hälfte.
- 25 **Interviewer:** [0:01:46.8] Schöne rote Kartoffeln.
- 26 **Participant:** [0:01:47.8] Und äh Rote Beete. Mangold. Schwarzwurzeln, na wie heißt das andere? Pastinaken (interrupted by interviewer sign of attention). Sowas hab ich alles. Bohnen (interrupted by interviewer sign of attention), Möhren, Zwiebel, Knoblauch Erdbeeren und was und was der Garten, Himbeeren, was der Garten so hergibt. Brombeeren steht hinten ne riesen Hecke.
- 27 **Interviewer:** [0:02:14.0] Wein seh ich noch. Als Frucht eher, ja.
- 28 **Participant:** [0:02:18.9] Wein ja, der der schmeckt aber nicht, den hab ich schon mal gekeltert (interrupted by interviewer sign of attention). Der schmeckt nicht.
- 29 **Interviewer:** [0:02:24.4] Ah dann sieht der nur schön aus.
- 30 **Participant:** [0:02:25.5] Der geht besser. (interrupted by interviewer sign of attention). Dahinter ist noch roter. Auf der anderen Seite der geht auch gut. (interrupted by interviewer sign of attention) Und den muss ich mit Apfelsaft verdünnen und dann geht's. Das geht alles.
- 31 **Interviewer:** [0:02:38.4] Ja gut äh wenn man's nutzen kann, ne.
- 32 **Participant:** [0:02:40.3] Jaja.
- 33 **Interviewer:** [0:02:41.6] Haben sie auch Zierpflanzen?
- 34 **Participant:** [0:02:43.7] Ja. Da. Untenrum.
- 35 **Interviewer:** [0:02:47.8] Zitronenmelisse seh ich auch noch.
- 36 **Participant:** [0:02:49.1] Zitronenmelisse ja. Hortensien. Alles da. Hier. Pfingstrosen und wie sie alle heißen. Ich weiß nicht, aber wie die heißen weiß ich nicht. Das hat die Frau gemacht, aber sie ist nicht mehr.
- 37 **Interviewer:** [0:03:04.5] Schade. Okay. Das tut mir leid.
- 38 **Participant:** [0:03:07.9] Jaja mir auch. (interrupted by interviewer sign of attention) Tomaten, Gurken, alles da.
- 39 **Interviewer:** [0:03:14.3] Im Gewächshaus ja. Schön. Sind sie mit dem Garten aufgewachsen?
- 40 **Participant:** [0:03:20.1] Äh ja. Meine Eltern hatten zwei hier. Und wir mussten Unkraut zupfen wie die doofen. Und hab ich als junger Ehemann, ich 'n Garten. Nie. Das hat 7 Jahre gedauert, da ging das los. (interrupted by interviewer sign of attention) Das der dritte hier.
- 41 **Interviewer:** [0:03:36.8] Seit wann haben sie den Garten?
- 42 **Participant:** [0:03:38.3] Den hier hab ich seit 1990.
- 43 **Interviewer:** [0:03:40.4] Oh, ist ja auch schon 'n Zeitchen.
- 44 **Participant:** [0:03:42.5] Ja vorher hat ich, von 80 bis 90, hatt ich zwei Gärten. Einen in Lütten Klein und einen auf Rügen. (interrupted by interviewer sign of attention) Bin kurzzeitig nach Rügen gezogen und dann wieder zurück. Und dann hab ich mir den gegrieffen und hier stand nix außer die Hütte da

hinten. Der Schuppen. (interrupted by interviewer sign of attention) Den hab ich inzwischen auch verkleidet, aber da stand nix. Das is alles neu.

45 **Interviewer:** [0:04:07.2] Wie kam's dann dazu, dass sie dann doch 'n Garten bekommen haben, nachdem äh Sie als als junger Mensch gesagt ham, ne, will ich (interrupted by participant) nich?

46 **Participant:** [0:04:13.7] Ja, de ich hab hinter so'ner Hecke gesessen, so'ner Spargelhecke, wie sie da auch steh (interrupted by interviewer sign of attention), die war auch in den anderen Gärten drin, so angelegt und anständig einen getrunken und irgendwann gedacht, so könnt ich mir Garten vorstellen. (interrupted by interviewer sign of attention) 3 Monate später hat ich 'n Garten. Beziehungen. (interrupted by interviewer sign of attention) 1980. Urbar machen und dann ham wir das Haus auf dem Titicacasee gebaut. Da war ne riesen Pfütze, da hab ich gesagt, was rauf gestellt. (interrupted by interviewer sign of attention) 'n Steinhaus damals. Würd ich nie wieder machen. Immer nur Holz. Holz. Äh 'n Steinhaus zieht immer Feuchtigkeit im Winter und Holz nich. Das is so trocken im Winter. Das is noch'n Holzhaus. Papphaus eigentlich.

47 **Interviewer:** [0:04:58.9] Selbstgebaut?

48 **Participant:** [0:04:59.8] Jaja. Jaja.

49 **Interviewer:** [0:05:03.9] Haben sie professionel Kontakt zu Pflanzen?

50 **Participant:** [0:05:06.2] Ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Nur im Grönfingers, bei Grönfingers einkaufen.

51 **Interviewer:** [0:05:11.1] Okay. Darf ich fragen wo und wie sie sich informieren, wenn sie gartenbezogene oder kräuterbezogene Fragen haben?

52 **Participant:** [0:05:18.9] Da frag ich meine Nachbarin, die weiß alles. (interrupted by interviewer sign of attention) Die dahinter (interrupted by interviewer sign of attention), die weiß alles. Die is aber nich da. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich wart eigentlich, dass sie kommt. Wir wollten zuammen Mittag essen.

53 **Interviewer:** [0:05:29.4] Ah schön. Ah dann müsste sie ja auch bald kommen, oder, also?

54 **Participant:** [0:05:32.4] Jo wenn um eins Mittag gibt is auch nich schlimm.

55 **Interviewer:** [0:05:36.3] Ham sie Bücher im Bezug auf Kräuter oder Garten?

56 **Participant:** [0:05:41.7] Ja. Hier, ich muss die jetz aber rauskramen nich, oder, ne?

57 **Interviewer:** [0:05:45.5] Nein nein. Müssen sie nich.

58 **Participant:** [0:05:46.8] Da stehen se. Is nur Garten.

59 **Interviewer:** [0:05:52.9] Ah schauen sie da ab und zu rein?

60 **Participant:** [0:05:54.3] Mh ja selten (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter). Ja das was man macht weiß man (interrupted by interviewer sign of attention), das selten.

61 **Interviewer:** [0:06:06.9] Ah ja dann sind sie so zu dem Garten gekommen. Sind ihre Eltern auch aus der Region?

62 **Participant:** [0:06:12.7] Meine Eltern waren auch Rostocker, ja.

63 **Interviewer:** [0:06:15.8] Ihre Großeltern?

- 64 **Participant:** [0:06:17.7] Auch.
- 65 **Interviewer:** [0:06:18.2] Hatten sie zu denen Kontakt?
- 66 **Participant:** [0:06:20.9] Den groß äh den Großmüttern ja, die Großväter kenn ich nich. Hab ich nich mehr kennen gelernt.
- 67 **Interviewer:** [0:06:25.2] Ach schade. Alteingesessene (interrupted by participant) Familie.
- 68 **Participant:** [0:06:30.7] Na durch den Krieg die Geschichten.
- 69 **Interviewer:** [0:06:35.0] Wie stehen sie zum Thema Selbstversorgung?
- 70 **Participant:** [0:06:38.6] Alles was ich hier anbau' ess ich auch selber auf ja. Und verschenk' natürlich an Freunde und Kollegen gibt's nich mehr. (interrupted by interviewer sign of attention) Und Freund. (interrupted by interviewer sign of attention) Familie.
- 71 **Interviewer:** [0:06:51.7] Wie weit kommen sie damit, mit dem was sie hier anbauen?
- 72 **Participant:** [0:06:54.9] Also Kartoffeln hab ich letztes Jahr bis dieses Jahr bis Mai gegessen (interrupted by interviewer sign of attention). Wie gesagt, dass is nich die Hälfte von dem, was hier noch komm. (inaudible) Da drin stehen zwei große Kippen, aber da hinten stehen noch mehr (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Kartoffelvorrat.
- 73 **Interviewer:** [0:07:09.2] Ja aber das schon einiges (inaudible). Kartoffeln kann man ja auch gut verarbeiten, ne also.
- 74 **Participant:** [0:07:13.1] Ich hab sieben Sorten, prächtige Sorten. (inaudible) In blau, in rot und wad dat alles gibt.
- 75 **Interviewer:** [0:07:19.7] Wieso?
- 76 **Participant:** [0:07:21.5] Na weil mir das gefällt. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.
- 77 **Interviewer:** [0:07:23.6] Ja schön. Ham sie in der Schule mal was zu Heilpflanzen gelernt? Können sie sich daran erinnern? Oder zu Pflanzen generell?
- 78 **Participant:** [0:07:34.8] Nein. (interrupted by interviewer sign of attention) Schule war nich meins. Damals.
- 79 **Interviewer:** [0:07:39.0] Okay. Dürft ich nach ihrem höchsten Bildungsabschluss fragen?
- 80 **Participant:** [0:07:47.0] Bin Ingenieur für Fleischtechnologie. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ja. Das kam alles später. Im Schule war ich nichts. (interrupted by interviewer sign of attention) Kam das mit Gewalt.
- 81 **Interviewer:** [0:07:57.9] Hat sie's doch noch gepackt.
- 82 **Participant:** [0:07:59.2] Jaja.
- 83 **Interviewer:** [0:08:01.6] Nagut. Über's Internet informieren sie sich da?
- 84 **Participant:** [0:08:06.3] Ja auch. Wenn ich was wissen will (interrupted by interviewer sign of attention). Das geht.

- 85 **Interviewer:** [0:08:12.3] Ja wenn die Nachbarin was nich weiß.
- 86 **Participant:** [0:08:14.4] Ja die erzählt mir das auch freiwillig, ohne das ich's wissen will.
- 87 **Interviewer:** [0:08:17.8] Okay. Muss mal in mein Büchlein reinschauen. Achten sie auf gesunde Ernährung oder informieren sie sich zum Thema gesunde Ernährung? Oder gesundes Leben generell?
- 88 **Participant:** [0:08:32.0] Ich achte darauf ja. Ich ess viel Fisch, wenig Fleisch, früher hab ich viel Fleisch gegessen. (interrupted by interviewer sign of attention) Als Fleischer (interrupted by interviewer sign of attention) und jetzt ess ich viel Fisch, den bringen se mir in's Haus. Kannst nich ne sagen und denn gibt's den heute Mittag gibt's Dorsch.
- 89 **Interviewer:** [0:08:51.9] Oh. Na das ja gut. (interrupted by participant) Ham sie spezielle Ernährungsgewohnheiten im Sinne von, dass sie Sachen nich vertragen (interrupted by participant)
- 90 **Participant:** [0:09:01.6] Ne.
- 91 **Interviewer:** [0:09:02.1] Oder selbst auferlegt?
- 92 **Participant:** [0:09:02.9] Ich esse alles. (interrupted by interviewer sign of attention) Außer Meeresfrüchte. Das is nich so meins. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenn die jetzt hier von Muscheln und Tintenfisch (inaudible) so sind die. Wobei Shrimps ess ich auch (interrupted by interviewer sign of attention) Aber.
- 93 **Interviewer:** [0:09:18.5] Die ham aber auch ne andere Konsistenz. Also Muscheln ham ja so'ne so'ne schwammige Konsistenz.
- 94 **Participant:** [0:09:24.4] Na, wenn sie gekocht sind sollen sie fest sein. (interrupted by interviewer sign of attention) Jaja. Aber ich muss es nich haben. Muss muss nich alles mitmachen.
- 95 **Interviewer:** [0:09:34.0] Ne muss man nich ne.
- 96 **Participant:** [0:09:35.6] Wichtig sind Kartoffelpuffer.
- 97 **Interviewer:** [0:09:39.1] Ja, dass kann ich verstehen. Schön langsam gebacken. Ja.
- 98 [0:09:43.3] **Participant:** Ham ma ja alles hier draußen.
- 99 **Interviewer:** [0:09:48.6] Woher wissen sie, also speziell interessiert mich ja die Heilpflanzen, die sie jetzt genannt haben. Woher wissen sie, wie man die verwendet, oder was man da verwendet. (interrupted by participant)
- 100 **Participant:** [0:09:57.9] Ham hat meine Frau mir beigebracht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Tee aufgießen Tee trinken. (interrupted by interviewer sign of attention) Aja. Wobei, ich brauch das selten.
- 101 **Interviewer:** [0:10:07.4] Ne, hier äh es is voll gut, also mich.
- 102 **Participant:** [0:10:09.4] Ich brauch das selten.
- 103 **Interviewer:** [0:10:10.3] Mich freut das natürlich immer, wenn Leute das nich brauchen, aber (interrupted by participant) es is ja gut zu wissen, wie man's verwendet, wenn man's braucht ja. (interrupted by participant) Frau ihnen beigebracht. Wann war das ungefähr?
- 104 **Participant:** [0:10:22.4] Was?

- 105 **Interviewer:** [0:10:23.9] Dass sie das gelernt haben, dass Ihre Frau Ihnen das beigebracht hat.
- 106 **Participant:** [0:10:26.9] Seit 1980 ham wir'n Garten und seitdem macht sie das. (interrupted by interviewer sign of attention) Gut, sie weiß auch nich selber auch nicht viel, aber Salbei und Thymian und Minze ham wir immer da. Oder tro Zitronenmelisse ham wir immer im Garten. (interrupted by interviewer sign of attention) Die Physalis will schlecht starten dies Jahr, jetzt fängt sie an zu wachsen, aber is zu spät. (interrupted by interviewer sign of attention) Physalis. Im Eimer da.
- 107 **Interviewer:** [0:10:54.4] Ja. Ja das, die brauchen lang Sonne.
- 108 **Participant:** [0:10:58.7] Ja, die ham lange Sonne, aber die wollten, im Frühjahr ham die sich so schwer getan (interrupted by interviewer sign of attention). Das is die dritte Garnitur. Ich geb ja nich auf. Ich hör ja nich auf (laughter), wenn's nich klappt.
- 109 **Interviewer:** [0:11:12.7] Stur weiter probieren. Vielleicht nächstes Jahr.
- 110 **Participant:** [0:11:16.0] Ja jedes Jahr war das bis jetzt. Ich hab das Zeug eimerweise geerntet. (interrupted by interviewer sign of attention), aber dieses Jahr wollte er nicht. Hm.
- 111 **Interviewer:** [0:11:24.9] Woran liegt's?
- 112 **Participant:** [0:11:26.4] Genauso die Tomaten. Die, aber ich weiß schon was sie ham. Was ihnen fehlt, weiß ich jetzt gar nich. Die brauchen Calcium. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber dies Jahr is zu spät, dass sie so wachsen.
- 113 **Interviewer:** [0:11:38.5] Wie ham sie das rausgefunden?
- 114 **Participant:** [0:11:40.0] Das stand ma Zeitung (interrupted by interviewer sign of attention). Da hat eine die gleichen Probleme wie ich (interrupted by interviewer sign of attention). Und irgendeiner der meld sich dann immer und da hab ich das gelesen. Donnerwetter. Die sehen genauso aus. Das is es.
- 115 **Interviewer:** [0:11:52.7] Würden sie sich als Neugierig bezeichnen?
- 116 **Participant:** [0:11:55.9] Ne. Wissensdurstig (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter). Nein. Neugierig nich. Aber mit 68 kann einem keiner kaum noch einer was beibringen. Man lernt nie aus, das is richtig, aber eigentlich weiß ich das ja alles schon. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne.
- 117 **Interviewer:** [0:12:15.0] Sind sie gerne draußen?
- 118 **Participant:** [0:12:16.7] Ja. Ohne draußen geht nich (interrupted by interviewer sign of attention).
- 119 **Interviewer:** [0:12:23.3] Is Ihnen der Garten doch an's Herz gewachsen über die Jahre?
- 120 **Participant:** [0:12:25.1] Ja, jetzt wo ich alleine bin sowieso, ne. Wenn ich den nich hätte, da wär ich; Zuhause wirst'e verrückt. Das geht nich. Hab ne große, schöne Wohnung, aber ich muss raus (interrupted by interviewer sign of attention), ja.
- 121 **Interviewer:** [0:12:39.4] Wollen sie mir ihr Geburtsjahr verraten?
- 122 **Participant:** [0:12:41.0] 53 (interrupted by interviewer sign of attention) 1953.
- 123 **Interviewer:** [0:12:45.3] Sah der Garten von ihren Eltern anders aus als Ihr Garten jetzt?
- 124 **Participant:** [0:12:49.4] 'S war'n reiner Wirtschaftsgarten. Ohne viel Blumen und Schnickschnack. Die

hatten 5 Kinder großzumachen und da wird überall Gemüse angebaut. (interrupted by interviewer sign of attention) Zwei reine Wirtschaftsgärten. Einer am Haus in Reutershagen und einer in Marienehe. Man muss nur immer hin und fleißig Unkraut zupfen, Johannisbeeren Pflücken und das (laughter), heute mach ich das mit wachsender Begeisterung.(interrupted by interviewer sign of attention) 9 Eimer Johannisbeeren.

125 **Interviewer:** [0:13:16.9] Mh, machen sie da auch Saft draus?

126 **Participant:** [0:13:19.3] Wein. (interrupted by interviewer sign of attention) Wein. (interrupted by interviewer sign of attention) Marmelade Wein und so weiter. (interrupted by interviewer sign of attention) Wobei die Marmelade die Frau gemacht hat. Ich hab das letztes Jahr nochma gemacht, aber das is nich meins. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich mach da lieber Wein draus und dann.

127 **Interviewer:** [0:13:36.6] Und solange sie's verwerten können, ne.

128 **Participant:** [0:13:38.5] Genau (interrupted by interviewer sign of attention). Wein, Liköre und sowat alles. Brombeeren, Johannisbeeren, Schwarzbeeren, Kirschen, alles da. Erdbeeren. Alles schon im Ballon.

129 **Interviewer:** [0:13:56.6] Ja Erdbeeren sin durch. Ja. Schon länger. Ah ich verpass die verpass die regelmäßig verpass ich Erdbeeren. Naja gut. Trinken sie viel Tee?

130 [0:14:10.6] **Participant:** Mm (interrupted by interviewer sign of attention). Kaffee (interrupted by interviewer sign of attention).

131 **Interviewer:** [0:14:14.1] Gut. Nagut.

132 **Participant:** [0:14:17.5] Hopfen wird in Tee. (interrupted by interviewer sign of attention) Ein zwei Flaschen.

133 **Interviewer:** [0:14:20.7] Den kühlgestellten he.

134 **Participant:** [0:14:24.3] Jaja sowieso. Bisschen kühl aber nich zu kalt.

135 **Interviewer:** [0:14:29.6] Okay. Ich schau noch einma drüber, ob ich was vergessen hab. Ne, ich glaub das war's.

136 **Participant:** [0:14:51.4] Also hier nich viel Ausbeute, aber.

137 **Interviewer:** [0:14:55.0] Ne ich such nach breitem Wissen, also ich such nach irgendwo 'nem Querschnitt der Bevölkerung un dich muss nich, also es würde das, mein meine meine Ergebnisse würde es verwässern wenn alle Experten wären.

138 **Participant:** [0:15:07.8] Ja nach Experte sag ich nich. Ich weiß nur, was ich mache (interrupted by interviewer sign of attention) und ich weiß wenn ich was nich weiß, dann frag ich die Dame. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm.

139 **Interviewer:** [0:15:19.7] Können sie mir noch genauer sagen, also Sie Sie meinten ja, sie hätten das so im im Halbrausch entschieden, dass sie'n Garten wollten.

140 **Participant:** [0:15:28.2] Das war im Vollrausch. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) Das war im Vollrausch.

141 **Interviewer:** [0:15:31.2] Aber kam das, das kam wirklich einfach so?

- 142 **Participant:** [0:15:33.6] Einfach so. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Bin mit den Kindern immer hinten lag gelaufen in Reutershagen, da waren die Kleintiere (interrupted by interviewer sign of attention), bin ich mit den Jungs lang gelaufen, aber sowas brauchen wir nich, sowas brauch ma nich, nein, brauch ma nich und denn hatten wir mit einma 'n Garten da hinten und da hab ich denn auch 2 Jahre Karnickel gehalten, bis ich angefangen hab Fernstudium zu machen (interrupted by interviewer sign of attention) Und dann musste die Frau im Winter dahin und äh mit Kinderwagen und den zwei Jungs und dem Mädchen und noch'n noch'n Enkelkind von der andern Tante und dad dad war zu viel, denn hab ich ein Schlachtfest gemacht und dann war Ruhe. (interrupted by interviewer sign of attention) Weil das ging nich mehr, kann ich ihr nich zumuten (interrupted by interviewer sign of attention). 11 Stück auf einmal.
- 143 **Interviewer:** [0:16:15.9] Ja, wenn's sein muss ne.
- 144 **Participant:** [0:16:18.7] Mhm. Wir ham sogar Biologieunterricht gemacht (interrupted by interviewer sign of attention) im Garten. Mein Sohn kam an, ich setzte den Bock zur Zippe (interrupted by interviewer sign of attention). Papa was machen die denn jetzt? Ich sag, die heiraten. Aha. Wann kriegen die Kinder? Ich sag in vier Wochen, 28 Tage, manchma auch 30 Tag. Aha. Wie lange dauert das beim Menschen. Ich sag 9 Monate (interrupted by interviewer sign of attention). Dann war er weg. Auf einma baute er sich vor mir auf, der muss 6 oder 7 gewesen sein, stemmt die Hände in de Hüften und sagt, dass kann nich sein. Wat kann nich sein? Ich war schon nach 5 Monaten da.
- 145 **Interviewer:** [0:16:59.8] War er nach 5 Monaten da?
- 146 **Participant:** [0:17:01.3] Ja na sicher. (interrupted by interviewer sign of attention) 5 Monate nach der Hochzeit. (interrupted by interviewer sign of attention) Das er schon mit geheiratet hat. Jaja. (interrupted by interviewer sign of attention) Da staunst'e. Wenn sowat kommt. Aber sowas lassen die öfter gucken die Jungs. Jaja. So is dat.
- 147 **Interviewer:** [0:17:28.1] Ja da denken Kinder teilweise weiter als man (interrupted by participant) als man selbst drüber nachdenkt.
- 148 **Participant:** [0:17:31.9] Vor'm auf die Idee kommt's gar nicht (interrupted by interviewer sign of attention) mhm. Der fing an zu rechnen. Vorher (day and or month of birth) Aja Ende (day and or month of birth) war er. Ich war schon nach 5 Monaten da. Da hab ich gelacht. Bin ich nachhause gegangen, 5 Monate Kind. Wieso? Dann musst ich ihr das erstma erzählen. (laughter) Das war lustig. Jaja so is dat. Najut.
- 149 **Interviewer:** [0:18:04.8] Ich hab alle meine Sachen beantwortet bekommen. Ich würd auf (interrupted by participant)
- 150 **Participant:** [0:18:07.7] Bei mir is das (inaudible)
- 151 **Interviewer:** [0:18:09.3] Hm ja, ich, das hab ich einmal gemacht. Da hab ich einfach nich äh nich auf Aufnahmen gedrückt ähm das, naja. Das war nich so praktisch. Ich hätte noch mh andersrum; Das is ne Datenschutzerklärung.
- 152 [0:18:27.5] (unrelated to topic)

#### 7.3.4.4 Interview RO 4

- 1 [0:00:00.0] **Participant:** Zitronenmelisse, aber da gibt's ja noch mehr. (inaudible) Ich hab ja extra so'n Kräuterding da hinten.
- 2 **Interviewer:** [0:00:07.1] Also Pfefferminze, Zitronenmelisse.
- 3 **Participant:** [0:00:08.6] Genau, ähm, **Wolfstrapp** ähm, das is schon was besonderes weil ich mit der Schilddrüse was habe und da we trocken ich die Blätter und wenn eine Überfunktion dieser Schilddrüse is kam man denn als Tee trinken und das würde das äh auf normalem Weg erstma regulieren, wenn ma das äh jetzt nich gleich mit medizinischen Sachen äh machen will. (interrupted by interviewer sign of attention) Also das is die Wolfstrapp, den mach ich noch. Dann, oh kommen sie ma rein. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich muss erstma zu meinem Kräuterbeet gehen.
- 4 **Interviewer:** [0:00:37.1] Gerne ja. (interrupted by participant) Liebend gerne.
- 5 **Participant:** [0:00:40.7] So was ham wir denn hier. Bei manchen weiß ich schon gar nich mehr, was ich mit mach mache. Naja gut, äh **Lavendel**, dass is 'n extra spezieller weil (inaudible) und das nennt sich Küchenlavendel. Das is nich dieser normale, der so wächst. Den kann man zum Beispiel trocknen und nimmt ihn auch als Tee zur Beruhigung. **Salbei** bei Erkältung, Husten, Lunge, Bronchien ähm
- 6 **Interviewer:** [0:01:09.5] Welche Teile der Pflanze?
- 7 **Participant:** [0:01:10.4] Also ich nehm fast überwiegend die Blätter und überwiegend die Blüten, (interrupted by interviewer sign of attention) bei allen, die was ich jetzt genannt hab (interrupted by interviewer sign of attention). Äh es gibt Pflanzen wo man auch die ähm Wurzel nimmt, aber das mach ich nich, das mir im, das mir zu aufwändig. Naja also da gibt's zum Beispiel, das muss ich echt überlegen. Hm fällt mir jetzt leider nich ein, is auch egal. Ähm hm hm hm. Ma weiter gucken hier. Dann haben wir noch ähm ja selbst wenn man also **Kohl**, Kohl kann man auch nehmen auch wenn's keine Kräuter sind. Kohlblätter bei Verstauchungen oder Prellung am Bein oder an den Gelenken kann man die auflegen, bandagieren und dann kühlen die und ziehen so praktisch die Entzündung mit raus (interrupted by interviewer sign of attention), Oh Gott, sie ham mich heute richtig überfallen. Was sie sonst weiß ich so viel. (interrupted by interviewer sign of attention) Kommen sie mal mit.
- 8 **Interviewer:** [0:02:04.0] Also wenn Sie Zeit haben, ich habm hab Zeit, also.
- 9 **Participant:** [0:02:06.5] Ich hab auch Zeit.
- 10 **Interviewer:** [0:02:06.9] Dann, dann können wir uns auch entspannend hier auf de auf (interrupted by participant) den Weg durch den Garten machen und dann (interrupted by participant)
- 11 **Participant:** [0:02:11.5] Dann, die muss ich gucken. Die kommen nämlich dieses Jahr nich allzu doll was die kann. Vorne hab ich nämlich auch noch welche. Hinten nich erschrecken, da is ab und zu ma so'n paar Mäuschen. (interrupted by interviewer sign of attention) Äh ja. Dann ham wir noch **Herzgespann**, der is jetzt schon das zweite mal. Die Blüte is schon weg. Da kann man auch die Blüten nehmen und die Blätter als Tee für Herz äh Beruhigung oder sonstiges, also was alles mit'm Herz zusammen zu t hängt. Mensch ich hatte doch noch mehr gehabt. Lorbeer is was zum essen. Das is ne Olive, die gehört eigentlich nich hier hin, aber die hat mir mein Sohn geschenkt (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, oh die war schon größer. Ich hab se total reduziert. Wir hatten ganz ganz viele äh Oliven gehabt, also letztes Jahr, ne. Aber die is so original aus Kreta. (interrupted by interviewer sign of attention) War so'n kleiner.
- 12 **Interviewer:** [0:02:56.4] Sind die Früchte genießbar?
- 13 **Participant:** [0:02:57.5] We ich hab's, ne. Ich fand se hart. Ich hab se nich gemacht. Ich guck ma'n bisschen. Ich hab auch vieles dieses Jahr nich m ähm was ham wir denn hier. Will Ihnen auch jetzt nichts vorenthalten. Das hier kann man auch nehmen, aber das is nichts. Was ham wir denn noch?

Jetzt muss ich echt überlegen. Ich hab dieses Jahr einige Sachen nämlich nich gepflanzt. Ha hier hab ich auch sonst immer was drinne, aber diesma hab ich auch nichts (inaudible). Achso naja hier **Goldrute**, Goldraute hier (interrupted by interviewer sign of attention). Das is auch was für ähm für Blase, Nieren. Da kann man mh blüt äh die Blüten äh nehmen und auch die Blätter leicht so'n bisschen zusammen machen. Also das sind so die Sachen, die am gängigsten sind hier im et was ma in die Gärten anpflanzt, ne. Also äh das andere sind ja denn überwiegend schon wieder Küchenkräuter, ne. Da muss ma gucken. Zum Beispiel auch ein äh Genus Tagetes, das is ne Tagetes wo man die Blüten auch essen kann, aber das is ja mehr so zum a Salat machen. Ja ma kann auch mit vielen Dingen was tun, also ich ich bin ja eigentlich sonst so der Fan davon (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) aber äh. Vorsichtig nich fallen. (interrupted by interviewer sign of attention) Macht man eigentlich nicht, hab ich jetz nur gemacht, weil ich alleine bin. Was ham wir denn noch hier? Naja gut der **Meerrettich**. Meerrettich äh gut das is äh da könnte man zum Beispiel ähm Meerrettich hier so'n Sirup machen, da nimmt man aber die Wurzel vom Meerrettich (interrupted by interviewer sign of attention), reicht das, legt das so in äh Honig ein und lässt das ziehen und kann das dann auch so bei Erkältung äh so ja so einnehmen, also Essen kann man das (interrupted by interviewer sign of attention) dann ruhig. Is natürlich sehr scharf, aber 's geht so durch den Honig geht das alles nich. Ganz normale Sachen hier. Das is auch Ananassalbei. Der is gut für den Salat. **Römische Kamille**, ja. Kann man ja auch sagen, aber das is, benutz' ich jetz nich so unbedingt.

14 **Interviewer:** [0:04:54.0] Wüssten Sie, was Sie damit machen?

15 **Participant:** [0:04:55.8] Äh ich wusste es, sag ich ihnen ganz ehrlich. Ich hab mich damit immer beschäftigt, aber dieses Jahr nich. Ja Kamille, es is ne Kamillensort, also kann man's auch als Kamillentee nehmen. Es is bloß ne ne Ursorte davon. Das is ne Römische Kamille. Sehen wir auch, dass die anders jetz (interrupted by interviewer sign of attention) als die, ne. Genau. Und ja was ham wir denn noch hier? Och ja, jetz komm ich nich auf den Namen. Das blüht braun. **Braunwurz** glaub ich, also jetz muss ich lügen. Braunwurz is, wenn man äh w wa kann man als Tee trinken, wenn man irgendwelche Augenerkrankungen hat. Also da kann man den äh als Tee trinken und, was heißt Augenerkrankungen, eben. Es is alles all hat alles was mim Auge zu tun. (interrupted by interviewer sign of attention) So. Was ham wa noch? Achso **Frauenmantel** is ja nun der ganz spezielle hier. Also is auch als Tee, die Blätter werden, also werden getrocknet. Das w die Blüten werden abgeschnitten und das wird getrocknet. Alles was mit Frauenkrankheiten zu hat. Menstruationsbeschwerden äh äh ähm ja, alles was was damit zu tun hat, ne. Das hei heißt ja auch Frauenmantel (interrupted by interviewer sign of attention), ne. So, ja was ham wa noch? Gucken wa wat wa bei den Nachbarn, weil ich denen auch immer was abgegeben hab, aber die hat, die is ja bischen spartanisch hier, die is ja nich so wie ich. Äh ja, sonst wüsst ich, ja das is auch nochmal die **Nachtkerze** hab ich jetz hier nicht. Hm hat, is erst, das is ne zweijährige Pflanze. Der hat mich jetz 'n bisschen, da sind nur die Blätter, die kommen nächstes Jahr. Das is diese Pflanze hier, also in einem Jahr wächst die, wachsen Blätter und im nächsten Jahr dann die fe äh sind dann nachher die Blüten und die Blüten das nennt sich Nachtkerze. Is alles was mit Haut zu tun hat. Kann man auch als Tee, kann man auch als Salbe, aber als Salbe das mach ich alles nich, ne. Ich mach überwiegend Tee so, ne, weil es einfach er is.

16 **Interviewer:** [0:06:37.9] Trinken sie viel Tee?

17 **Participant:** [0:06:38.8] Joa ich trink viel Tee. Jo. Joa. Pfefferminze gibt's auch verschiedene Sorten, ne aber das so das is so erstma das das grob, was mir auf einma jetz so einfällt, was ich jetz auf den ersten Blick so seh. Ich bau' sonst eigentlich noch mehr an, aber dies äh dieses Jahr bin ich da so mit meinen Gedanken nich so bei. Das tut mir leid.

18 **Interviewer:** [0:06:57.7] Das is überhaupt kein Problem.

19 **Participant:** [0:06:59.2] Na also. Naja und denn ham wir natürlich die **Ringelblume**. Die hast ja in jedem Garten dahinten diese orangene (interrupted by interviewer sign of attention). Da wir man äh damit macht man ja aus dem äh Blüten und so macht man Cremes war das. Is in jedem besseren Buch drinne, also für Haut auf Dinge auf verhaut färbe Verletzungen weiß ich halt alles. Oder auch für g Kosmetische Sachen. Also mach ich persönlich, will ich für nich öh öh zu aufwendig, weiß ich nich.

Aber sonst, ja, dass sind so die Sachen, die mir jetzt so einfallen auf jeden Fall. (inaudible) leider (inaudible), ne das andere jetzt, jetzt fällt mir wirklich nichts mehr ein. Das ist erstma, dass was ich hier noch, das andere ist auch äh gab's heute zum Essen hier. Joa. Joa mehr kann ich Ihnen leider nicht dienen. Erstma. Offen. Hätten Sie mich mal bisschen vorher, da hätte ich Ihnen noch vor einigen Sachen erzählt. (laughter) Jetzt bin ich total überfordert.

20 **Interviewer:** [0:07:49.8] Mhm okay.

21 **Participant:** [0:07:50.8] Ja gut, ne gucken Sie mal. Wo hat sie noch Fragen?

22 **Interviewer:** [0:07:54.6] Ja. Hat noch einige, wenn sie noch Zeit haben.

23 **Participant:** [0:07:56.8] Ja bitte. Ich hab Zeit.

24 **Interviewer:** [0:07:58.1] Ähm Sie hat mir jetzt ja einiges erzählt, wissen Sie, wo Sie das Wissen her haben?

25 **Participant:** [0:08:02.7] Also ich hab es überwiegende Wissen von meiner Großmutter mit die, achso, sehen Sie, **Schachtelhalm** hat sie auch hier im Garten. Fällt mir grade ein, weil ich bei meiner Großmutter bin. Schachtelhalm ist auch etwas äh wird als Tee und so weiter auch wieder für äh Harnweg und äh sonst und auch für andere Sachen. Ja von meiner Großmutter, mit meiner Großmutter bin ich immer über die Felder und Wälder gegangen als Kind. Jahrelang und die hat mir alle Sachen erklärt. Und die hat auch alles selber gemacht. Die hat das alles getrocknet auf'm Ofen. Es gab bei meiner Großmutter keine äh Sache, wo sie nicht ne Naturmedizin hatte (interrupted by interviewer sign of attention). Also Hagebutten auch Hagebutten als Tee, also es gab nur Teesorten, die man in der in der Natur gefunden hat, Birke, Hagebutte, das wurde getrocknet, Schachtelhalm äh ich weiß jetzt wirklich nicht also Hirten also Hirtentäschel, also die hat mir wirklich alle Kräuter erklärt und dann hab ich mich jetzt äh als ich noch hier den Garten hatte auch nochmal belesen, also da hab ich jetzt'n richtig dickes Buch, wo ich denn auch mal nachguck'. Man findet ja öfter im Garten äh nachher Pflanzen, die man überhaupt gar nicht gesät hat und auch nicht äh weiß, woher die kommen. Meistens durch Vögel und manchmal sind es eben Pflanzen, die ich nicht kenne oder auch nicht weiß. Dann guck ich in dieses Buch und meistens findet man's dann. Das Buch der 1000 Kräuter ist das dann. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, das kann ich Ihnen erstma nur sagen. Mehr weiß ich jetzt auch nicht. Ja und das hat auch immer mein Interesse geweckt. Und ich hab mich auch immer daran erinnert, wenn irgendwas war, also da, ne, als das ist wirklich wahr. Meine Großmutter hat da schon einiges drauf gehabt. Aber das war auch die Generation, die sich die Ärzte nicht leisten konnten und dadurch immer versucht hat das äh über natürliche Weise zu machen, ne. Also es ist denn so der der Sinn und Zweck gewesen. Joa, joa was hat sie noch für Fragen? Achso da hat sie auch noch'n äh Kraut, das ist ja äh **Johanniskraut** da hinten. Auch als Tee zu genießen zu Beruhigung. Johanniskraut ist ne beruhigende Pflanze, das gelbe da, joa. Sehen Sie, findet man doch immer wieder was. Mhm. So was für Fragen noch? (laughter) Sagen Sie, fragen Sie ruhig.

26 **Interviewer:** [0:10:07.0] Hat sie auch, Sie hat, offensichtlich hat sie auch ein Paar Nutzpflanzen.

27 **Participant:** [0:10:11.3] Ja.

28 **Interviewer:** [0:10:12.2] Ähm, wollen Sie dazu noch was sagen?

29 **Participant:** [0:10:14.5] Können sie gern haben. Ich mein dieses Jahr ist wirklich wenig, ne. Also Kürbis hab ich schon abgeerntet. Der Mohn, den hab ich nicht gepflanzt (interrupted by interviewer sign of attention), den hat die Vögel hingeschmissen. Und war ich ganz irre, der sag total schön aus. Ich hab's gelassen, ja (interrupted by interviewer sign of attention). So, dann hat sie hier, das rote hier ist zum Beispiel ne Meldensorte, Melde kann man im Grunde essen wie ähm Spinat (interrupted by interviewer sign of attention). Dann hab ich Zucchini, dann hab ich ähm, na wie nennt sich das. Jetzt hab ich hier wieder Wortfindungsschwierigkeiten. Hm fällt mir nicht ein. Na was hat sie denn noch? Na Kartoffeln ist klar, dann Kartoffeln, ähm Mangold, Rote Beete, das sehen sie jetzt hier nicht ähm

Palmkohl, der is noch ganz klein da hinten. Ähm Rhabarber, Rhabarber.

30 **Interviewer:** [0:11:07.3] Ne Apfelbaum hab ich schon gesehen vorne.

31 **Participant:** [0:11:09.0] Apfel ach ja. So wenn sie auch noch Bäume meinen, dass is'n (interrupted by interviewer sign of attention)

32 **Interviewer:** [0:11:10.9] Alles.

33 **Participant:** [0:11:11.2] Boskop (interrupted by interviewer sign of attention), also'n originaler, also so'n richtiger grü äh rotgrüner Boskoopbaum. Das is ne Hauszwetschge, (interrupted by interviewer sign of attention) also auch dort (inaudible). Das is ne portugiesische ähm Quitte (interrupted by interviewer sign of attention). Die Quittenbaume, jaja, die sind ja nich so oft (interrupted by interviewer sign of attention), also die ham wenige, aber ich find sie sehr gut und ähm, weiß gar nich was da so is, aber hier, das dauert noch. Die kommen jetzt ziemlich spät im Oktober nachher. Ähm ja, dass sind die 3 Bäume und dann hab ich eine Süßkirsche und eine Sauerkirsche und hier vorne die ha, achso das'n Pfirsichbaum, den hab ich selber gezogen. Er hat zwar noch nich Früchte getragen, aber den hab ich, hoff' ich das nächstes Jahr und dann hab ich eine ganz ganz alte Sorte gepflanzt. Ähm das is eine Mispel. Nich Mistel sondern Mispel. (interrupted by interviewer sign of attention) Also daraus mach ich so Mispel, Mispel ähm Brei, also so so so'n einfach so'n so'n das koch ich einfach un das kann man dann äh f auf'n Kuchen geben oder sowas. Is jedenfalls wa si solche Bäume standen früher auf jedem Bauernhof einer is ganz hoch Vitamin C haltig. Is so gut wie gar nich, also gar nich mehr, wird gar nich mehr irgendwo stehen.

34 **Interviewer:** [0:12:20.0] Also bei der Quitte weiß ich, dass sie sehr anstrengend zu verarbeiten is. Wissen sie woran das liegt, das (interrupted by participant) und Mispel?

35 **Participant:** [0:12:25.4] Das is auch nich so einfach hier müssen sie immer warten bis der erste Frost war, damit es hier drinne nachher weich wird. Sonst kriegen sie das gar nicht wei, also sonst können sie's gar nicht verarbeiten (interrupted by interviewer sign of attention). Da muss, da sind so viel Gerbstoffe dann drin, das können sie nich machen. Da müsst wirklich 'n Schuss, und wenn's nur eine Nacht is, dann hat dann hat die das erreicht, denn is das drin weich, dann kann man das äh kochen und denn passieren o so und dann hat man dieses Brei denn sozusagen (interrupted by interviewer sign of attention). Und die Quitte ja. Die Quitte is eigentlich gar nich so schlimm. Man man man pflückt sie äh, kann sie dann schälen oder auch ni, also man kann äh Quittengelee machen indem man sie kocht, indem man sie nur einfach schneidet und saftet und dann als Gele verarbeitet, oder man kann sie auch als g äh Kompott oder so als gem äh ja so als Stück, ne, muss man, es is natürlich schwer, die sind sehr hart, sind sehr hart zum schälen, aber so mach ich das dann auch immer, also 's ande anders geht's gar nich. So halbier' die, dass man die dann nachher so ähm so als Halbe mit gefüll mit Füllung irgendwie machen kann, so mit ja ähm irgendwie mit mit Preiselbeeren oder sowat nachher im Winter. Wir ham sogar als eine der wenigen hier so'ne ähm'n Sanddorn (interrupted by interviewer sign of attention). Ja is aber (interrupted by interviewer sign of attention) äh sehr sehr äh aufwendig, auch wenn ma es nich glaubt, wenn man dem im Garten hält, weil die ganz viele äh Wurzeln ham und Sie müssen immer aufpassen, dass der sich nich im ganzen Garten. Sie müssen immer gucken, wo welche sind, müssen se gleich rausreißen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und wir ham's überwiegend für die Vögel gemacht, ne (interrupted by interviewer sign of attention), also aber auch ebend weil's ebend regionale Sachen sind und ich freu mich auch, weil überall dieses äh Sterben des Sanddorns is äh äh und bei uns is er eigentlich ziemlich gut. Also der hält (interrupted by interviewer sign of attention) sich gut. So, was hab ich denn noch an Nutzpflanzen? Ja Beeren vor allem Beeren sollten Himbeeren ähm Johannisbeeren, äh alles mögliche ähm, ich ich weiß es nich. Is wirklich schade, mein Mann nich mehr da is, der is nämlich der Hammer gewesen und ja äh Rosenkohl, aber den hab ich auch und ich 'n bisschen vernachlässigt und ähm Dill is zwischendurch. Da das ein das Dunkle is auch wieder ne Meldenart. Das also sind zwei verschiedene Sorten. Ich hab dieses Jahr das erste Mal da hinten, weil ich ja nich so viel angebaut hab äh ne Bienenwiese gemacht äh, können wa ma gucken, die is aber auch, des is jetzt schon ziemlich herbstlich hier, ne, also das is, das sieht man ja auch, ne, also des is nich, also vor 2 Wochen hätt',

wär's noch besser gewesen. (inaudible) auch hier, äh das sehen Sie hier alles so, ne, dass is (interrupted by interviewer sign of attention) alles w wie das fängt jetzt aber an schon zu verblühen, ne, also das hab ich extra so gemacht, war auch total schön. Waren ganz viele Bienen drinne. Man hat's hier immer summen hören, find ich gut.

36 **Interviewer:** [0:14:53.6] Is Ihnen das wichtig?

37 **Participant:** [0:14:54.5] Ja, das is mir ganz wichtig, weil es gab äh die letzten Jahre wenig Bienen hier, ne. Die hatten zwar da vorne 'ne Imkerin. Die hatte aufgehört vor 2 Jahren, da hat man das dann schon gemerkt, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Also, aber es hat sich vermehrt dieses Jahr. (interrupted by interviewer sign of attention) Also 's find ich gut. Auch ganz viele Hummeln. Also da war ich auch erstaunt. Hummeln waren auch viele. Aber das hat sich dieses Jahr irgendwie wieder'n bisschen eingerenkt. Ja, was kann ich ihnen noch sagen? Hm. In der Hütte hab ich ja eigentlich auch nicht's bei, was Sie da sind dann paar Sachen. Das is für die Bienen. Ich hab hier vorn noch einen, aber die verarbeitet' ich nich, das is auch'n ganz seltene Art, was heißt selten. Das wächst eigentlich nur auf ähm Aronstab. (interrupted by interviewer sign of attention) Hat kaum einer im Garten. Ich find ihn einfach dekorativ. Is auch für Insekten, denn die blühen ganz interessant, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Ich mein, wenn die Blühen, stinkt das wie bi die Pest. Aber es zeiht alles an. Und deshalb mach ich das eigentlich, ne. Des schneid' das dann hier ab. Dann ham sie die hier so. Die sind meistens in Wäldern oder so, ne. Also weil das hier so'ne feuchte Ecke is, kommen sie super (interrupted by interviewer sign of attention) und da hab ich denn auch äh, sehen Sie, Waldmeister hab ich auch noch hier. (interrupted by interviewer sign of attention) Der is jetzt nich mehr zu mehr zu sehen, der is ja im Frühjahr mehr dieser is das. Das is Waldmeister (interrupted by interviewer sign of attention) und den hab ich dann im Frühjahr, so. Und das is 'n Lorbeer, den hab ich natürlich nich hier. Das is is du der is immer Topf, den brauch ich um zu kochen und was weiß ich was alles. Ja. (inaudible) Ja das is es eigentlich. Tomaten hab ich angepflanzt diesmal da hinten. Ja, das is eigentlich das, was ich Ihnen so sagen kann.

38 **Interviewer:** [0:16:24.6] Zierpflanzen haben Sie auch im Garten, aber müssen sie mir (interrupted by participant). Zierpflanzen haben sie auch im Garten, oder?

39 **Participant:** [0:16:28.5] Zierpflanzen, was meinen Sie jetzt? Blumen oder was?

40 **Interviewer:** [0:16:30.6] Einfach (interrupted by participant) nur Sachen, die schön aussehen sollen.

41 **Participant:** [0:16:32.5] Ja Rosen, Rosen zum Beispiel, (interrupted by interviewer sign of attention) aber da is ja auch die Blütezeit fast vorbei hier. Das sind Rosen, das sind, achso hier die Stockmalven hier, jetzt auch verblühen. Dann hier die ähm, wo is denn diese, die Lichtnelken hier (interrupted by interviewer sign of attention) ähm dann haben wir noch Hot, also das so sind die Hortensien. Die die Hortensiensorte. Dahinter hab ich auch ne Hortensiensorte, Sonnenblumen überwiegend für die Vögel nachher. Lass ich stehen, werden erst im Frühjahr gemacht. Ähm ja äh Flox, da gibt's verschiedene Farben, hab ich verschiedene. Das duftet unwahrscheinlich, den, is auch wieder für Bienen gut, joa 's sind so, das so hier sind paar Diestelsorten, so Zierdiesteln, die man denn so machen kann. Da sind sind ganz viele, da gehen ganz viele gerne die Hummeln ran. Die hängen da immer. Joa und die ganz normalen (inaudible) wie die heißen, also so das sind so die Zierpflanzen. Eigentlich hab ich gar nich so viel Zierpflanzen. Eigentlich hab ich mehr so andere Sachen. Ja. Das war, hier wächst schon weder wild Oregano. Das hat sich alles ausgesät schon wieder (interrupted by interviewer sign of attention). So, weiter.

42 **Interviewer:** [0:17:43.9] Sie ham jetzt, also sie ham ja alle drei Arten, nach denen ich gefragt habe (interrupted by participant). Sie hatten sowohl Zierpflanzen, als auch äh Heilpflanzen (interrupted by participant), also auch äh (interrupted by participant) nu nut traditionelle Nutzpflanzen. Wofür war das Interesse denn am Anfang da?

43 **Participant:** [0:17:59.3] Am Anfang einfach äh selber äh so die Sachen äh anzusäen und selber zu ernten und eigenen äh, den eigenen äh, den eigenen Verbrauch so anzubauen, (interrupted by

interviewer sign of attention) also weil, weil äh da weiß man wenigsten das, was was man rangezüchtet hat. Äh we, also ich dünge gar nich, ne wir machen das gar nich, äh bei uns kommt kein Gift rein, nichts, gar nichts. Ähm ich lass es einfach naturell kommen und des funktioniert. Ja, äh das war eigentlich der Hauptgrund, eigentlich so selber Obst und Gemüse zu haben, äh selber anzubauen, ne.

44 **Interviewer:** [0:18:31.9] Okay. Seit wann haben sie den Garten?

45 **Participant:** [0:18:34.9] Seit 2006.

46 **Interviewer:** [0:18:37.8] Hatten sie davor auch schon Gärten?

47 **Participant:** [0:18:39.0] Nein. Meine Eltern nur, ich nich. Aber da hab ich mich auch nich weiter drum gekümmert die wohnen auch nich hier, nee, also das war so seit 2006, ja. Ich hab auf zweimal am tei äh teilgenommen hier ähm äh Biog, ah ne das hieß nich Biogarten. Es gibt so'n Wettbewerb, äh ich hab jetzt die Schilder auch nich hier. Ähm naturnaher Garten. Naturnahr Garten, da hat ich zwei Mal teil. Nachher hab ich nich mehr dran teilgenommen. Also da is sogar unsre Laube auf'm Faltblatt drauf, wie man ne Begrünung machen kann mit dem Wein da, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) aber den Wein hatte ja der Vorgänger auch schon angefangen, also der is (inaudible) angebaut. (inaudible) ja, so.

48 **Interviewer:** [0:19:19.8] Wann sind sie, oder wieso wollen sie einen Garten haben?

49 **Participant:** [0:19:24.6] Naja überwiegend auch zur Erholung, ne, also einfach auch ma rauszukommen. Ich bin äh ich arbeite im Büro. Mein Mann hatte 'n Bürojob in Schwerin und ähm wollten wir einfach auch ähm mit inner in der Natur und nich immer nur umherfahren mit'm Auto und deshalb ham wa'n Garten dann genommen letztendlich und das is dann so auch geblieben, ne. Ja. Das war der Grund. Anbau und naturnah zu sein.

50 **Interviewer:** [0:19:51.3] Wann, wann kam das wieder? Weil sie meinten ja sie hatten davor keinen Garten, aber sie hatten als Kind viel Kontakt zu Garten oder (interrupted by participant) Gärten?

51 **Participant:** [0:19:58.1] Naja das kam einfach und we als man älter war nachher, also wenn man hier, also hier gibt's natürlich auch viele junge mit Kleinkindern, ne. Aber e äh ich hab ganz andere erstma Prioritäten gesetzt gehabt. Äh ich hab beruflich viel zu tun gehabt, äh mein Mann auch und denn hatten wir Kinder und äh da war auch immer irgendwie, also war gar nich die Zeit, sagen wa ma dazu, ne, also wenn man sich so'n Objekt übernimmt, dann muss man auch wissen was, dass man was, dass man nich hier so einfach so nebenbei denn s wie ich jetzt leider, ne, aber nächstes Jahr bin ich im Ruhestand, dann wird dat alles wieder bisschen schick gemacht hier. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, das is eigentlich der Hauptgrund, dass wir dann erst später. Ja mein Mann, der war schon immer, der kam, der is auf'm Land groß geworden, hat zwar dann nachher studiert und wollte aber auch nie auf'm Lande wohnen, aber er äh nu das war eben immer so'n Anliegen nochma'n Garten zu haben, ne. Joa.

52 **Interviewer:** [0:20:47.1] Un und sie sind aus der Stadt gewesen?

53 **Participant:** [0:20:48.8] Ich bin aus Stralsund gebürtig Stralsund bin seit dann 1978 dann in Rostock. Und mein Mann war aus Schwerin, hat auch da bis zum Schluss gearbeitet und is nach der ähm Ruhestand dann auch (inaudible), also wir ham ja ähnliche Berufe gehabt, aber trotzdem.

54 **Interviewer:** [0:21:02.9] Darf ich fragen, wann Sie geboren sind?

55 **Participant:** [0:21:04.0] Ja. 59 (interrupted by interviewer sign of attention). Bin 62 Jahre alt.

56 **Interviewer:** [0:21:08.1] Okay. Darf ich nach ihrem höchsten Bildungsabschluss fragen?

- 57 **Participant:** [0:21:11.2] Äh ja können sie fragen, also ich hab äh ein äh Fachhochschulabschluss.
- 58 **Interviewer:** [0:21:18.1] Okay. Ham Sie mal professionel mit Pflanzen oder Kräutern, Heilkräutern gearbeitet?
- 59 **Participant:** [0:21:22.2] Ne, gar nich.
- 60 **Interviewer:** [0:21:23.5] Okay. Das is, okay. Sie ham ja eben gesagt, dass sie viel von Ihrer Oma gelernt haben. Wie sieht das mit Ihren Eltern aus?
- 61 **Participant:** [0:21:35.4] Auch von meinen Eltern. Von meinen Eltern hab ich eigentlich so diese des diese Gartenbewirtschaftung auch, ne, dass ja. ABER so die diese diese Kräutersachen, ne, diese Heilkräuter, dass hab ich äh nich von meinen Eltern. Also die ham da nich so'n Wert drauf (interrupted by interviewer sign of attention) gelegt. Also die ham wirklich Anbau gemacht und und äh Verarbeitung und äh Heilpflanzen in dem Sinne mh was man so hatte als Melisse oder so grad was was so üblich war. Aber das hab ich e de definitiv nur von meiner Großmutter.
- 62 **Interviewer:** [0:22:01.5] Sieht Ihr Garten jetz anders aus als der Garten von Ihren Eltern?
- 63 **Participant:** [0:22:03.7] Ja, vollkommen anders. (interrupted by interviewer sign of attention) Vollkommen anders.
- 64 **Interviewer:** [0:22:06.5] Wieso, is das denken sie?
- 65 **Participant:** [0:22:07.9] Bei meinen Eltern war das ganz äh so wie da neben, also ganz klare Linien und ganz klare, also Beete und und und kein Unkraut, ne. Ich sag ja, es gibt ja kein Unkraut, sind ja alles Pflanzen, ne, also, ganz anders ganz anders.
- 66 **Interviewer:** [0:22:24.6] Und was glauben sie wo der Unterschied herkommt?
- 67 **Participant:** [0:22:27.1] Weil ich ein Mensch bin, die kein (laughter) äh der kein Pflanze töten will, umbringen kann (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Nein, einfach weil ich äh äh, weil ich für jede Pfla äh Pflanze, ich bin ja äh ah, ich muss Ihnen sagen, ich bin ja auch'n Christ und ich sage, das is alles Gottes Schöpfung und jede Pflanze hat seine Bestimmung und deshalb äh soll das anders sein. Ich will das nich alles weghacken. Ich will das nich so clean ham, die sollen Raum ham. Natürlich muss man gucken, dass das nich alles äh überwuchert, ne, also d, mit nem Gewissen, gewisse äh Grenzen muss ma setzen, aber ich setz sie sehr sehr sehr weit weit (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention).
- 68 **Interviewer:** [0:23:04.9] Ähm ich hab die Frage, stimmt. Wie stehen sie zu Selbstversorgung?
- 69 **Participant:** [0:23:11.3] Find ich total gut. Mach ich überwiegend, Gemüse mit, also hier. Erst verarbeite ich, ich ka also ich kaufe kein Gemüse nich bevor ich mein eigenes alles verarbeitet hab. Also und wenn i n gut, man kann, wenn man was zukaft so, ja aber dass das is für mich ganz wichtig, ne. Also ich kauf kaum kä, also Kartoffeln kauf ich gar nich. Die werden nachher rausgenommen, die werden eingelagert und dann hab ich'n ganzen Winter Kartoffel. (interrupted by interviewer sign of attention) Die sehen sie jetz nich, die sind da hinten. Bei den Erdbeeren ja. Also das is bei mir, also des is ganz wichtig, Selbstversorgung. Find ich gut.
- 70 **Interviewer:** [0:23:40.4] Informieren sie sich ähm aktiv im Bezug auf das Thema gesünder leben oder gesundes Leben? Is das wichtig für Sie?
- 71 **Participant:** [0:23:47.9] Wollen wir ma so sagen, ich achte schon drauf, aber äh ich überbewerte das nich, ne. Also da muss schon schönes Gleichgewicht sein, also nich dass ich jetz so'n Fanatiker bin, oder so, dass bin ich überhaupt nich, ne, also man muss gucken äh wie man selber so sein Le äh sein n s Leben und sein Gesundheitszustand inf in's in's Gleichgewicht bringen kann, aber man sollte da nich

übertreiben, ne. Da gibt's ja auch welche, die das vollkommen übertreiben und das mach ich nich. Also wie gesagt, bei mir is es alles das Maß der Dinge, ne.

72 **Interviewer:** [0:24:17.6] Okay. Würden Sie sich als neugierig bezeichnen?

73 **Participant:** [0:24:21.1] Joa

74 **Interviewer:** [0:24:22.6] Gerne draußen?

75 **Participant:** [0:24:23.4] Ja.

76 **Interviewer:** [0:24:25.6] Trinken sie viel Tee?

77 **Participant:** [0:24:26.7] Ja.

78 **Interviewer:** [0:24:28.0] Ja? Ham sie irgendwelche speziellen Ernährungsgewohnheiten, gewollt oder ungewollt, also Unverträglichkeiten oder Sachen, die sie sich selbst auferlegt haben?

79 **Participant:** [0:24:37.0] Äh selbst auferlegt hab. Also ich bin schon 'n Mensch, der genau überlegt, was ich esse, also genau darauf achte, also jetzt äh dass es ausgewogen is. Fleisch is ich sup wenig. Wenn dann auch wirklich nur äh wirklich gutes Fleisch, also wo ich weiß, wo das herkommt, also äh auferlegt puh ich wis sag ma ess wenig Süßes, also das mh einfach nich, weil ich das nich äh, weil ich mir das auferlegt hab, weil ich's einfach gar nich so mag. Ja, also beim Zucker bin ich sehr vorsichtig, weil ich das einfach nich so mag, so süß bin s 'n Mensch der ja immer auf naturbelassene Sachen achtet. (interrupted by interviewer sign of attention) Also zum Beispiel schon beim Salz fängt's bei mir an. Ich kauf kein Salz, was raffiniert, also was ra, wo äh irgendwelche Zusatzstoffe wa weil sie ja immer Jod und sowas alles beisetzen wegen der Schild, mach ich alles nich. Ich kauf das naturbelassen a soweit wie geht. Jedes Lebensmittel naturbelassen, wenn es geht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne, 's fängt beim fetten denn an, Öle f kann man ja gucken. Da gibt's ja auch so f große Unterschiede und äh wenn man erstma 'n hochwertige Sachen hatte, dann geht man nich mehr zu den anderen zurück, weil's schmeckt einfach nich denn, ne. (interrupted by interviewer sign of attention)

80 **Interviewer:** [0:25:49.6] Kommen ihre Eltern und Großeltern auch aus der Region hier?

81 **Participant:** [0:25:52.5] Also meine, ja, also mh kommt jetzt drauf an w w wie äh meine Eltern leben ja in Stralsund seit 19, also mein Vater is durch den Krieg hergekommen, also is Sudetendeutscher, vertrieben 1946 und meine Mutter is, kommt aus der Börde also aus der Altmark aus Stendal und die ham geheiratet und sind nach Stralsund gezogen in den 50er (interrupted by interviewer sign of attention) Jahren. So und meine Großeltern dementsprechend auch so, also die Eltern meines Vaters und die Eltern meiner Mutter kommen denn aus der gleichen Region (interrupted by interviewer sign of attention).

82 **Interviewer:** [0:26:23.0] Sie ham ja eben gesagt, dass Sie viel von Ihrer Oma oder von Ihrer Großmutter gelernt haben und dann auch sich belesen (interrupted by participant). Nutzen sie das Internet?

83 **Participant:** [0:26:32.4] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Jetzt als Medium ja. Früher Bücher, jetzt als äh, jetzt muss ich sagen überwiegend sowas Internet.

84 **Interviewer:** [0:26:39.0] Okay. Ham Sie in der Schule was dazu gelernt, zu Heilkräutern, oder Heilpflanzen?

85 **Participant:** [0:26:47.4] Kann ich mich jetzt nich so groß erinnern. Wir hatten zwar, äh also in den Heimatkunde äh Unterricht in den in der Grundschule da wurde dieses Thema ja nochma angerissen, da ham wir auch Pflanzen gemalt (interrupted by interviewer sign of attention) und und auch sind in

die Natur gegangen und ham geguckt, aber so später kann ich mich gar nicht mehr dran erinnern in Biologie oder so. Also da, also ham ich keine keine Erinnerung mehr. As also als in inner Unterstufe das weiß ich ganz genau. Da ham wir sowas gemacht. Da ham wa auch so so äh Sachen gemalt, sollten denn in die Natur gehen und gucken und des abmalen und so das das weiß ich noch. (interrupted by interviewer sign of attention)

86 **Interviewer:** [0:27:19.6] Ja ma schauen, ob ich irgendwas vergessen hab zu fragen.

87 **Participant:** [0:27:23.0] Immer mit der Ruhe.

88 **Interviewer:** [0:27:23.5] Is Ihnen noch was eingefallen, was Sie mir erzählen möchten über Kräuter?

89 [0:27:26.1] **Participant:** Wüsst ich auch nicht, also, was ich da (inaudible) naja Kräuter (inaudible) immer (inaudible) wüsst ich jetzt nicht. (laughter)

90 **Interviewer:** [0:27:36.8] Hm is voll okay. Gut. Ich äh bin erst mit den Fragen durch. Ich hab hinten noch ne Datenschutzerklärung dabei.

91 [0:27:43.3] **(unrelated to topic)**

92 **Participant:** [0:28:34.7] Setzen sich hin hier, das is auch nicht schmutzig, das sieht so so aus und denn können wa ma gucken. (inaudible) ma rüber, so.

93 **Interviewer:** [0:28:41.9] Ich bin das sowieso nicht so (interrupted by participant)

94 **Participant:** [0:28:42.8] Sehen Sie, gucken Sie. Hab ich immer meine Bücher denn (interrupted by interviewer sign of attention), zwischendurch setz ich, hab ich jetzt schon wieder Herbstfrüchte rausgeguckt. Da ham wir nachher die Hagebutte, Schlehe, Esskastanie. Da geh ich ja, da geh ich zum Beispiel sogar auf die Felder und in die Natur und sammel (interrupted by interviewer sign of attention). Wollt ich Ihnen sagen, ja. Da guck ich wo Bäume sind (interrupted by interviewer sign of attention), ne also grade hier Schlehe, Esskastanie, Hagebutte und Holunder. Ich hab zwar 'n kleinen Holunderbaum angebaut, aber der is noch nicht soweit und dann hol ich mir das was ich möchte, was ich ma haben möchte. Weil wenn ich was machen möchte, wissen Sie (interrupted by interviewer sign of attention), da geh ich gezielt dann gucken in der Natur (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, das hab ich wie gesagt, da wundern sich nicht, das hab ich abgerissen, dass muss neu gemacht werden da hinten (laughter). Ja und denn machen wir ja ganz viel alkoholische Sachen, die ich ja jetzt so gar nicht mehr ver ab brauche, ne, dadurch das mein Mann ja mir alles mögliche hier von den von den von den ähm von den ähm Sauerkirschen immer Kirschlikör und alles Mögliche, also da is immer was da. Das hatte alles noch mein Mann angelegt. Ich trink dat alles gar nicht, naja gut. Werden wir schon irgendwie v verschenken. (laughter) Ja das wird auch verarbeitet, also normalerweise (interrupted by interviewer sign of attention) wird nichts ver vernichtet, ne. Also

95 **Interviewer:** [0:29:49.8] Ja, aber es schmeckt doch besonders gut dann auch aus'm Garten, oder also?

96 **Participant:** [0:29:52.1] 'S anders, is a is 'n ganz andere Aromen (interrupted by interviewer sign of attention). Wenn Sie, wenn Sie wa kaufen, das schon allein bei der Kartoffel, eh wenn ich die denn die äh wie jemand gebe oder so, oha is das lecker (interrupted by interviewer sign of attention), is das lecks. Das'n ganz anderes Aroma, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) weil es irgendwie, naja es wächst ja wahrscheinlich auch langsamer als auf den Feldern.

97 **Interviewer:** [0:30:11.2] Es is vor allem nicht unter 'nem Preisdruck irgendwie, oder (interrupted by participant)

98 **Participant:** [0:30:13.4] Ja genau genau genau genau.

99 **Interviewer:** [0:30:15.1] Das war mir in Deutschland speziell auffällt. Ich hab jetzt lange auch in

Österreich und in Italien gewohnt. Da wird noch auf die Qualität geachtet und hier wir eher auf den Preis geachtet. Also ich kann's (interrupted by participant) irgendwo verstehen, aber grade äh so Möhren, Waschmöhren (interrupted by participant), die sind alle.

100 **Participant:** [0:30:29.0] Möhren is bisschen schwierig bei uns anzubauen. Mein Mann hat's ges letzte s Jahr gemacht, da ham wir aber extra 'n Fleece gekauft durch diese f Fliegen die kommen ham wir ganz (interrupted by interviewer sign of attention) wenig und da waren's ganz gut, also die Aromen, die waren toll. (interrupted by interviewer sign of attention) Und denn schla äh werden die auch immer noch eingeschlagen in die Erde (interrupted by interviewer sign of attention), sodass man über'n Winter immer (inaudible) sich welche holen kann. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne, das is. Oh ich seh überhaupt heute, jetzt äh kratzt die hier Dinge. Sogar im Gesicht hab ich mich heut gekratzt. Ja. Vielleicht fällt mir nochwas ein, aber soweit erst das is das Wichtigste, ne.

101 **Interviewer:** [0:30:57.1] Dann gehen wir das hier kurz (interrupted by participant) durch.

102 [0:30:58.6] **(unrelated to topic)**

103 **Participant:** [0:33:01.6] Oh Tomaten is auch so, also im Geschäft können sie die doch gar nicht kaufen. Schmeckt doch gar nicht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ganz selten, wenn ich wirklich ma im Winter nichts mehr hab und des braucht da irgendwie ma ne Tomate zu, aber auch selbst dann überleg ich, gibt's ne Alternative, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Genau also ma mu und saisonal, ne saisonal we äh pass ich auch sehr drauf auf bei meiner Ernährung. Immer saisonal zu. Ich kauf mir zum Beispiel nie Erdbeeren, ich pflück' mir nur meine in der Saison. Auch Rhabarber nur wenn Saison is und auch so die andern Dinge, die Saison haben, da ess ich das, ne. Also da is irgendwas ja jetzt fängt dat ja richtig an. Heute is ein Mist ey.

104 [0:33:34.9] **(unrelated to topic)**

105 **Interviewer:** [0:40:18.3] Eine Frage hab ich noch. Hab ich Sie gefragt, äh was sie benutzen, wenn sie Verdauungsprobleme haben?

106 **Participant:** [0:40:23.0] Nein, ham sie nicht gefragt. (interrupted by interviewer sign of attention) Da muss ich jetzt ma. Ich nehm ähm, also erstma meine Teesachen (interrupted by interviewer sign of attention), die ich habe. Also dann nehm ich dann äh Pfefferminztee oder Kamille und dann nehm ich Kurkumapulver (interrupted by interviewer sign of attention), ja. Da hab ich mir extra was besorgt. Das is, hätten sie angelassen die Dinger. (inaudible) Das is doch (inaudible). Das is ja, sind doch nur meine Gartendinger. (interrupted by interviewer sign of attention) Äh (interrupted by interviewer sign of attention) Kurkuma äh Pulver hab ich mich jet, da hat ich mich vor langer Zeit belesen gehabt (interrupted by interviewer sign of attention) und ich muss ganz ehrlich sagen, dass wirkt bei mir wie Antibiotika (interrupted by interviewer sign of attention). Wenn ich meine Krämpfe kriege, ich hab so'ne so'ne Darmentzündung manchmal ähm da müsst ich eigentlich immer zum Arzt gehen und Antibiotika nehmen, damit es nicht äh und seit ich den, wenn ich merke, da kommt was, nehm ich dieses Pulver paar Mal (interrupted by interviewer sign of attention) und denn reguliert sich das. Also es is'n Phänomen, ich hab's nicht geglaubt, aber es is bei es es trifft zu bei mir (interrupted by interviewer sign of attention). Was nehm ich nicht ähm bei Darmbeschwerden? Kümmel. Kümmel knapp aufgebrüht als Kümmel, nur reiner Kümmel, Fenchel mag ich nicht, is zwar gut, mag ich einfach vom Geschmack nicht. Ja das sind so die Hauptsachen, die man dann nimmt, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber dieses Kurkuma essen und natürlich nicht einheimisch, aber is sehr sehr für mich persönlich sehr gut.

107 **Interviewer:** [0:41:34.8] Okay. Gut.

108 **Participant:** [0:41:36.6] Bitte.

109 **Interviewer:** [0:41:37.3] Dann würd ich die Aufnahme beenden.

110 **Participant:** [0:41:39.3] Gerne.

111 **Interviewer:** [0:41:40.4] Dankeschön

112 [0:41:41.0] **(unrelated to topic)**

#### 7.3.4.5 Interview RO 5

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Ja genau.
- 2 **Participant:** [0:00:01.1] Musst denn (interrupted by interviewer sign of attention) sagen.
- 3 **Interviewer:** [0:00:01.7] Also hallo.
- 4 **Participant:** [0:00:02.5] Hallo. So ich hab hier meine kleine Kräuterecke (interrupted by interviewer sign of attention) mit Lauchzwiebeln, Thymian, Bohnenkraut, Schnittlauch, Liebstöckel. Han Thymian hat ich vorhin schon gesagt (interrupted by interviewer sign of attention). Denn machen wir gerne im Winter, machen wir, essen wir gerne rohe Rote Beete (interrupted by interviewer sign of attention). Die kochen wir nich (interrupted by interviewer sign of attention). Die wird geraspelt mit Meerrettich und dann machen wir schön frischen Salat. (interrupted by interviewer sign of attention) Und hier mach ich meine schönen Kartoffeln (interrupted by interviewer sign of attention). Mach ich au selber. Die roten die sind schon so groß. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ja die Frühkartoffeln waren kleiner, ne. Die Roten sind ganz schön groß. Kann ich dir nachher ma eine zeigen.
- 5 **Interviewer:** [0:00:37.7] Is'n gutes Jahr?
- 6 **Participant:** [0:00:38.4] Ja puh äh ich hab die nich gedüngt. Ich mach nur Kompost. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich ich düng' also mit Chemie mach ich gar nichts (interrupted by interviewer sign of attention). Auch keine Bäume spritzen nich, deswegen hab ich schon, kannst'e ma gucken vorne, kennst'e, hasste schon gehört von. Apfelspinner gehört?
- 7 **Interviewer:** [0:00:53.4] Ja.
- 8 **Participant:** [0:00:53.7] Ja. So (inaudible). Das is mein Apfelspinnerbaum. Das war'n großer Baum, der is von 1952 (interrupted by interviewer sign of attention) is der.
- 9 **Interviewer:** [0:01:06.1] Aber er kommt ja wieder, ne (interrupted by participant) also.
- 10 **Participant:** [0:01:07.5] Ja das hab ich ja so gelassen, aber der das hab ich grade gemacht, vor 2 Monaten. (interrupted by interviewer sign of attention) So viel Apfelspinner, schade um den Baum von 1952. Der is noch von meinem Schwiegervater. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber war nich mehr, die machen nix. Die machen nix. Alles Apfelspinner. Und dann hab ich gesagt, dann machen wir wenigstens 'n Blumenbaum davon und den will ich jetzt mal probieren noch (interrupted by interviewer sign of attention), ob der was wird. Ja, aber ob er nächstes Jahr wieder Apfelspinner hat der junge. (interrupted by interviewer sign of attention) Das müssen wa ma sehen. (interrupted by interviewer sign of attention) Is das so, ne.
- 11 **Interviewer:** [0:01:34.9] Hier seh ich getrocknet?
- 12 **Participant:** [0:01:36.1] Wie bitte?
- 13 **Interviewer:** [0:01:36.7] Is is das, sind das (interrupted by participant), das is der Thymian, den (interrupted by participant) sie trocknen?
- 14 **Participant:** [0:01:38.2] Das mach ich, ne, das is Bohnenkraut. (interrupted by interviewer sign of attention) kannst ja ma dran schnuppern, das is richtiger bat wa war der schon so groß war (interrupted by interviewer sign of attention) und Bohnenkraut wird auch b be be äh wird auch unterschätzt, ne. Den kann man vielseitiger einsetzen, ne. Ne ebend nich nur äh zu Bohneneintopf, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Da kann man gehackten reinmachen oder zu Fleisch (interrupted by interviewer sign of attention). Das wird unterschätzt. Bohnenkraut is sehr gut. Der war schon so groß, dann hab ich, ja, was war denn der Nacken. Hier hinten hab ich noch bisschen.
- 15 **Interviewer:** [0:02:09.5] Ah hinten geht's weiter, achso.

- 16 **Participant:** [0:02:11.0] Hier, ja, das is ja nur die Mühle. Hier mach ich denn auch immer so meine Spinnerecke hier mit Bohnen (interrupted by interviewer sign of attention). Kumma hier wie die alle hängen hier (interrupted by interviewer sign of attention) Und das is aber nur so Nebenprodukt, das äh hier is ja gar nichts. Das is der Komposthaufen, kumma. Echter Komposthaufen noch, ne. Den und mh hier hab ich hier diesmal Stangenbohnen gemacht mit mit echten kumma kumma wie soweit hier aussehen kumma, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Das sind die richtig echten Stangenbohnen und das sind ja die Prunkbohnen, ne, die sind innen, wenn du die aufmachst, sind die rot, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Die sind rot und da kannst du dir, wenn du jetzt die pflückst und auspulst, wenn du sie jetzt nimmst, ka könntest du die irgend jetzt so essen so zu überfüllen, weißt (interrupted by interviewer sign of attention), wie in Erbsen und Wurzeln (interrupted by interviewer sign of attention), ja. Oder ich lass die ja we wachsen, bis sie getrocknet sind und dann kann ich dann Bohneneintopf im Winter machen (interrupted by interviewer sign of attention) und die Hälfte oder so ham wa jetzt 20 30 Stück lass ich dann nächstes Jahr als Saat. (interrupted by interviewer sign of attention), ne. So dann.
- 17 **Interviewer:** [0:03:04.7] Was ham sie dahinten noch getrocknet?
- 18 **Participant:** [0:03:06.6] Hm?
- 19 **Interviewer:** [0:03:07.0] Was haben wie (interrupted by participant)
- 20 **Participant:** [0:03:07.6] Ja da da hab ich jetzt hier jetzt zwischen de Dings ja, dass is äh, zücht' ich mir selber ähm meine Samen für Petersilie (interrupted by interviewer sign of attention). Ne, die hasste denn hier musst bisschen bisschen gucken. Meine Frau reibt hier, sät se hat se schon ausgesät hier äh bl bl Blümchen, Blümchen
- 21 **Interviewer:** [0:03:27.6] Hallo
- 22 [0:03:28.0] **Other Person:** Achso, ach Gott, hallo.
- 23 **Participant:** [0:03:29.3] Blümchen, die äh äh äh was sin das für Blümchen, (name)?
- 24 [0:03:32.7] **Other Person:** Bartnelken.
- 25 **Participant:** [0:03:33.3] Äh äh Bartnelken und die sind ja zweijährig, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible) Und das is ja hier für (interrupted by other person) Salbei, ne, hier.
- 26 [0:03:41.5] **Other Person:** Basilikum. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 27 **Participant:** [0:03:42.6] Basilikum, mehrere riechst'e ja, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Jaja. Und sowas.
- 28 **Interviewer:** [0:03:47.9] Petersiliensamen (interrupted by participant) machen sie jetzt selbst, ja?
- 29 **Participant:** [0:03:49.5] Ja, ne, de det is da hinten so entstanden so groß und da wollt ich die nich wegschmeißen. Kumma hier haste ja de ganze Samen drin (interrupted by interviewer sign of attention). Den mach ich dann jetzt so raus (interrupted by interviewer sign of attention) und dann hab ich für nächste Jahr den Samen (interrupted by interviewer sign of attention), wieso soll ich's wegschmeißen, ne? (interrupted by interviewer sign of attention) Ne, dass. Wir schmeißen nix weg. (interrupted by interviewer sign of attention) Wir sind so bisschen. (laughter) Nich ö öko, aber wir machen das (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by other person) ja.
- 30 [0:04:08.6] **Other Person:** Die Kinder bringen den Hund nachher.
- 31 **Participant:** [0:04:10.1] Ja. Guck hier sind die, na die is nich mehr gut hier. Ha, ja, kennst'e die

überhaupt ned hä? U u und wegen den hier, kann ja ma eine aufmachen. Äh die hab ich (inaudible) auch ma aus Polen mitgebracht (interrupted by interviewer sign of attention). Die sind denn, weiß nich ob (interrupted by other person) die, die sind noch grün, die sind noch grün (interrupted by interviewer sign of attention) Ne, die (interrupted by other person) blau bau bunt. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja richtig so (inaudible), richtig bunt. Da kann er auf Kompost, jaja. Richtig bunt werden die. Kumma wat. Ne so

32 **Interviewer:** [0:04:39.6] Äh sie ham äh Nutzpflanzen (interrupted by other person), also hier Bohnen und Kartoffeln (interrupted by participant) und

33 **Participant:** [0:04:46.1] Alles ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Guck hier is, ähm wa auch schon, ich hab auch schon hier Zucchini und hier so so was ich alles schon eingeweckt hab hier (interrupted by interviewer sign of attention). Zucchini (interrupted by interviewer sign of attention) mit Paprika hier. Alles aus'm Garten, ne (interrupted by interviewer sign of attention), hier, ne.

34 **Interviewer:** [0:05:06.9] Ah schön mit Senfsaat is das, oder?

35 **Participant:** [0:05:08.7] Das, ne, das is (interrupted by interviewer sign of attention) äh eingeweckt, das sind Senfkörner, das is so eingeweckt als wenn de Gewürzgurken hast. (interrupted by interviewer sign of attention) Hier kannst'e dir'n Glas mitnehmen.

36 **Interviewer:** [0:05:15.8] Nein echt?

37 **Participant:** [0:05:16.5] Kannst'e mitnehmen, kannst'e ma probieren.

38 **Interviewer:** [0:05:18.4] Oh danke schön.

39 **Participant:** [0:05:19.0] Die Gewürzgurke.

40 **Interviewer:** [0:05:19.8] Eingeweckte Zucchini. Ich hab heut schon ne (interrupted by participant) frische bekommen.

41 **Participant:** [0:05:21.0] Hier rein, nehmen se mit. Paprika ja. Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne so.

42 **Interviewer:** [0:05:28.8] Während ich das wegpacke, Sie hatten eben gesagt, Sie machen äh ein Thymianauszug.

43 **Participant:** [0:05:33.8] Ja.

44 **Interviewer:** [0:05:34.4] Wollen sie nochmal für die Aufnahme sagen äh wie sie des machen?

45 **Participant:** [0:05:37.6] Ja das Rezept hab ich jetzt aber nich im Kopf. (interrupted by interviewer sign of attention) Da da wird **Thymian** genommen, die Sträucher, (interrupted by interviewer sign of attention) die wird genommen, werden kleingeschnitten so wird das, sag ma, was jetzt so beim Gefäß (interrupted by interviewer sign of attention), sag ma 10 Zentimeter Durchmesser, dann machst du ne Schicht Thymian (interrupted by interviewer sign of attention), dann machst du ne Schicht Zucker (interrupted by interviewer sign of attention) und oder oder Bienenhonig, ne (interrupted by interviewer sign of attention) und dann bleibt das äh äh 5 6 Wochen im Kühlschrank stehen (interrupted by interviewer sign of attention) und dann und d das wird dann nachher abgeseilt und das hilft wirklich gegen Husten. (interrupted by interviewer sign of attention) Das

46 **Interviewer:** [0:06:05.3] Wie nehmen sie das dann zu sich? (interrupted by participant) In in welchen (interrupted by participant) Maßen?

47 **Participant:** [0:06:07.7] Trinkst, hier (interrupted by interviewer sign of attention) ja du nimmst, sag

ma so'n kleines Schnapsglas so (interrupted by interviewer sign of attention), oder ei ei, sagen sagen ma ein Esslöffeln (interrupted by interviewer sign of attention), kann ma auch sagen. Ein Esslöffel und das reicht denn.

48 **Interviewer:** [0:06:15.9] Und dann hatten sie noch erwähnt äh die die die Kräuter.

49 **Participant:** [0:06:19.4] Die **Schwedenkräuter** (interrupted by interviewer sign of attention). Ja das is ja nich aus meinen Garten.

50 **Interviewer:** [0:06:22.2] Na, aber die die holen se (interrupted by participant) aus der Apotheke.

51 **Participant:** [0:06:23.7] Aber die sind ja wirklich super. Hab dir ja gezeigt, hier ne. Guck ma. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne, ne, kumma, wenn se ma anfassen wollen, fass ma rauf. Das is weich ne, darauf drücken.

52 **Interviewer:** [0:06:32.6] Ja das nich (interrupted by participant) entzündet.

53 **Participant:** [0:06:33.4] Das war gestern noch steinhart (interrupted by interviewer sign of attention). Und so groß wie'n 5 Mark Stück. (interrupted by interviewer sign of attention) Und dann mach ich jetzt morgens und abends Schwedenkräuter auf (interrupted by interviewer sign of attention), oder oder ich war ja Bäcker (interrupted by interviewer sign of attention), da hab ich mir mir verbrannt öfters (interrupted by interviewer sign of attention), dat hab ich immer ne Schwedenkräuter rauf gemacht und da war am nächsten Tag nich weg aber ich hab keine Schmerzen mehr gehabt (interrupted by interviewer sign of attention). Und das nimmt meine Frau und ich denk ma na zu DDR Zeit gab's das noch nich (interrupted by interviewer sign of attention), muss ich sagen, dass is ja äh erst nachher Wende die Schwedenkräuter und Maria Treben und sie setzt des immer an und meine Frau, die nimmt da auch morgens so'n kleinen, sag ma 'n Teelöffel voll (interrupted by interviewer sign of attention), riech stinkt ja furchtbar, ich kann di ja ma riechen lassen. Wir ham's auch hier. Dat is ja (inaudible), also das, das nich jedermanns Sache. Aber is ja von Mera Treben is ja (interrupted by interviewer sign of attention) bekannt und is aus der Apotheke. Du kannst den auch fertig kaufen, aber da kostet des eben 5 Mal so viel also wenn wir das selber ansetzen, ne und weil wir ja äh meine Tochter mh will das immer haben. Meine Schwester will das haben, alle wollen das ham von Maria Treben (interrupted by interviewer sign of attention), ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Gut.

54 **Interviewer:** [0:07:29.1] Was ham sie sonst noch so im Garten ha äh was sie eventuell benutzen würden, wenn sie äh, oder äh nich im Garten. Was würden sie generell noch benutzen, wenn sie, wenn sie krank werden, oder sich unwohl fühlen? Aus aus der Natur sag ich mal.

55 [0:07:42.1] **Participant:** Ja, ne tatsächlich für sich. Wir ne nehm die Schwedenkräuter. (interrupted by interviewer sign of attention) Wenn mir schlecht is nehm ich auch'n Schluck davon. (interrupted by interviewer sign of attention) Und meine Frau nimmt da sowieso immer'n Schluck davon (interrupted by interviewer sign of attention), ne (name) ne, Schwedenkräuter da schwörst du ja drauf, ne.

56 [0:07:54.3] **Other Person:** Joch (laughter)

57 **Participant:** [0:07:55.0] Ja.

58 **Interviewer:** [0:07:56.1] Aja wenn's funktioniert, wieso auch nich (interrupted by participant) ne?

59 **Participant:** [0:07:58.0] Da da da nimm wir denn auch keinen, da kein Kräuter hier jetzt zum Beispiel hier Jägermeisterbräu die trinken da (interrupted by interviewer sign of attention), da treg ich ja trink ich ja Zuckerwasser (interrupted by interviewer sign of attention), genau und Schwedenkräuter is g is ja kein Gramm Zucker drin. (interrupted by interviewer sign of attention) Ick ick ick kann dir mal holen lassen. (interrupted by interviewer sign of attention)

- 60 [0:08:12.3] **Other Person:** Und sich hier ma auf die Bank setzen. Möchtest'n Glas Wasser oder irgendwas?
- 61 **Interviewer:** [0:08:15.7] Wenn (interrupted by participant) wenn Sie eins ham, ja gerne. (interrupted by other person) 'n Glas Wasser.
- 62 [0:08:19.3] **Other Person:** Glas Wasser, ja gut.
- 63 **Participant:** [0:08:24.1] Hautnah hier, super. (interrupted by interviewer sign of attention).
- 64 [0:08:26.9] **Other Person:** (inaudible) Die stinken wie die Pest und schmecken auch nich gut (interrupted by interviewer sign of attention), aber ich äh, die, mir helfen se sag ich. Bildet ma sich vielleicht ein, ne. Meine Tochter die schwört ja drauf, wenn sie sich verbrennt oder sie macht ja überall Schwedenkräuter drauf, wenn (interrupted by interviewer sign of attention) wo ne Wunde is, oder so. Die schmiert die Kräuter, so is so ihres (interrupted by interviewer sign of attention)
- 65 **Interviewer:** [0:08:58.8] Dankeschön. (interrupted by other person) Erst nicht, ne? (interrupted by other person) Ah zum, krieg ich so'n Schluck Schwedenkräuter hier.
- 66 [0:09:10.2] **Other Person:** So jetzt machen ganz wenig rein (interrupted by interviewer sign of attention) jaja.
- 67 **Interviewer:** [0:09:13.1] Oh ja ich weiß, was sie meinen ja.
- 68 [0:09:15.4] **Other Person:** Kennst die?
- 69 **Interviewer:** [0:09:15.8] Das das äh, aber was so, (interrupted by other person) das is
- 70 **Participant:** [0:09:17.5] Das is mar, aber echt (inaudible) Treben, ne. (interrupted by other person)
- 71 **Interviewer:** [0:09:20.3] Das is aber eine Komponente, die die (interrupted by participant), die kenn ich, ja. (interrupted by participant) Ja. Ah was is'n das?
- 72 [0:09:26.8] **Other Person:** Weiß ich auch nich, aber das schmeckt und eklig und stinkt (interrupted by participant) und
- 73 **Interviewer:** [0:09:31.6] Oha is das bitter
- 74 **Participant:** [0:09:32.6] (interrupted by other person) Ja. Das sind die echte Kräuter, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)
- 75 **Interviewer:** [0:09:38.5] Bei mir zuhause sagt man, nich lang schnacken Kopp in Nacken. (interrupted by participant) (interrupted by other person) Na danke. (interrupted by other person)
- 76 **Participant:** [0:09:44.8] Aber das hilft wenigsten. (interrupted by other person). Da brauch ma kein Jägermeister trinken.
- 77 **Interviewer:** [0:09:47.7] Ja hier, ne, ich find das gut. Eben hatten Sie äh noch erwähnt äh Holunder, dass Sie was mit'm Holunder machen?
- 78 **Participant:** [0:09:56.2] Jo das ham wa immer früher gemacht, ne. (interrupted by other person) Und jetzt hat meine Tochter ja da äh Triebsees (interrupted by interviewer sign of attention) das Grundstück und da is auch **Holunder** und da machen jetz dies Jahr wieder Holundersaft (interrupted by other person) (interrupted by interviewer sign of attention) für für Fieber, ne, das is das ja super.
- 79 **Interviewer:** [0:10:07.1] Aus welchem Teil der Pflanze wenn ich fragen darf?

- 80 **Participant:** [0:10:08.6] Ja nur (interrupted by other person) woraus die (interrupted by interviewer sign of attention), aus den Beeren ja. Ma kann ja auch (interrupted by other person) aus dem
- 81 [0:10:13.1] **Other Person:** Obwohl es gibt auch Holunderblüten, ne
- 82 **Participant:** [0:10:15.0] Holunderblütensaft (interrupted by other person) gibt's auch, aber die blüh, wenn die blühen ja.
- 83 **Interviewer:** [0:10:18.9] Und gegen was verwenden sie das dann, oder für was?
- 84 **Participant:** [0:10:20.7] Zum Fieber (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Holunder gegen Fieber (interrupted by other person) Ham wir früher schon zu Lehrzeiten gemacht (interrupted by other person).
- 85 **Interviewer:** [0:10:27.7] Okay. Haben Sie sonst noch Hausmittelchen? Wenn bei wenn Sie krank sind, oder sich unwohl fühlen?
- 86 **Participant:** [0:10:34.0] Naja Wadenwickel, ne.
- 87 [0:10:35.9] **Other Person:** Zwiebelsaft.
- 88 **Participant:** [0:10:36.9] Zwiebelsaft (interrupted by interviewer sign of attention). Die **Zwiebel** ansetzen mit mit mit Zwiebelscheiben und Zucker und denn Hauch so (interrupted by other person), das hab ich ihm ja schon gesagt (interrupted by interviewer sign of attention) Thymiansirup machen wa auch ja.
- 89 **Interviewer:** [0:10:47.9] Wie wie mh also äh sch Zwiebelscheiben und Zucker und was machen sie dann?
- 90 **Participant:** [0:10:51.1] Zucker und des bleibt (interrupted by other person) denn (interrupted by other person), muss denn muss denn warm stehen ne (interrupted by other person). Früher hat ma ja 'n Backofen gehabt, hat ma ja hier so'n ne Röhre, aber das muss ma dann eben schön warm stehen lassen und lange. (interrupted by other person) Und dann, das schmeckt auch eklig (interrupted by other person). Das kenn ich schon aus Lehrling inde inde inde 60er Jahre hat ma das äh inne Bäckerei gehabt (interrupted by interviewer sign of attention). Da ham wir so'ne Backröhre gehabt extra und da we äh äh ähm, (interrupted by other person) wenn einer sowas hatte, dann boch, ham wir da auch Zwiebelsaft gemacht. Das kenn ich schon von de 60er Jahre.
- 91 **Interviewer:** [0:11:19.3] Und für oder gegen was verwenden sie das?
- 92 **Participant:** [0:11:20.7] Zwiebelsaft (interrupted by other person)? Husten (interrupted by interviewer sign of attention)
- 93 [0:11:22.8] **Other Person:** So Erkältung.
- 94 **Participant:** [0:11:23.6] Erkältung, auch. Des is aber heut noch wirklich gutes Mittel, ne, Zwiebelsaft (interrupted by other person), aber schp äh macht keiner, viele weniger, (interrupted by other person) weil's eben schrecklich schmeckt, so wie (interrupted by interviewer sign of attention) äh, das schmeckt schrecklich, ne?
- 95 **Interviewer:** [0:11:35.1] Tja is mir egal, solang's hilft (interrupted by participant). Wenn's hilft, dann is äh. (interrupted by other person)
- 96 **Participant:** [0:11:37.5] Was sagst'e zu? Was war?

- 97 **Interviewer:** [0:11:38.6] Zumindest recht, ja war war schrecklich ja. (interrupted by participant) Ich würd's als schrecklich bezeichnen, aber ich.
- 98 **Participant:** [0:11:41.2] Dämpfe, der würd's nich nochma trinken, ne.
- 99 **Interviewer:** [0:11:43.2] Das kommt drauf an. Wenn's hilf, (interrupted by participant) und wenn und wenn (interrupted by participant) ich das da hab. Natürlich (interrupted by participant) würd ich's trinken.
- 100 **Participant:** [0:11:46.6] Guck meine Frau trinkt das jeden Morgen. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 101 [0:11:48.2] **Other Person:** Auch hier (interrupted by participant) im Garten, nicht zuhause hab ich.
- 102 **Interviewer:** [0:11:49.9] So so'n kleinen Pin, ja. (interrupted by participant) (interrupted by other person) (inaudible)
- 103 **Participant:** [0:11:51.8] Das is so wie manch einer, gibt auch welche, die trinken jeden Morgen Nordhäuser Korn, ne, auf nüchternen Magen. Hab ich auch schon (interrupted by other person), ja, ihr Vadder hat auch so immer gemacht. (interrupted by interviewer sign of attention) Immer jeden Morgen am Kühlschrank einen Nordhäuser Korn (interrupted by interviewer sign of attention) auf nüchternen Magen. Ja Kann dich (inaudible)
- 104 [0:12:07.4] **Other Person:** Nö früher hat er Bohnenkamp getrunken (interrupted by participant) und nachher hat er immer Korn. (interrupted by participant)
- 105 **Participant:** [0:12:12.3] Sein Leben lang, ja.
- 106 **Interviewer:** [0:12:15.8] Sie, sie kommen aus Rostock, oder?
- 107 **Participant:** [0:12:18.4] Ja (interrupted by other person). Sie is hier geboren, ich bin in Ribnitz geboren (interrupted by interviewer sign of attention), hab da auch gelernt und bin äh 68 hier her gezogen.
- 108 **Interviewer:** [0:12:25.6] Okay. Wo kommen äh Ihre Eltern, kommen die auch aus der Region?
- 109 **Participant:** [0:12:29.5] (interrupted by other person) Ja, die auch ja.
- 110 [0:12:31.7] **Other Person:** Wir sind Rostocker.
- 111 **Participant:** [0:12:32.7] Ja.
- 112 **Interviewer:** [0:12:35.2] Seit wann ham sie den Garten hier, oder generell einen Garten?
- 113 **Participant:** [0:12:39.1] Naja de der Garten gehörte ja ihre Eltern (interrupted by interviewer sign of attention).
- 114 [0:12:41.5] **Other Person:** Mein Vater hat den in de 50er.
- 115 **Participant:** [0:12:43.2] Inne 50er. Wir ham den 83 übernommen. Ah wir war'n schon immer früher hier, hab geholfen (interrupted by interviewer sign of attention), aber ab 83 ham wir, da ham wa die Regie genommen (interrupted by interviewer sign of attention) da hat da das da wo wir hinten drin waren, dass war ja ihre Laube (interrupted by interviewer sign of attention), da war ja noch ne Veranda groß vor, aber siehst ja wie klein (interrupted by interviewer sign of attention) und tief das liegt (interrupted by interviewer sign of attention) und da ham wir gesagt mit dem Kind, mh (name) kam denn, da das wird nix mit'm Kind, ne, dass 's zu tief, dann ham wir Bungalow gebaut hier (interrupted by interviewer sign of attention), 83. Ne 84 (interrupted by other person), 84 ham wir

dann den de den gebaut. Aber so lange steht er schon.

116 **Interviewer:** [0:13:13.2] Ja. Das heißt sie hatten eigentlich durchgehend diesen Garten hier?

117 **Participant:** [0:13:15.9] Ja. (interrupted by other person) Seit seit seit 60, 70 Jahren. (interrupted by other person) Kannst'e sagen, seit 70 Jahren. Seit 1950. Die oben da, die äh äh über den, über den Weg (interrupted by other person) rüber, die ham schon, die ham schon 47 eröffnet. De des

118 [0:13:31.5] **Other Person:** Nach 50, ich wei, ich weiß nich seit wann, aber in den 50ern (interrupted by interviewer sign of attention). Ich bin 50 geboren.

119 **Participant:** [0:13:37.6] Ja, wenn nich so'n Wind is, kann, ne kann man das so schnell machen, ne. (interrupted by other person) Dann kannst'e hier schön sitzen jetzt.

120 **Interviewer:** [0:13:42.1] Ja wenn das äh für die Markise okay is.

121 **Participant:** [0:13:43.8] Ja, die kann Windstärke 8 ab, aber wenn hier jetzt Windböen hast, nich, (interrupted by interviewer sign of attention), dann knickt sie auch hoch. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber so können wir dann runterziehen und dann. Deswegen ham wir auch nich hier wie manche das alles zugeschustert, ne. Wir sitzen ja hier in der (inaudible). 'S willst'e ja auch nich ne. (interrupted by other person)

122 **Interviewer:** [0:13:59.6] Hat sich hat sich für sie mal die Frage gestellt den Garten nicht mehr zu haben?

123 **Participant:** [0:14:02.9] Ne (interrupted by other person) ne ne. Wir wohnen ja auch hier. Was ma ja normalerweise nach'm (interrupted by other person) deutschen b deutschen Bundesgartending nich darf, nich, aber wir wohnen hier.

124 **Interviewer:** [0:14:12.5] Aber ich glaub das is so, also

125 [0:14:13.9] **Participant:** Äh wir fahren Donnerstag Abend nach Hause und Freitag früh wieder her. (interrupted by interviewer sign of attention) Da waschen wir da Wäsche, oder (inaudible). Wir ham da auch ne Klärgrube, ne (interrupted by interviewer sign of attention) so'ne Tonne wenn ma muss zum abpumpen und so (interrupted by interviewer sign of attention), ja. Ne gibt's wat Schöneres, morgens hier frühstücken und so hm ne.

126 **Interviewer:** [0:14:31.0] Sind sie gerne draußen?

127 **Participant:** [0:14:32.1] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Sind den ganzen Tag, wir sin abends müde (laughter). Ganzen Tag an der Luft.

128 **Interviewer:** [0:14:40.4] Sie ham mir jetzt schon bisschen äh erzählt, was Sie so verwenden. Wissen sie noch, wie Sie des erfahren haben, wie man sowas verwenden kann?

129 [0:14:49.6] **Other Person:** Ja also meine Schwedenkräuter das hab ich, das Buch davon. Meine Freundin damals hier äh, die Apotheke Gottes glaub ich heißt das von Maria Treben.

130 **Participant:** [0:15:00.1] Ja.

131 [0:15:01.0] **Other Person:** Und da äh hat sie denn, ne, sagt se guck ma des und die nimmt das schon lange und da hab ich das, das aber auch schon zig Jahre her und da hab ich das dann auch.

132 **Participant:** [0:15:12.5] Und und des mit'm Holunder, das ham wa von (name) (interrupted by participant), aus'm Haus, die hatten auch'n irgendwo 'n Grundstück und da war auch und und das mit dem Zwiebelsaft, dass ham wir

- 133 [0:15:20.4] **Other Person:** Das hat meine Mutter.
- 134 **Participant:** [0:15:21.0] Ne, das ham wir schon wo ich gelernt habe.
- 135 [0:15:23.2] **Other Person:** Ja aber (interrupted by participant) meine Mutter hat das schon (interrupted by participant) benutzt.
- 136 **Participant:** [0:15:24.5] Also schon schon 6 äh 65 schon (interrupted by interviewer sign of attention) Und un mit dem Thymian, das ham wir
- 137 [0:15:32.6] **Other Person:** Das hat auch (name)
- 138 **Participant:** [0:15:33.1] Das von (name) ja.
- 139 [0:15:33.8] **Other Person:** Das steht auch bei Maria Treben im Buch. (interrupted by participant) Mhm.
- 140 [0:15:36.6] **Participant:** Geh ma noch'n Stück runterleiern. Wir können auch'n Stück rüber rücken hier. (interrupted by other person)
- 141 **Interviewer:** [0:15:51.5] Ja? Will Ihnen nich Ihren Platz wegnehmen. (interrupted by other person) Sind sie mit Garten aufgewachsen?
- 142 **Participant:** [0:16:00.7] Joa (interrupted by other person) ja ja ja. Die is mit'm Vater mit'm Fahrrad so auf de Stange mitgefahren (interrupted by interviewer sign of attention). Wir hatten ja vor, im Grünen Weg schon 'n Garten (interrupted by other person), bist du Rostocker? Ne.
- 143 **Interviewer:** [0:16:10.5] Ich hab hier studiert 3 Jahre lang (interrupted by participant). Biologie hab ich (interrupted by participant) gemacht.
- 144 **Participant:** [0:16:13.4] Im grünen Weg war ja ma ne Gartenanlage (interrupted by interviewer sign of attention) und die is ja weggekommen (interrupted by interviewer sign of attention) und deswegen ham die hier 'n Gartenersatz gekriegt. Und wir waren ja auch noch Karnickelzüchter. (interrupted by interviewer sign of attention) Hat auch kr riesen, ne Riesenschecken nich, sondern (interrupted by other person)
- 145 [0:16:25.8] **Other Person:** Deutsche Riesenschecken.
- 146 **Participant:** [0:16:27.1] Schecken, aber die kleinen, ne nich riesen (interrupted by other person). Ja. Dann hab ich ihn auch immer mal gefahren. Der hat immer, der war auch Tätowierer für den Verein und da sid wir nach Sanitz gefahren und ham die Karnickel tätowiert und sowat alles. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Aber hier im Garten hat er keine Karnickel mehr gehabt. Die hat er in de (inaudible)straße, da war ja, das war zu DDR Zeiten schon Privathaus und da durft er auf dem Hof sich Karnickelstall bauen und hat da Karnickel gehabt (interrupted by interviewer sign of attention). Is ja auch nich immer gewesen, ne, dass man das darf. (interrupted by interviewer sign of attention) Und heut sowieso nich mehr. Heut darfst'e hier auch keine Karnickel mehr halten. (interrupted by interviewer sign of attention) Nur, nene hier in Kleingartenanlage darfst (interrupted by other person) keine Karnickel mehr halten. Da gibt's denn ne Anlagen die (inaudible), aber (interrupted by other person) hier darfst'e dir keine mehr halten. (interrupted by other person) Nur höchstens wenn einer zu DDR Zeit schon welche hatte, der durfte dann weitermachen.
- 147 [0:17:16.7] **Other Person:** Das sind nur Nutzgärten hier, so.
- 148 **Interviewer:** [0:17:21.8] Wenn der Garten hier schon da war, für was ham sie sich zuerst interessiert? Für für Heilsachen, für Nutzpflanzen, sowas wie man essen kann, oder für Ziersachen?

- 149 [0:17:30.0] **Other Person:** Das kann ich grad nich, also als Kind ja Gott, da war das was da, da hatten wir das wir was zu essen hatten, sag ich jetzt ma so. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne, Erdbeeren, weil wir ja auch nich (interrupted by participant)
- 150 **Participant:** [0:17:42.5] Ja.
- 151 [0:17:42.6] **Other Person:** Das Geld hatten alles zu kaufen.
- 152 **Participant:** [0:17:44.4] Da gab's ja auch keine Erdbeeren.
- 153 [0:17:46.3] **Other Person:** Naja weiß ich nich, aber.
- 154 **Participant:** [0:17:47.3] Wir ham hier jetzt auch immernoch so 3, 6 Reihen Erdbeeren, Kartoffel is wichtig, die brauch ma nich herschleppen. (interrupted by other person) Salat siehst (interrupted by other person), das das schon der nächste Salat. Einmal ham wir schon abgeerntet (interrupted by interviewer sign of attention). Kohlrabi is auch schon abgeerntet. Das grüne da, ne das sogar Physalis (interrupted by interviewer sign of attention), gibt's äh kannst auch im Garten machen. (interrupted by interviewer sign of attention). Der große grüne Busch da.
- 155 **Interviewer:** [0:18:05.9] Sind die gut (interrupted by participant) dieses Jahr geworden?
- 156 **Participant:** [0:18:07.6] Ja, ne die die (interrupted by other person) sind da noch nich soweit. ja immer, jedes Jahr. Daneben is Paprika. Zucchini hab ich schon z äh 12 oder 13 Stück geerntet. Haste gesehen die Gläser, die ich schon alle eingeweckt hab (interrupted by interviewer sign of attention). Ne, und.
- 157 **Interviewer:** [0:18:21.4] Ich werd das nachher werd ich mir schon das Glas auf (interrupted by participant), oder morgen, oder so.
- 158 **Participant:** [0:18:24.2] Ne das machen wir für'n Winter, für Bratkartoffeln und so (interrupted by interviewer sign of attention). Das hab ich noch 'n Rezept von ner anern Frau da oben äh a a amerikanischen Gurkensalat, der wird aber auch aus Zucchini hergestellt (interrupted by interviewer sign of attention). Zucchini und (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Mit Curry und schwei, Kräuter und scharfen Paprika. 500 Gramm Zwiebeln kommen da noch ran und so wird auch aufgekocht und in Gläser gefüllt. Ja wir, bisschen anbauen tun wir schon (interrupted by other person). Is nich mehr so v is nich mehr so wie früh, wie wie DDR Zeit, wo ma jeden Fleck genutzt hat, ne. Das nich, aber (interrupted by other person) aber guck, wir ham (inaudible) wir ham schon genug angebaut.
- 159 **Interviewer:** [0:19:06.7] Wie war das dann damals, oder wie unterscheidet sich jetzt der Garten und wieso von dem von früher?
- 160 **Participant:** [0:19:11.2] Ja weil viele nich mehr so viel anbauen wollen, ne.
- 161 [0:19:13.4] **Other Person:** Naja früher (interrupted by participant) ham wir ja alles angebaut.
- 162 **Participant:** [0:19:15.2] Nu nu kriegst'e heute alles zu kaufen, ne. Aber wenn ich das billig (interrupted by other person)
- 163 [0:19:16.9] **Other Person:** Meine Mutter die hat gemostet, wir ham Saft wir kannten keine Brause (interrupted by participant). Bei uns gab's immer Saft und Wasser.
- 164 **Participant:** [0:19:22.7] Ja. Wir ham dann hier (interrupted by other person) sag ma äh 6 bis 8 Sträucher Johannisbeeren oder Stachelbeeren. (inaudible) hast keine, wir (interrupted by other person) ham, wir ham ne Schwarze Johannisbeere, wir ham ein Stachelbeer zum naschen und so (interrupted by interviewer sign of attention), aber Saft machen tun wir nich mehr. Das is (interrupted by other

person), weil wir nur Wasser trinken gehen, ne (interrupted by interviewer sign of attention).

165 [0:19:38.8] **Other Person:** Aber so wir ham alles, also ich sag jetz ma so alles. (interrupted by participant)

166 **Participant:** [0:19:42.4] Wir wir machen noch Stachelbeeren und Johannisbeeren und so, zuckern wir'n bisschen ein und dann kaufen wir Joghurt und dann essen wir immer so Joghurt mit Schwarzer Johannisbeere und das schmeckt auch gut, frisch (interrupted by interviewer sign of attention). Alles aus'm Garten irgendwo. So.

167 **Interviewer:** [0:19:55.0] Und früher war das mehr?

168 [0:19:58.1] **Other Person:** Äh früher hat man also (interrupted by participant)

169 **Participant:** [0:20:00.1] Mehr geh äh, da ham wir gemostet, immer.

170 [0:20:02.0] **Other Person:** Öh öh hatte man ja nich, also ich sag jetz ma meine Familie hatte nicht das Geld dazu kaufen, wir waren vier Kinder. Mein Vater hat allein gearbeitet und da ham wir, da war kein Rasen groß, ne (interrupted by participant), so da (interrupted by participant)

171 **Participant:** [0:20:14.6] Ja nur hier nur hier ähm hier vorne wo wir gesessen ham, ja. Jahre.

172 [0:20:18.8] **Other Person:** Aber da war nich hier so heute äh f, dass waren regelrechte Ernährungsgarten, das sag ich jetz ma so. Da ham wa alles. Kohl und so hatte er sogar zuerst noch angebaut, also wir ham alles aus'm Garten gehabt. Fleisch hatten wir Kaninchen (interrupted by interviewer sign of attention) und alles andere ham wir aus'm Garten gehabt (interrupted by interviewer sign of attention).

173 **Interviewer:** [0:20:44.5] Wann haben Sie sich, oder können Sie sich dran erinnern, wann sie sich aktiv dafür interessiert ham, wie das so mit nem Garten abläuft?

174 **Participant:** [0:20:49.8] Also

175 **Interviewer:** [0:20:50.6] Oder wie das mit Heilpflanzen (interrupted by participant)

176 **Participant:** [0:20:51.8] Ah das sch (interrupted by other person) das war schon, kumma mein Vadder hatte ja auch 'n Garten gehabt. Den hätt' ich ja auch haben könne, aber wir ham uns ja nu für den entscheiden (interrupted by participant) hier. Also das war ja schon, ich sag ma schon mit 20, oder schon als Kind. Ich hab immer im Garten mitgemacht.

177 [0:21:07.7] **Other Person:** Ja aber so richtig (interrupted by participant)

178 **Participant:** [0:21:09.2] Es war kein Zwang. Wenn de machst, machst'e was, und so, ich hab, wir sin gerne im Garten, ne. (interrupted by other person) und dann waren auch die Familientreffen immer im Garten (interrupted by interviewer sign of attention). Wurd' gegrillt do mit mit alle Familien, 10, 12 Personen und denn auch gegrillt zu DDR Zeit. (interrupted by other person) Fleisch wurde selber alles eingelegt, nich wie Heute, wird ja alles eingeschweiß't gekauft. (interrupted by interviewer sign of attention) Wir ham's selber eingelegt, gewürzt mit Bier aufgegossen und

179 [0:21:31.7] **Other Person:** So wie ich inne 20er war würd ich sagen denn war mein Vadder hier na und denn ham wir ihn ja und denn waren wir immer hier, mitgeholfen und so konnt' er ja nich mehr gut.

180 **Participant:** [0:21:38.9] Ja weil weil's Schwiegermutter konnte ja nich, (interrupted by other person) die hatte ja schwer krank, die war Rheuma (interrupted by interviewer sign of attention) und dann ham wir hier immer mitgemacht. (interrupted by other person) Und wie wir den übernommen ham, da hat er, ham wir ihm gesagt er kann immer kommen wann er will, kann sich hier auch nehmen was

(interrupted by interviewer sign of attention) er will, is mir egal, ne. (interrupted by interviewer sign of attention)

181 **Interviewer:** [0:22:00.8] Wie informieren Sie sich, wenn Sie sich zu Heilkräuter oder pflanzenbezogenen Themen informieren?

182 **Participant:** [0:22:08.0] Ja an für sich äh äh äh N3 kommt manchma Sendungen (interrupted by interviewer sign of attention), da guck ich ma, ne und du guckst ja äh äh äh äh im Internet immer.

183 [0:22:16.7] **Other Person:** Ja oder hier ich ich hol auch viel hier die

184 **Participant:** [0:22:19.4] Von der Apotheken (interrupted by other person) Apothekenrundscha und sowas, da hat sie, da gibt's ja 3 Zeitungen oder so.

185 [0:22:24.3] **Other Person:** Bei Grönfingers (interrupted by participant) is ja auch immer hier diese Fibel da.

186 **Participant:** [0:22:27.3] Da gucken's schon immer nach. (interrupted by interviewer sign of attention) Jo und spritzen tun wir nich mehr. Da machst'n bisschen Seifenlauge oder sowat, ne. Oder mitte Finger machst'e eben die Läuse ab da aner Rose und so (interrupted by interviewer sign of attention). Und äh der der der der (interrupted by other person) wir wir wollen ja hier auch sowieso nich mehr spritzen, weil wir ham ja da unten, wir können ja unseren eigenen Honig essen (interrupted by interviewer sign of attention). Wir ham ja hier Imker.

187 **Interviewer:** [0:22:50.7] Ich ham den Imker gesehen unten.

188 **Participant:** [0:22:51.7] Ja ja ja ja ja, wir kau, den kaufen wir ja auch, oder? Wir essen unseren eigenen Honig, wenn wir so messen. Da kannst ja hier nich mit B58 rumstreuen, ne (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by other person). Das geht ja gar nich, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Nene

189 **Interviewer:** [0:23:02.8] Achten sie auf 'n bienenfreundlichen Garten?

190 **Participant:** [0:23:05.5] Joa (interrupted by other person) kumma wat wir für Blumen ham hier (interrupted by other person) äh manche kor, hier ähn ähn die das grüne Zeug jetz, ne. Das das is ja Johanniswedel. Das hat ja so'ne lange (interrupted by other person) Blüte, weiße. Da sind die Hummeln und Bienen alles drin. (interrupted by other person) Kumma wir ham so ko blühenden Garten, 'n besseren kann's doch gar nich finden oder nich? Oder was sagst du?

191 **Interviewer:** [0:23:24.7] Nene äh es ging nur darum, ob sie da aktiv drauf achten, oder nich.

192 **Participant:** [0:23:27.5] Ja (interrupted by other person) wir machen viel Blumen, ja. (interrupted by other person) Weil wir viel Blumen machen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention)

193 [0:23:31.8] **Other Person:** Dadurch und ebend solche Blumen, wo die Bienen auch reingehen,ne, (interrupted by participant) nich so

194 **Participant:** [0:23:35.0] Guck hier die die Schmetterlinge da vorne da in den (interrupted by other person) Schmetterlingsflieder. Da sind ja manchma 20 Stück da. Vorne.

195 **Interviewer:** [0:23:48.2] Können sie sich dran erinnern, ob sie in der Schule mal äh was über Heilpflanzen gelernt haben?

196 **Participant:** [0:23:53.6] Ne (interrupted by other person)

197 **Interviewer:** [0:23:54.2] Oder über Nutzpflanzen?

- 198 **Participant:** [0:23:55.9] Ne (interrupted by other person), Ne zu DDR Zeiten, ne (interrupted by other person) wüsst ich nich.
- 199 [0:24:02.9] **Other Person:** So Heilpflanzen wüsst ich nich. So Heilpflanzen nuja halt Kamille und. (interrupted by participant)
- 200 **Participant:** Höchstens über deine Tante, ne, deine Tante nich, deine äh, ich weiß da die aus (name)
- 201 [0:24:14.4] **Other Person:** Ach Tante hier äh ja. Ja gut, aber.
- 202 **Participant:** [0:24:17.5] Ja das is aber nich Schule, das is dann auch privat (interrupted by other person), die war auch so bisschen ne, die die bei ihrer Patentante war das (interrupted by other person), die hat hier'n Gelbensande an der Bahnschienen früher zu DDR Zeiten gesessen, Stundenlang und hat aufgepasst wegen (interrupted by other person), Brandwache gemacht. (interrupted by other person) Sowas gab's ja früher auch zu DDR Zeiten. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 203 [0:24:37.1] **Other Person:** Ne, also so inne Schule wüsst ich nichts.
- 204 **Participant:** [0:24:38.9] Und die, die hat auch viele Sachen, ne?
- 205 [0:24:40.2] **Other Person:** Ja. Ne Schule könnt ich mich nich. Gut in Heimatkunde, was weiß ich, das weiß ich heut nich mehr Mensch, äh das is noch, oh Gott, dass is 60 Jahre her, oder länger (interrupted by interviewer sign of attention), aber so direkt sag ich jetzt ma nich, könnt ich mich nich erinnern.
- 206 **Interviewer:** [0:25:04.5] Weil Sie meinten, dass der Garten hier früher viel auf Selbstversorgung ausgelegt war, oder? (interrupted by other person) Oder auf eigen Eigennutzen.
- 207 [0:25:11.5] **Other Person:** Also ich denk ma alle Gärten früher (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by participant), ne, zu DDR Zeiten, sag ich jetzt ma so.
- 208 **Interviewer:** [0:25:17.1] Wie stehen sie heute dazu, zu dem Thema Selbstversorgung?
- 209 [0:25:20.2] **Other Person:** Ja äh wir.
- 210 **Participant:** [0:25:21.9] Das was wir (interrupted by other person) so für nötig halten machen wir ja auch. Guck und wir ham ja Paprikaschoten, wir ham ja Gurken, meine Gewächs, da hab ich Tomaten, 3 Gewächshäuser dahinten. Hast noch nich gesehen, ne? Musst du dir ma angucken.
- 211 [0:25:32.7] **Other Person:** Was wir essen äh, was wir jetzt hier die Zeit über essen besorgen wir uns selbst, ne. Dat muss ich sagen. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 212 **Interviewer:** [0:25:43.1] Ich schau kurz hinten, ich komm wir kommen gleich wieder ne.
- 213 **Participant:** [0:25:46.4] Hier die, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und die dicken Dinger hier (interrupted by interviewer sign of attention), oder hier die schwarzen hier (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Und hier hinten sin auch noch. Nächste Jahr will ich jetzt hier 'n großes 'n Zelt hinmachen mit Tomaten und die sin aber auch zu dicht, guck. Guck immer die Regenrinne (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Des, da mach ich da einen mit Gurken und die annern mach ich mit Tomaten (interrupted by interviewer sign of attention). Und hier is meine Freidote, Fasse oben.
- 214 **Interviewer:** [0:26:21.2] Ah wird warm im Somme oder?
- 215 **Participant:** [0:26:22.3] Ja. Das wird jetzt auch noch warm. (interrupted by interviewer sign of

attention) Kumma das is nur so. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, ne, heut is es nich so warm.

216 **Interviewer:** [0:26:30.6] Na, aber kalt is es jetzt auch nich, ne.

217 **Participant:** [0:26:32.2] Ne (interrupted by other person) wenn wenn wenn 30 Grad hat bist'e froh, dann muss ich oben sogar noch was zugeben, kaltes (interrupted by interviewer sign of attention), dass es nich zu warm wird (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Is eben öko. Kein Strom, nix (interrupted by other person) (laughter), ne. Hier musst dich da hinter, könnte ja dahinter auch 'n Boiler bauen (interrupted by interviewer sign of attention), anhängen, ne, w aber des muss ich nich.

218 **Interviewer:** [0:26:51.1] Im Winter auch nich?

219 **Participant:** [0:26:52.1] Im (interrupted by other person) Winter schlafen wir ja nich hier. (interrupted by interviewer sign of attention) Da wird ja Wasser abgestellt. Nene nene, da ham wir Winter, da wohnen wir nich hier.

220 **Interviewer:** [0:26:58.2] Na ich dachte Sie machen das ganzjährig und das wär schon.

221 **Participant:** [0:26:59.9] Ne (interrupted by other person)

222 **Interviewer:** [0:27:00.6] Das wär Hardcore gewesen. (interrupted by participant)

223 **Participant:** [0:27:01.6] Ja, ja.

224 [0:27:02.8] **Other Person:** Weil kein Wasser is. Also ich sag nachher ab November, ok (interrupted by participant) ok ende Oktober wird Wasser abgestellt und denn is nachher Schluss.

225 **Interviewer:** [0:27:11.5] Sind sie gerne draußen?

226 [0:27:12.8] **Other Person:** Ja.

227 **Participant:** [0:27:13.2] Ja (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by other person). Wir sind hier immer draußen jetz. Wir fahren nur Donnerstags nachhause (interrupted by interviewer sign of attention) wa waschen und Freitag fahren ma wieder her. (interrupted by interviewer sign of attention) Natürlich wenn's dann nur schieße regnet, ne denn (interrupted by other person) bleiben wa auch ma 'n Tag denn im, aber wir fahren jetz nich weil's heut abend regnet fahren wa nachhause. (interrupted by interviewer sign of attention) Das nich, aber wenn wir so Donnerstag zuhause sind und Freitag früh gießt es, dann fahren wir nich erst her (interrupted by interviewer sign of attention). Denn denn überlegen uns, ob wir was anderes machen. Guck, wir sind doch Bienenfreundlich her. Ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Achso ja und dann noch selbstgezogen da. (interrupted by interviewer sign of attention) Eigene Marke (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by other person). Der weiße da hinten, der große is äh eine Pflanze, auch Eigenmarke. (interrupted by interviewer sign of attention) Auf'm Balkon gezogen. Da hinten, siehst'e den? (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, ne. Das eine Pflanze. Kann ma sich gar nich vorstellen, ne. (interrupted by other person) Und hier, hier waren wir jetz letztes Jahr, das zuende, hier waren 250 Rosen dran (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) ja.

228 **Interviewer:** [0:28:06.9] Was machen sie dann damit?

229 **Participant:** [0:28:08.0] Die Rosen? (interrupted by other person) Die blühen aus und dann wird se abgeknipst guck, jetz kommen se denn schon wieder wie gedacht. (interrupted by interviewer sign of attention) Wir hatten ja auch schonma versucht, oder ne, ging's wollte ma (interrupted by other person) Rosenöl machen, ja, aber das hat nich geklappt. Das is irgendwie schimmelig geworden, oder schlecht. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

- 230 **Interviewer:** [0:28:23.2] Das wär auch meine, Rosenöl oder Rosenwasser.
- 231 **Participant:** [0:28:25.1] Ja (interrupted by other person), man muss sich da vielleicht nochma bissel nochma belesen. Wat man hier so viel sind, das sind ja wirklich 200 (interrupted by other person). Und und hier inne Mitte, hier in de Mitte hier war eine, äh die war so groß wie 'n wie 'n Teller und das waren 18 Rosen in einer (interrupted by other person). Hab ich noch nie gesehen. (interrupted by interviewer sign of attention) Du denkst das war eine, aber ich hab hinter geguckt, 18 Blüten waren das. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne, das (interrupted by other person) (interrupted by interviewer sign of attention)
- 232 **Interviewer:** [0:28:52.5] Sie ham eben noch Kamille erwähnt gehabt, würden Sie die verwenden?
- 233 [0:28:57.7] **Other Person:** Öh ja, öh so Kamille äh, ich sag jetz ma Tee, oder Minze, das machen wir auch (interrupted by participant), Minztee, hab im Moment hab ich ja auch. Ne, schön im Garten.
- 234 **Interviewer:** [0:29:05.9] Für oder gegen was und welche Pflanzenteile?
- 235 [0:29:07.4] **Other Person:** Na Tee, Tee (interrupted by interviewer sign of attention), ja die Blätter und denn, ne. Und Kamille, nagut, das ham wa nich im Garten, aber ähm Kamille so als Tee (interrupted by participant), ja, aber ne, aber so Pfefferminztee der schmeckt gut, wenn du den äh, der schmeckt besser (interrupted by participant) als den aus'm Beutel.
- 236 **Participant:** [0:29:24.8] Oder wir ham auch so gemacht ne Flasche Wasser mit Minzblätter rein (interrupted by other person) und dann am Tag über trinkst du da ja sowieso Wasser (interrupted by interviewer sign of attention) und denn haste denn, ja. Gen macht auch (inaudible). Joa.
- 237 **Participant:** [0:29:40.4] Informieren Sie sich aktiv über das Thema oder den Themenkomplex gesünder leben oder gesundes Leben?
- 238 [0:29:45.4] **Other Person:** Eigentlich äh sag ich jetz ma, mein Mann is Koch, der kocht eigentlich sehr gesund.
- 239 **Interviewer:** [0:29:50.7] Sie sind Koch?
- 240 **Participant:** [0:29:51.3] Koch und Bäcker ja.
- 241 **Interviewer:** [0:29:52.3] Koch und Bäcker ja? (interrupted by participant) Gelernt? (interrupted by participant) Gelernt?
- 242 **Participant:** [0:29:55.9] Alles (interrupted by other person) beides gelernt, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich hab sogar mein Koch, hab ich bei B&B hab ich hier unten im im Interhotel Warnow, kennst'e ja nich mehr (interrupted by interviewer sign of attention). Ja? Ja, da hab ich mein Koch gemacht. (interrupted by interviewer sign of attention) Hat äh (inaudible) war ich bei B&B, bin ich so angefangen aus freier Hand, war gar kein Koch und denn da als Koch angefangen, ne und denn gab's da ma ne Möglichkeit 'n halbes Jahr Schule zu machen und 'n halbes Jahr und ich hab mich dann für Interhotel entschieden, weil wir die beliefert ham damals noch (interrupted by interviewer sign of attention), wo ich bei die PKH (inaudible), war ich immer Bäcker bei der PKH und daher kann ich den, den Küchenchef und dann bin ich dahin gefahren, hab gefragt, ob ich da bei ihm, sollte sich jeder selber drum kümmern wo er seine Arbeitsstelle sein Praktikum macht, das halbe Jahr (interrupted by interviewer sign of attention) und dann bin ich da hingekommen. Wobei das ja je sehr (interrupted by other person) ja und und wir essen und wir äh wir essen auch nich jeden Tag Fleisch, ge (interrupted by other person) und machen das immer so, ein Tag machen wir Gemüse und Kartoffeln und den nächsten Tag Gemüse und Fleisch, oder so (interrupted by interviewer sign of attention). Wir brauchen nich alles drei Sachen mit einmal. (interrupted by other person) Denn ess ma einfach.

- 243 **Interviewer:** [0:30:54.7] Ham Sie daneben äh spezielle Ernährungsgewohnheiten nh Unverträglichkeiten, Allergien, oder Sachen (interrupted by participant), die sie
- 244 **Participant:** [0:31:00.3] Ne (interrupted by other person)
- 245 [0:31:01.1] **Other Person:** Ich nich.
- 246 **Interviewer:** [0:31:02.2] Also es freut mich für Sie erstma. (interrupted by other person)
- 247 **Participant:** [0:31:04.2] Wir geh, wir ham ein Plan, wir ham, wir essen jeden Morgen auf nüchternen Magen Happen Apfel.
- 248 [0:31:09.6] **Other Person:** Ja das machen wir aber schon von (interrupted by participant) meinen Vadder (interrupted by participant) aus. Weiß nich warum
- 249 **Participant:** [0:31:12.7] Un un un un un un ihr Bruder auch. Wir essen jeden Morgen ein Apfel. (interrupted by other person) Auf nüchternen Magen aber (interrupted by interviewer sign of attention). Ne und denn gibt's erst Frühstück un und denn machen wir zu Zeit, mach ich immer (interrupted by other person) Joghurt und dann mach ich Kurkuma da rein, weil Kurkuma is ja auch s schön es Gewürz, und sehr gesundes, ham wa Kurkuma muss ma auch mit Fett vermischen, was manche nich denken. Die essen dat eben so (interrupted by interviewer sign of attention), aber da is ja gleich null (interrupted by interviewer sign of attention) und ich mach das, ich mach das in Joghurt rein. Joghurt hat ja eben 3,5% Fett (interrupted by interviewer sign of attention), oder eben der grieschiche 9%, is ja auch egal. 3,5 reicht auch (interrupted by interviewer sign of attention), dann mach ich den Joghurt ja, den Kurkuma da rein mit Schneebesens und dann essen wir den noch wat Früchte. Heute Morgen ham wa zum Beispiel Joghurt mit Kiwi und Pfirsich gegessen. Und die andern (interrupted by other person), die anderen, die andere Zeit ham wir 8 Tage eben diese Beeren gegessen, weil die aus'm Garten waren (interrupted by interviewer sign of attention). Die wollten wir ja auch nich wegschmeißen. Und so essen wa, äh ham wa immer Joghurt, essen wir morgens auch immer.
- 250 **Interviewer:** [0:32:05.6] Hatten sie mal professionellen Kontakt zu Heilpflanzen, oder zu Pflanzen? (interrupted by other person) Dass sie da mal mit gearbeitet haben?
- 251 [0:32:10.3] **Other Person:** Nö.
- 252 **Participant:** [0:32:10.7] Ne.
- 253 **Interviewer:** [0:32:11.5] Sie ham zwei, zwei Lehren. Das würden Sie, würden Sie ah würden sie das als ihren höchsten Bildungsabschluss bezeichnen?
- 254 **Participant:** [0:32:17.9] Joa.
- 255 **Interviewer:** [0:32:19.4] Oder gibt's noch was anderes, was Sie gemacht ham?
- 256 **Participant:** [0:32:22.0] Naja, früher wollt ich ja immer Koch zur See fahren. Das durfte ja zu DDR Zeiten nich. (interrupted by interviewer sign of attention) Wurde mir verwehrt. Und deswegen bin ich ja noch zu B&B gekommen (interrupted by interviewer sign of attention), aber auch nur, weil mein Bruder da bei B&B gearbeitet hat. Der hat mir da bisschen geholfen. (interrupted by interviewer sign of attention) Und Bäcker waren damals zu DDR Zeit durftest'e auch nich einfach aufgeben (interrupted by interviewer sign of attention), musste ich zum Rat der Stadt hin alles, die Theater, dass ich alles mitgemacht hab, bis ich da, ich war sogar ich war sogar in der Zeit 4 Wochen arbeitslos (interrupted by interviewer sign of attention) um da anzufangen. (interrupted by interviewer sign of attention) Hab ich 4 Wochen gar nichts verdient. Das ham die bei der Rentenstelle nachher bemerkt, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Da hab ich das erzählt, ja. (interrupted by

interviewer sign of attention) Da hat sie gesagt, dem der ein Monat, wen machen wir glatt, da kriegst'e sowieso nich viel für. Ein Monat (interrupted by interviewer sign of attention), aber da hat die gesagt, dass (interrupted by interviewer sign of attention) verstehen wir schon (interrupted by interviewer sign of attention).

257 **Interviewer:** [0:33:04.3] Und sie, wenn ich fragen darf?

258 [0:33:05.6] **Other Person:** Joa was, was ich hab gelernt, Friseur (interrupted by interviewer sign of attention) und das durft ich nich mehr machen, weil früher, heute is das ja alles anders, aber früher war ja hier die Kaltwelle, da hat ich alles Haut kaputt und so und denn hab ich bei der Rederei angefangen bei Seereederei und da hab ich denn bis zum Schluss als Fernschreiberin gearbeitet. (interrupted by interviewer sign of attention)

259 **Participant:** [0:33:33.2] Nagut. Also kein professionellen Kontakt zu Heilkräutern.

260 [0:33:36.9] **Other Person:** Ne.

261 **Participant:** [0:33:37.2] Ne. (interrupted by participant) Ne. Nur immer so durch Bekannte, ne. (interrupted by other person) So wie wie wie mit Treben oder so wie mit Bekannte da von Bad Düben und so.

262 **Interviewer:** [0:33:49.9] Trinken sie viel Tee? (interrupted by other person)

263 **Participant:** [0:33:52.5] Im Winter trinken wir jeden Abend Tee (interrupted by interviewer sign of attention) Jeden Abend im Winter. S hier nich. Aber du hast jetzt ach schon (interrupted by other person) auch schon paar mal, auch schon ab und zu mal.

264 [0:34:00.2] **Other Person:** Aber hier is (interrupted by participant) es weniger, ne, weil wir lange draußen sitzen und denn im Sommer, aber im Winter, doch, ja.

265 **Interviewer:** [0:34:07.6] Darf ich Sie fragen in welchem Jahr Sie geboren sind?

266 [0:34:09.9] **Other Person:** Ja 50.

267 **Participant:** [0:34:10.8] 51. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja.

268 **Interviewer:** [0:34:14.2] Joa. Is Ihnen noch was.

269 **Participant:** [0:34:16.3] Schon alte Knacker (laughter) (interrupted by other person) Alte Knacker nich, aber (interrupted by interviewer sign of attention) älteren (interrupted by other person)

270 **Interviewer:** [0:34:21.0] Jein mit mit mittlerweile is das ja nich mehr so. (interrupted by participant) Und ich mein fit sin Sie ja noch oder schauen sie zumindest aus.

271 [0:34:28.0] **Other Person:** Jo bis jetzt geht's eigentlich ja.

272 **Interviewer:** [0:34:29.6] 70 hätt' ich sie jetzt nich geschätzt.

273 **Participant:** [0:34:31.0] Ich geh dreimal die Woche in Fitnessstudio.

274 **Interviewer:** [0:34:32.6] Echt?

275 **Participant:** [0:34:33.3] Ja (interrupted by interviewer sign of attention). Je vom Garten aus hier auch. (interrupted by other person) Auch wenn ich hier im Garten wohn. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich geh jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Fitnessstudio (interrupted by interviewer sign of attention), aj, ne. Steh um halb 6 auf. (interrupted by interviewer sign of

attention) Oder ich fahr abends um 10ne nachhause. Mach ich auch schon. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne ahm. Ne das mach ich schon jetzt seit dem ich Rentner (interrupted by other person) bin mach ich das. Weil bei der Arbeit geht des ja nich. (interrupted by other person) Halb nachts, halb 1 immer aufstehen und denn bist'e froh, wenn de Mittags 13 Stunden unterwegs, ich hab (interrupted by interviewer sign of attention)

276 **Interviewer:** [0:35:05.0] Nagut, fällt Ihnen noch was ein, was äh (interrupted by participant) Sie mir noch äh erzählen wollen, (interrupted by other person) speziell im Bezug auf Heilpflanzen und Heilkräuter?

277 **Participant:** [0:35:11.1] Ne.

278 [0:35:11.5] **Other Person:** Ne also da kann ich Ihnen nich groß helfen. Ich wie gesagt.

279 **Interviewer:** [0:35:14.4] Na ich, bisschen was hab ich ja erfahren, also.

280 **Participant:** [0:35:16.0] (interrupted by other person) Ja wir machen schonma was, wenn (interrupted by other person), oder so hier solche Sachen, oder, das hat man sich so wie jetzt mit dem amerikanischen Salat, den mit die ähm

281 [0:35:23.3] **Other Person:** Ja aber das sind ja keine Heil (interrupted by participant)

282 **Interviewer:** [0:35:24.2] Nein, ich mein man tauscht sich schon aus, die (interrupted by other person) die alte Dame is auch schon 86 (interrupted by interviewer sign of attention), die mir das gegeben hat, ne.

283 [0:35:29.1] **Other Person:** Joa dann hat der ma'n (interrupted by participant) anderes Rezept, das probiert man denn mal aus, ne. Ne aber Heilkräuter wie gesagt Minze, das find ich, da gibts (interrupted by participant) ja auch verschiedene (interrupted by participant), hab ich auch gar nich gewusst, ham wir letztens wie ich mit meiner Freundin hier in Dehner war, da hatten sie viele, Ananasminze und was weiß ich alles (interrupted by interviewer sign of attention), viele Minzen, ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber wir ham ebend hier normale und, aber der Tee schmeckt schon anders als wenn (interrupted by participant) du dann 'n Beutel nimmst. (interrupted by participant)

284 **Participant:** [0:35:53.6] Und (name) hier da drüben, der hat auch so viel noch. Wenn wir was nich ham gehen wir rüber, wir dürfen rüber gehen könne uns was nehmen was wir brauchen (interrupted by interviewer sign of attention). Können uns auch ne Zwiebel nehmen (interrupted by other person). Mit denen sind wir gut, da k kann ich auch was abernten, wenn er nich da is. Jetzt fährt er morgen wieder 'ne ganze Woche auf auf Montage (interrupted by other person) (interrupted by interviewer sign of attention) und dann pass ich auch auf, wenn ma ge gieß, gegossen werden muss, oder so (interrupted by other person). Wir wir verstehen uns ganz gut.

285 **Interviewer:** [0:36:15.6] Ham Sie irgendwelche Wildkräuter, die Sie sammeln würden?

286 [0:36:19.3] **Other Person:** Ja was, ich hab jetzt grade so bestimmt äh quatsch äh, (name) hatte mir die Zeitung mitgebracht von Norma da. Äh Schachtelhalm (interrupted by interviewer sign of attention), ne und da, ich hab das gestern Abend bloß ganz kurz gelesen. Ich sag heute grad zu ihm, ich sag du musst, ich muss mir das nochma (interrupted by other person) durchlesen.

287 **Participant:** [0:36:33.2] Ne Schachtelhalm is doch ne Blume auch, ne?

288 [0:36:34.6] **Other Person:** Ne, das'n Unkraut (interrupted by participant), also. N Kräuter. (interrupted by participant)

289 **Participant:** [0:36:38.6] Ja genau wie Giersch is auch'n Unkraut.

- 290 [0:36:40.1] **Other Person:** Giersch, ja. (interrupted by participant)
- 291 **Participant:** [0:36:40.8] Aber kann ma auch im Salat machen. (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by other person) Giersch.
- 292 **Interviewer:** [0:36:43.5] Ich glaub das Interessante bei Schachtelhalm und Giersch is, man kann's, wenn man's nich ham will, kann man's einfach aufessen, ja. (interrupted by other person)
- 293 **Participant:** [0:36:47.9] Jaja, ja, aber 's kriegst du gar nich aufgegessen. (interrupted by other person) Das geht hier so (interrupted by other person)
- 294 [0:36:51.0] **Other Person:** Gehört, da ham se auch gesagt, machen sich 'n Salat und so (interrupted by participant) ne.
- 295 **Participant:** [0:36:52.9] Wenn du jetz hier hinter guckst, ne. Haste die ganze Wand voll sch äh voll Giersch. (interrupted by interviewer sign of attention), ne.
- 296 [0:36:57.9] **Other Person:** Aber das wie gesagt, kannst'e Salat machen (interrupted by participant), hat die Kräutertante (interrupted by participant) auf IGA damals gesagt, ne, also (interrupted by participant) da kannst'e überall. Und Schachtelhalm, da muss ma auch irgendwas von. Ich glaub wir können dann auch Tees von machen und sowas. Ich weiß gar nich, was da alles drin steckt. Ich muss das morgen ma genau lesen. Ich hab die Zeitung. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber sonst eigentlich. Weil ich keine Kräuter so kenn. Gut Schachtelhalm kenn ich jetzt, ne, (interrupted by participant) aber sonst so wird, dass ich jetz so (interrupted by participant) wie in Wald.
- 297 **Participant:** [0:37:24.8] Und und und da war mit letztens auch eine, der wollte Schachtelhalm haben, ne. (interrupted by other person)
- 298 [0:37:27.1] **Other Person:** Ja da der (name) wollte was damit so (interrupted by participant) machen. Und (interrupted by participant)
- 299 **Participant:** [0:37:30.5] Da ham wa doch hier s im 2 Gärten weiter gefunden, ne. (interrupted by other person) Die hatten so hohe Schachtelhalm.
- 300 [0:37:34.6] **Other Person:** Aber äh so wie sie'n, äh wenn ich jetz in Wald gehen würde und sollte Kräuter suchen. Ich kenn keine. (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by participant), ne Schachtelhalm würd ich ja nu grad noch rausfinden, aber so
- 301 **Participant:** [0:37:44.5] Naja Bärlauch kennt man auch.
- 302 [0:37:46.3] **Other Person:** Ja, ne, Bärlauch is ganz schön gefährlich.
- 303 **Participant:** [0:37:49.3] Ja, aber ich kenn das ja. Unterschied zwischen Maiglöckchen. (interrupted by other person) Maiglöckchen und Bärlauch, ne das, ne das merkt man aber schon, wenn ma, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Das is ganz anders.
- 304 [0:37:58.5] **Other Person:** Aber sonst. Äh so Kräuter (interrupted by participant) direkt kenn ich nich.
- 305 **Participant:** [0:38:01.3] Wir ham frühe immer als Kind mim Vadder in in in Altheide von Ribnitz äh Maiglöckchen mitgebracht, wenn wir in Wald gefahren sind und ham hier Stöcker gesammelt für die Erbsensträucher (interrupted by interviewer sign of attention). Heut macht ma ja 'n Zaun hin, ne (interrupted by interviewer sign of attention), aber wir ham Sträucher genommen (interrupted by interviewer sign of attention) (interrupted by other person). Da gabs da so'n Drahtzaun gar nich.
- 306 [0:38:20.4] **Other Person:** Also wie gesagt, früher waren, gab's nich hier so viel Blumenrabatten und

so. Da waren (interrupted by participant) alles hier. Bei uns die beiden Rabatten hatte mein Vatter mit Stachelbeeren, Johannisbeeren, ne. Das meine Mutter ihren Saft machen könnte (interrupted by participant) und hier auch. Also äh da wurde ebend alles, jeder Fleck wurde genutzt, dass du irgendwas angebaut hast, das du was zu essen hast. Sag ich ma so. So wie wir heute nu viel Blumenrabatten und so, dass sind heute ebent nich mehr so. So wie früher is es nich mehr. (interrupted by interviewer sign of attention) Du baust deins an, was du brauchst. Wir zumindestens (interrupted by interviewer sign of attention)

307

**Participant:** [0:38:58.3] Ja Spinat (interrupted by other person) bauen wa auch noch gerne an. (interrupted by other person) Der is auch ne Schweinearbeit, ne den Spinat (interrupted by interviewer sign of attention) zerschneiden und so waschen und so, ne (interrupted by other person), aber er schmeckt ganz anders, ne. Wir wo wa machen morgen auch noch Spinat, ne? (interrupted by other person) Wir ham ihn schon rausgelegt. Da wo ich rausgerissen hab kommt wieder nach. Ah das schaffen wir noch. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (interrupted by other person) (interrupted by interviewer sign of attention)

308

**Interviewer:** [0:39:18.8] Ja wenn nich äh ich hab noch äh 'n Datenschutzhinweis.

309

[0:39:21.4] **(unrelated to topic)**

### 7.3.4.6 Interview RO 6

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Ja, dann äh guten Tage, genau, ich leg das ma hier hin (interrupted by participant). Ähm Ich hab Ihnen ja eben schon erzählt, das ich ähm mich dafür interessiere, zu zu Heilpflanzen, was Sie benutzen, was Sie im Garten haben.
- 2 **Participant:** [0:00:11.4] Ja
- 3 **Interviewer:** [0:00:11.9] Ähm, wollen wir damit anfangen, oder wär schon, wenn wir damit anfangen könnten, wenn sie mir einfach nochmal, eben ham Sie mir ja 'n paar Pflanzen genannt (interrupted by interviewer sign of attention) und Sie mir nochma erzählen könnten, was Sie so im Garten ham und wie Sie das gegen oder für was benutzen.
- 4 **Participant:** [0:00:23.6] Ja. Naja richtig äh gezielt auf leih äh lei Heilpflanzen äh bin ich nich. Ich hab äh Kräuter f (interrupted by interviewer sign of attention) im Garten äh bau 'n bisschen Gemüse an (interrupted by interviewer sign of attention) so für mich und vorwiegend Blumen ebent und ja Sträucher (interrupted by interviewer sign of attention), Beerenobst, Erdbeeren (interrupted by interviewer sign of attention), Kartoffeln (interrupted by interviewer sign of attention). Ja und sonst was Sie so sehen. Gucken Sie ma Wein hab ich dieses Jahr (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention), sehr schön hier, wenn Sie gucken, die Trauben sind alles ja (interrupted by interviewer sign of attention), wie im besten Rheinland, ne, oder?
- 5 **Interviewer:** [0:00:56.2] Ja, die brauchen noch'n bisschen, und dann
- 6 **Participant:** [0:00:57.5] Jaja. Im Herbst (interrupted by interviewer sign of attention), bisschen später, aber
- 7 **Interviewer:** [0:00:59.8] Schön sehen sie aus, ja.
- 8 **Participant:** [0:01:00.8] Große Trauben. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja und dann, ja. Eigentlich, äh, man is ja in einer Kleingartenanlage 'n bisschen verpflichtet äh wenn man Mitglied is, dass man mh bisschen gezielt anbaut (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Also nich nur ähm Rasen und und äh sonstige Geräte auch baut, sondern eben auch ähm Gemüse und Obst anbaut. (interrupted by interviewer sign of attention) Und das mach ich seit 1969.
- 9 **Interviewer:** [0:01:30.8] Ah (interrupted by participant) in dem Garten jetzt auch?
- 10 **Participant:** [0:01:32.3] In dem Garten.
- 11 **Interviewer:** [0:01:33.1] Oi, das is schon (interrupted by participant), das is schon (interrupted by participant) ne Zeit.
- 12 **Participant:** [0:01:34.6] Mit meinem Mann. Mhm
- 13 **Interviewer:** [0:01:35.7] Wie sind Sie zu dem Garten gekommen?
- 14 **Participant:** [0:01:37.1] Ja, 's war, äh mein Mann äh hatte auf der Werft gearbeitet und da w damals war's so, dass äh man sich denn da ähm bestimmt bewarb und die hatten dann so Tipps, wo denn vielleicht äh Kollegen auch schon hier ansässig waren (interrupted by interviewer sign of attention) und denn kriegte man 'n Tipp und dann hat man sich das angeschaut und dann hat man den gepachtet für wenig Geld damals. 'S war aber nichts drin. 's war, es war ja auch ähm mh 's waren zwei Bäume drin. Viel Obst, also Beerenobst war damals sehr gefragt und ja und denn hat ham wir das so nach und nach zu dem gemacht, was es jetzt is (interrupted by interviewer sign of attention). Ja.
- 15 **Interviewer:** [0:02:21.0] Wieso wollten Sie einen Garten haben?
- 16 **Participant:** [0:02:23.1] Ja, wir hatten äh unser zweiter Sohn war geboren und wir wohnten in der

Stadt und mein Mann äh is äh Flüchtlingskind, die sind äh aus Ostpreußen geflüchtet und in Güstrow gelandet und da haben die äh aus der Not äh Pachtland äh musste man sich da bemühen und da hatten, is er mit Gärten und Wiesen großgeworden, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Für's für's Viehzeug. So und nun sind wir, is er ja denn, hat er ja auf der Warnowwerft gelernt und is ja dann im Lehrlingsheim gewesen, denn hier geheiratet und war eben das in der Stadt glaub ich 'n bisschen zu eng. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Und mit den Kindern man man konnte zwar billig in Zoo fahren oder so, aber denn hat er gefragt ob äh wir uns nich noch 'n an Garten anschaffen sollen. Ich w selber, also ich bin ohne Garten groß geworden. Ich bin in Warnemünde groß geworden (interrupted by interviewer sign of attention), da is man an Strand gegangen nich äh im Garten rumgebrösel. So und dann ham wir, scht f sind wir denn hier mal spazieren gegangen und ja, naja und naja, dann hab ich mir das alles bisschen angelesen muss ich sagen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich äh persönlich, ne. Mein Mann (interrupted by interviewer sign of attention) wusste 'n bisschen und der wusste auch genau, was er wollte, ne und bin dann immer so nachgezogen. Nu bin ich aber schon 12 Jahre alleine und hab mich bemüht den Garten so zu erhalten wie mein Mann das auch gewünscht hat und ja meine Söhne helfen 'n bisschen. Vielleicht entscheidet sich doch einer dazu. (interrupted by interviewer sign of attention) Das 's so'ne Lebensgeschichte (laughter). Ich bin ja in der Kolonie glaub ich oh eine noch der Wenigen, die so lange (interrupted by interviewer sign of attention) ähm hier sind, ne. Und so viele Abgänger auch und Zugänge mitgemacht hab.

17 **Interviewer:** [0:04:06.6] Ja mittlerweile is 'n bisschen Generationswechsel hab ich schon gesehen (interrupted by participant) , oder?

18 **Participant:** [0:04:09.2] Ja. Ja. Doch, 's is, es merkt man. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm. Ja, aber äh die jungen Leute äh sind manchma auch'n bisschen ungeduldig und die möchten dann doch, also das doch mehr so mh Freiheit so, ne, mit grillen und und feiern und (interrupted by interviewer sign of attention), ne, aber das geht nich, da werden sie denn doch auch oft zur Ordnung gerufen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention)

19 **Interviewer:** [0:04:34.0] Und Sie ham auch Zierpflanzen. (interrupted by participant) Sie ham auch Zierpflanzen hab ich gesehen. (interrupted by participant), also also schön, Sachen die einfach nur schön aussehen sollen.

20 **Participant:** [0:04:40.3] Ja äh ja. Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Meine (inaudible) Rosen, ne und ja, Hortensien, Sonnenblumen (inaudible) Sommerflieder, ne. Und des da vorne, des is sehr gut für die Bienen, dieses was da so hochgewachsen is äh heißt, ich kann Ihnen den Namen nich richtig sagen. Und zwar wächst das sehr schnell, sehr hoch und dann sind nachher so Blütenstände. Das wimmelt voller Bienen da.

21 **Interviewer:** [0:05:07.7] Das Weiße?

22 **Participant:** [0:05:08.2] Ne da da drüben da hint (interrupted by interviewer sign of attention). Und wenn man da rein, das is so wie wie Latex is dadrin, oder so so weißes schleimiges (interrupted by interviewer sign of attention) ze Zeug. Und wenn des denn verblüht, hab ich, ich weiß nich, ob Sie sich das ma mit anschauen (interrupted by interviewer sign of attention), denn sind da so Blüten, sehen aus wie Papageien, R hängen dann dadran.

23 **Interviewer:** [0:05:29.0] Es könnte Goldrute sein.

24 **Participant:** [0:05:30.2] (inaudible) Ne Goldrute is das da.

25 **Interviewer:** [0:05:33.3] Ah ja.

26 **Participant:** [0:05:34.4] Die gucken Sie ma, des waren die (interrupted by interviewer sign of attention) Blüten, ne, das hier (interrupted by interviewer sign of attention), gucken Sie ma. Und hier und dann häng das nachher so rum, denn hängt das so wie se wie sone kleine Papageien häng das

- denn da so (interrupted by interviewer sign of attention)
- 27 **Interviewer:** [0:05:46.1] Okay. Wollen wir rausfinden was es is?
- 28 **Participant:** [0:05:47.7] Ja, können sie es (interrupted by interviewer sign of attention), das? Ach haben Sie auch die App.
- 29 **Interviewer:** [0:05:52.6] Mh öh jein (inaudible)
- 30 **Participant:** [0:05:57.9] Des wuchert ebent sehr doll und verästeln sich auch sehr. Da muss man ja dann gucken.
- 31 **Interviewer:** [0:06:04.5] Seidenpflanze. (interrupted by participant) Seidenpflanze (interrupted by participant) Seiden, wie Seide, der Stoff.
- 32 **Participant:** [0:06:13.6] (inaudible) Ja was, also äh Bienenfreundlich war Sie sehr. Muss ich sagen. (interrupted by interviewer sign of attention). (inaudible) so'ne, richtig so'ne orangefarb, ne, ja, doch orangfarbene (interrupted by interviewer sign of attention)
- 33 **Interviewer:** [0:06:25.6] Also is ne syrische, echte echte Seidenpflanze oder syrische Seidenpflanze.
- 34 **Participant:** [0:06:29.6] Aha. (interrupted by interviewer sign of attention) Nu.
- 35 **Interviewer:** [0:06:31.7] Der hat sich selbst ausgesät?
- 36 **Participant:** [0:06:32.8] Ne des, hat ich ma äh äh von von mh meinem Gegenüber bekommen (interrupted by interviewer sign of attention) und denn wuchs das so sehr doll, dann hat mein Sohn das schon mal äh ganz ausgebuddelt, aber wir ham nich alles rausgekriegt und nu is schon wieder da. 'S wächst ja schnell (interrupted by interviewer sign of attention). 'S wird ja richtig hier äh kahl, also (interrupted by interviewer sign of attention) runtergeschnitten und dann is das eins, zwei, drei wieder da. Wären das Zeug da wieder (inaudible) is. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 37 **Interviewer:** [0:06:57.0] Sie ham eben erwähnt, dass Sie doch Sachen im Garten ham, die Sie benutzen, wenn Sie sich unwohl fühlen.
- 38 **Participant:** [0:07:02.1] Ja.
- 39 **Interviewer:** [0:07:02.6] Möchten Sie mir die nochma nennen?
- 40 **Participant:** [0:07:03.6] Das wäre ähm, also aus der **Ringelblume** da hab ich äh vorne, wenn Sie das äh das Feld jetzt sehen, is kahl, da waren Kartoffeln drin und da hatte sich sehr viel Ringelblumen, die säen sich auch selber, oder durch Vögel werden die übertragen und denn äh nehm ich des mit nach Hause, die Blüten, und man kann sich da ähm mit Schmalz 'n bisschen Creme machen.
- 41 **Interviewer:** [0:07:27.6] Okay und gegen oder für was (interrupted by participant) verwenden Sie das?
- 42 **Participant:** [0:07:29.2] Für die Füße is das immer ganz gut (interrupted by interviewer sign of attention). Ja (interrupted by interviewer sign of attention). Ja ich hab äh bisschen Hornhaut und denn schmier ich das so abends mir denn damit ein auch (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, das auch zu sagen und da drüben sind meine Gewürze und die die nehmen wir denn eigentlich nur zum würzen. Sehen sie da drüben? (interrupted by interviewer sign of attention) Is Pfefferminze und Basilikum äh hier ähm Salbei, ne
- 43 **Interviewer:** [0:07:50.4] Benutzen Sie davon auch was, wenn Sie krank sind, oder wenn's Ihnen nich gut geht?

- 44 **Participant:** [0:07:54.7] Ne, eben nur so zum meinetwegen meine Kartoffeln, meine so Pellkartoffeln oder so, da mach ich immer 'n Blatt äh ähm na, wie nennt man das? Ähm bo irgend so'n so'n Kraut da Estragon glaub ich heißt das so richtig lateinisch. So die (inaudible) Maggikraut
- 45 **Interviewer:** [0:08:13.2] Ah Liebstöckel
- 46 **Participant:** [0:08:13.9] Sach, ja, Liebstöckel ja (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention) mhm. Ansonsten (inaudible) jetzt bin ich ne, also ich nehme es, damit ich satt werde und was mir schmeckt. Das zum Beispiel, das is äh ne neu (laughter) neue Variante, die mein Sohn mir zugetragen hat, das is äh neuseeländische Spinat (interrupted by interviewer sign of attention), so heißt das. Und das wird ausgesät und dann sind äh pflanzt man das und so hoch und des wird nur abgepflückt und da kann man sich denn (interrupted by interviewer sign of attention) ganz leckeren Spinat machen. (interrupted by interviewer sign of attention) Dann Zucchini kennen Sie ja auch die Pflanze (interrupted by interviewer sign of attention), die da, ne, ich hab da gelben, ne und all all zum richtig, wenn ich Bauchweh hab. Äh wa Pfefferminztee (interrupted by interviewer sign of attention) und das is da drüben die f die Minze, ne.
- 47 **Interviewer:** [0:08:58.8] Okay, welchen Teil der Pflanze benutzen Sie dafür?
- 48 **Participant:** [0:09:01.6] Die die ich den oberen Teil. Bevor's blüht (interrupted by interviewer sign of attention) nehm ich dann immer, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Und die Blätter nachher denn. Trockne auch 'n Teil und und brüh das im Winter denn äh richtig trockene Blätter im Wasser (interrupted by interviewer sign of attention), also n heiße Wasser rüber s leckerer Tee.
- 49 **Interviewer:** [0:09:17.2] Okay, also das machen Sie bei bei Magenunwohlsein.
- 50 **Participant:** [0:09:19.8] Wenn ich, ja, ja.
- 51 **Interviewer:** [0:09:20.8] Machen Sie da sonst noch was, oder ham Sie da sonst noch was?
- 52 **Participant:** [0:09:23.2] Ne, ansonsten is is der würd ich den Garten als (laughter) für mich äh gesundheitsfördernd ansehen (interrupted by interviewer sign of attention), oder beschreiben (interrupted by interviewer sign of attention), denn ich bin 81 und und fühl wie mich so ja noch ganz fit. Sind ja viele garnich und (interrupted by interviewer sign of attention) ich denke mir, das hängt auch 'n bissle damit zusammen (interrupted by interviewer sign of attention). Beweglichkeit und
- 53 **Interviewer:** [0:09:43.8] Ham Sie was spezielles, was Sie verwenden, wenn Sie äh Atemwegsprobleme ham, also Husten, oder (interrupted by participant) (inaudible)?
- 54 **Participant:** [0:09:48.6] Mh, dann nehm ich äh s Salbei dann, ne, da hinten. Dieses graue (interrupted by interviewer sign of attention), das is, kann ma ja auch Blätter und dann auch Tee trinken, ne, oder mh drauf kauen. Wie man wie man's möchte.
- 55 **Interviewer:** [0:09:59.5] Okay. Eben am Zaun ham Sie noch, ah ich weiß gar nich was es war. Eben am Zaun ham Sie noch was gesagt, was Sie verwenden würden. Aus'm Garten. (interrupted by participant) Kamille oder Fenchel hatten Sie gemeint, oder?
- 56 **Participant:** [0:10:12.1] Kamille ah Kamille hab ich hier nicht, de und dies is ja glaub ich so wilde Kamille, ne. Fen ne Fenchel, ne. Fenchel (interrupted by interviewer sign of attention) weiß ich gar nich wie wie Sie, w die wie die klein (interrupted by interviewer sign of attention) (inaudible)
- 57 **Interviewer:** [0:10:23.1] Na dann, dann hab ich mich verhört (interrupted by participant), okay.
- 58 **Participant:** [0:10:24.4] Ja. Nein ich hab eigentlich, wie gesagt, ich hab nich viel. Wenn Sie so gucken, sehen Sie denn noch irgendwie 'ne Heilpflanze (laughter)? Heilkräuter, oder Heilpflanze?

- 59 **Interviewer:** [0:10:37.9] Ja, also öhm 'n paar würd ich noch sehen, die man verwenden könnte, aber (interrupted by participant), ne mich interessiert ja was was Sie verwenden, also das kann ich Ihnen später gerne sagen (interrupted by participant). Ähm ja genau, naja. Okay. Wie (interrupted by participant) ja.
- 60 **Participant:** [0:10:51.3] Mein man musste aber auch im Garten heutzutage 'n bisschen aufpassen so zum Beispiel ähm hab ich da in dem Frühbeet äh auch Zucchini und äh Kürbis und mein Sohn, der is so mit äh hat er kurze Hosen an darein und ich hab total äh d äh mit lauter Pusteln da die ganze (inaudible), (interrupted by interviewer sign of attention) die ganze Haut. (interrupted by interviewer sign of attention) Aber sind sind auch so Gefahren, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Is mehr Gefahren, aber keine Heilung (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter).
- 61 **Interviewer:** [0:11:21.2] Ja kann ja auch sein. Wissen Sie, wie Sie zu dem, oder woher wissen Sie, wie Sie Salbei zum Beispiel verwenden, oder die Ringelblume?
- 62 **Participant:** [0:11:28.8] Also in der Apothekenzeitung und und und das is ja eigentlich doch so'n altes Hausmittel. Meine Mutter hat das auch so verwendet. (interrupted by interviewer sign of attention) Die, früher, we wir sind ja auch nich so viel zum Arzt gegangen und denn, ne.
- 63 **Interviewer:** [0:11:42.5] Kennen Sie noch so Hausmittelchen?
- 64 **Participant:** [0:11:44.6] Ne, ich weiß nur sa, dass man bei meinem Mittelohr oder Ohrentzündung eben ne Schmalz, ne, wärm macht und es so da ran macht (interrupted by interviewer sign of attention). Schmalz (interrupted by interviewer sign of attention). Ja was was was, ja und bei Angina, was ham wir denn da gekriegt? Ah, ne, ne, also fällt mir im Moment auch nich ein. Hm Heilmittel. Ne, kann ich Ihnen nich groß weiterhelfen. Weiß nich, ob hier noch jemand is, der vielleicht sich besser (interrupted by interviewer sign of attention)
- 65 **Interviewer:** [0:12:24.3] Nein nein, es is alles, das is alles okay, äh, das is ähm is äh, ich ich frag einfach noch, wo Sie das her wissen, also zum Beispiel äh mh (interrupted by participant)
- 66 **Participant:** [0:12:34.0] Naja nur äh aufgrund meines Alters, man hat ja nu auch viel gehört und ja (interrupted by interviewer sign of attention) und unterhält sich ja auch viel und, mit Tipps, die man denn kriegt auch für die Kinder, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) So das.
- 67 **Interviewer:** [0:12:45.8] Ham Sie Bücher, die äh Heilpflanzen thematisieren?
- 68 **Participant:** [0:12:50.0] Je äh ich glaube ne. Wir ham Gewürze. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja, Heilkräuter
- 69 **Interviewer:** [0:12:55.3] Wie informieren Sie sich zu gflanzenbezogenen Themen, generell, wenn Sie sich informieren?
- 70 **Participant:** [0:13:00.9] Ja ich hab äh Gartenbücher (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Da ham wir ja nach der Wende ah el also 'n altes und die 'n DDR Gartenbuch, ne, da schau ich viel nach (interrupted by interviewer sign of attention) äh weil da auch immer gleich da der Anbau und eben auch wie man 's teilen kann, ne, wie man's vermehren kann drin steht und nach'm, ja, nach der Wende haben wir auch dann so wie so'n kleinen Katalog und das hab ich auch oft dabei muss ich sagen (interrupted by interviewer sign of attention). Wenn ich, wenn ich was nich weiß, oder wenn was neu is. Und meine Kinder eben, ne, dann, die ham ja auch alle äh inter, ich selber hab kein Smartphone (interrupted by interviewer sign of attention) und und denn wissen ja dann auch und bringen das denn und dann pflanzt man's an so (interrupted by interviewer sign of attention), wie Kürbispflanzen, oder ne.
- 71 **Interviewer:** [0:13:47.8] Können Sie sich erinnern, ob Sie in der Schule mal was zu Heilpflanzen

gelernt haben, oder zu Pflanzen generell?

72 **Participant:** [0:13:54.6] Nein, da ham wir über Unkräuter viel so meinetwegen äh Melde und was is die ganzen k äh Unkräuter, die heute fast gar nich mehr vorhanden sind. (interrupted by interviewer sign of attention) Ham wir da gelernt so. Dann ich weiß, ich bin ma mit meiner Schwiegertochter spazieren gegangen und ähm wir beide wir wussten dann bei'n Unkräutern doch noch viel w, aber nich wofür man die nu so verwenden kann, aber eben die Namen der Unkräuter. Aber das, Heilpflanzen, ich weiß nur, hm ja Kamillentee, ne bei (interrupted by interviewer sign of attention) Bauchschmerzen, hat man getrunken. Dann und Umschläge gemacht, ne.

73 **Interviewer:** [0:14:38.0] Welche Umschläge, oder wie, wenn ich fragen darf?

74 **Participant:** [0:14:41.1] Ja was ham wir da. Ne, die waren dann wieder Tropfen, ja. Und (inaudible) generell, ja mein Mann sagt zum Beispiel so, wenn ich Bohnen koche, denn sagt er, ah des äh ihm nur zur Geschmacksbetonung oder so, aber eben auch äh das man keine Verdauungsbeschwerden k kriegt, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Das denk ich mir, das doch manches erleichtert, (interrupted by interviewer sign of attention), wenn äh man 'n Stängel Bohnenkraut mit äh auf die Bohne oder irgen äh g äh tut und denn ko aufkocht, ne, oder de g mitkocht, dann is das irgendwie glaub ich ich bekömmlicher, als wenn man äh die frischen Bohnen essen würd, äh (interrupted by interviewer sign of attention) denk ich mir. Hm, ja. Mh ja (inaudible) is der Mangold, das will ich auch nachher noch also Spinat so kocht man das denn (interrupted by interviewer sign of attention). Hm, ne, tut mir 'n bisschen leid, ne.

75 **Interviewer:** [0:15:44.8] Ne 's muss es Ihnen überhaupt nich leid tun (interrupted by participant). Mein mein Ziel is nich äh Experten zu finde. Das is überhaupt nich mein Ziel, also. Wenn ich ein oder zwei Experten dabei habe is das (interrupted by participant), is das gut, aber das is nich mein Ziel, das is nich mein erklärtes Ziel. Darf ich Sie fragen, wie Sie zu Selbstversorgung stehen?

76 **Participant:** [0:15:59.7] Ja, ja, also ich ich das Meiste is ja für mich (interrupted by interviewer sign of attention) äh Äpfel, ne, wenn die jetzt runterfallen, die ersten Äpfel, dann mach ich mir Kompott zum Beispiel, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Also schmeiß ich nich auf'n Kompost und die sind ja nich und meine Kinder sind da'n bisschen wählerischer, aber ich schäl' mir die ebent ab und und ess' es denn, nich, also die ver das verwert ich. Die Kirschen ham wir auch äh abgepflückt äh also die, ich verwerte alles was eigentlich, was ich anbaue verwerte ich. Dir sin auch Bohnen, die andern Bohnen sind schon weg, ne, die ham wir aufgeessen. Das wird Rosenkohl, den äh der muss ja noch 'n bisschen Frost kriegen. Ja. Hm. Zucchini, ne is auch alles (interrupted by interviewer sign of attention) nich äh aufgeessen, die Kürbisse dahinten äh Hokkaido is das ja. Die hab ich ja schon wieder neue Erdbeeren gepflanzt. Mh für nächstes Jahr und die (inaudible) Tomaten, ne, also ich ich find hier die ganzen, die Beeren da koch ich Marmelade (interrupted by interviewer sign of attention), ne immer für meine Kinder und verschenk' auch gerne. (inaudible) Also ich verwerte alles, was ich was ich hier so ernte äh verwert ich (interrupted by interviewer sign of attention).

77 **Interviewer:** [0:17:18.4] Interessieren Sie sich für das Thema gesundes Leben oder gesünder leben?

78 **Participant:** [0:17:22.9] Auf alle Fälle (inaudible) (interrupted by interviewer sign of attention).

79 **Interviewer:** [0:17:25.6] Informieren Sie sich da aktiv drüber?

80 **Participant:** [0:17:27.1] Ja, aber ich mach nich so so, ach außer meiner Gartenarbeit und (interrupted by interviewer sign of attention) äh das ich, wollen ma sagen m mein Essverhalten 'n bisschen ab abwäge, ja (interrupted by interviewer sign of attention), also n nich immerzu Fleisch esse (interrupted by interviewer sign of attention). Ich ess viel Gemüse mh und und 'n bisschen Fett rüber oder oder hm Eintöpfe, ne, also Eintopf. Ja äh das das is aber, aber ich geh nich irgendwie in die Sporthalle oder (interrupted by interviewer sign of attention) oder äh in f fahr auch nich groß Fahrrad, also so bewegen, ich laufe, ne, ich l ich wohne inner Innenstadt (interrupted by interviewer sign of attention). Ich laufe auch manchma hierher. (interrupted by interviewer sign of attention) Also das is

mein mein bestreben gesund zu werden. (interrupted by interviewer sign of attention)

81 **Interviewer:** [0:18:15.9] Würden Sie sich als neugierig bezeichnen?

82 **Participant:** [0:18:17.8] Glaube nich.

83 **Interviewer:** [0:18:20.2] Na?

84 **Participant:** [0:18:21.0] Nich äh, also in manchen Dingen (laughter), manches würd ich schon gerne wissen, (interrupted by interviewer sign of attention) aber glaub ich nich unbedingt. Ich muss nich alles wissen. (interrupted by interviewer sign of attention) 'S merk ich, merk ich auch (laughter) inner Familie, 's is so. (interrupted by interviewer sign of attention).

85 **Interviewer:** [0:18:33.5] Sind Sie gerne draußen?

86 **Participant:** [0:18:34.9] Ja. Ja (interrupted by interviewer sign of attention), dass stimmt.

87 **Interviewer:** [0:18:38.9] Sie meinen ja, dass Sie in Warnemünde aufgewachsen sind

88 **Participant:** [0:18:42.4] Ja

89 **Interviewer:** [0:18:42.9] Und da auch geboren (interrupted by participant) (interrupted by participant) sind.

90 **Participant:** [0:18:43.4] Ich bin geboren, ja.

91 **Interviewer:** [0:18:44.2] Gebürtige Warnemünderin. Kommen Ihre Eltern auch aus der Region?

92 **Participant:** [0:18:47.4] Äh j na meine Eltern ham in Warnemünde gelebt, aber aber gebürtig sind sie nich in Warnemünde. Mein Vater is äh eigentlich äh die Eltern kommen au aus'm Vogtland und s sind dann damals äh weiß nich in der schlechten oder wegen ja weiß ich nich mehr nach Berlin gezogen und in den ähm 20er und bis Anfang der 30er Jahre war in Berlin ja ähm Arbeitslosigkeit und da und keine Arbeit und denn war ja auch nachher mh Hitler, also die s diese Kämpfe, ne, mit der parteilich waren dann da Kämpfe und also mein Vater da sich dann beworben, da war in Warnemünde Arado, äh kriegs äh äh ne Werft, also Krie äh Flugzeuge und (interrupted by interviewer sign of attention) Kanonen oder irgendwie was (interrupted by interviewer sign of attention) und da hat er sich beworben und da is er als Schlosser (interrupted by interviewer sign of attention) hingekommen und is äh nach Warnemünde gekommen und da hat er meine Mutter kennengelernt und denn bei, wir sind, also alle Geschwister sin, wir sind 4 Kinder gewesen. Sind alle in Warnemünde geboren. Und äh bis 19 äh 68 konnte man in Warnemünde sogar äh entbinden (interrupted by interviewer sign of attention) und nachher musste alles nach Rostock, (interrupted by interviewer sign of attention) also gibt's keine echten Warnemünder mehr (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention) Also vom der vom Geburtstermin oder Ort angefangen, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Ah ja sind sind schon noch äh jetzt viele, die sagen, wir sind Warnemünde sind ka eigentlich kei aber is so.

93 **Interviewer:** [0:20:18.9] Sie meinten, dass äh Sie ohne Garten aufgewachsen sind.

94 **Participant:** [0:20:21.5] Ich ja. Mhm.

95 **Interviewer:** [0:20:22.9] Ähm, das heißt, Ihre Eltern hatten auch dann keinen Garten, oder?

96 **Participant:** [0:20:26.0] Nein, wir hatten nur nach'm Krieg unmittelbar nach'm Krieg äh, wir sind in ein Neubaublock gezogen äh der mh wo ma, weil wir, meine Mutter hat das dritte Kind erwartet und da sind wa hier in vorne äh, wenn Sie nach Warnemünde rein kommen die roten Häuser, die sind damals von w von nem von der Arado oder Heinkel oder so gebau quasi von wem. Jedenfalls und da kriegte

ma, kriegten meine Eltern die Wohnung und da ham wir mit zu 6 Personen dann gewohnt (interrupted by interviewer sign of attention) und und wie war die Frage, da bin ich abgewichen. (laughter)

97 **Interviewer:** [0:21:02.1] (laughter) Also Ihre Eltern, also (interrupted by participant) Sie sind ohne Garten aufgewachsen (interrupted by participant) (inaudible)

98 **Participant:** [0:21:05.1] Ja, ja aber mein Vater wie gesagt, der äh immer auf Berlin nach Warnemünde (interrupted by interviewer sign of attention) so und meine Mutter wie bi, die hatte als Angestellte Mutti, früher ham Frauen ja mehr damals selben Beruf gelernt, ne, sie hat ja, wie gesagt für länger hat sie, ham sie sich kennengelernt und geheiratet und (interrupted by interviewer sign of attention) gelebt. (interrupted by interviewer sign of attention) Bis bis (inaudible). Bis meine Eltern gestorben sind. (interrupted by interviewer sign of attention)

99 **Interviewer:** [0:21:27.7] Weil das Sie's grade erwähnt haben äh, darf ich Sie fragen, was Ihr höchster Bildungsabschluss is?

100 **Participant:** [0:21:31.8] Ahm mein Bildungsabschluss, (interrupted by interviewer sign of attention) ich, äh beruflich? Ich bin Sekretärin für aus staatlich geprüfte (interrupted by interviewer sign of attention) Sekretärin. Ja (interrupted by interviewer sign of attention) ja.

101 **Interviewer:** [0:21:42.2] Das heißt, was war das für 'ne, war das ne Ausbildung. (interrupted by participant), oder'n Studium?

102 **Participant:** [0:21:44.1] Das ja, das war eine mh Weiterbildung, so wie Meister. (interrupted by interviewer sign of attention) Ähm der anderen Fächern wär's 'n Meis, oder Berufen, der is'n Meister gewesen (interrupted by interviewer sign of attention) ja. Aber ich bin nur 8 Jahre zu Schule gegangen. 'S war damals so (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Meine Eltern, vor mir war'n 2 Brüder und da war's so, Jungs mussten Berufe lernen und Mädchen nich unbedingt, ne (interrupted by interviewer sign of attention) und ja meine beiden Brüder ham ja Dinge hinternander gelernt und ähm, musste ich erstmal so sehen, wie ich klar komme (interrupted by interviewer sign of attention) mhm.

103 **Interviewer:** [0:22:18.0] Ich würd kurz in mein Büchlein rein schauen, das ich auf'm Tisch liegengelassen hab (interrupted by participant)

104 [0:22:25.1] **(unrelated to topic)**

105 **Interviewer:** [0:23:20.9] Hatten Sie mal professionellen Kontakt zu Pflanzen, mh dass Sie damit gearbeitet ham?

106 **Participant:** [0:23:24.9] Nein. Nein, bis ich, bis ich äh also so als Kind so, ne. War ich, war ma nich in Berührung rum mit Pflanzen. Das hab ich erst gelernt, als ich eben so im Garten war. Also ne, mit mit ja mit dem entstehen des Garten. Ah (interrupted by interviewer sign of attention) und dann hatten wir hier damals, war hier ne ältere Dame und sie hat mir denn immer 'n Chip gegeben, hat mir denn so kleine Pflänzchen rübergereicht und ich hab's denn ähm erstma angebaut und denn erstma gesehen hier, wie so im Buch nachgeguckt, ne (interrupted by interviewer sign of attention), wie wie's so weitergehen kann, oder wie's gut aussieht, ja, so hab ich mir das zusammenge gesammelt. Und mein Mann, der war'n bisschen, der wusste eben mit Gemüse schon ganz gut Bescheid und auch auf die Folgen, ne. Man kann ja nu nich immerzu 's Gleiche auf ein Beet pflanzen, ne (interrupted by interviewer sign of attention), das is ja (interrupted by interviewer sign of attention) diese diese äh Folge, die muss ma ja beachten.

107 **Interviewer:** [0:24:24.0] Kann man schon, aber damit macht man seinen Boden kaputt, ja.

108 **Participant:** [0:24:26.2] Ja. Ja, jo, wir versuchen auch hier so Kompost selber zu züchten, also da in

unseren Tonnen, ne, ich bring auch meine Küchenabfälle von Zuhause mit und (interrupted by interviewer sign of attention) mach da alles rein und äh denke, das wir damit auch was gutes tun und eben und denn irgendwo äh ja, ich hab da so so'n Rinderdung von Torf und Erde den, den ich, das so wie so'n wie so'n Humus so, ne und den v verteil ich denn auch an ansonsten so mit Chemikalien hab ich nichts am (interrupted by interviewer sign of attention). Und Gründüngung, ne, so wie die Beete dann frei sind, dann geben wir da Gründüngung rauf und denn wächst das ja, da wird, graben die Jungs das immer mit ein (interrupted by interviewer sign of attention), aber (interrupted by interviewer sign of attention). Das is so meine Düngung (laughter). Die die und unser Behälter, also die Tonne, wir mussten ja alle für die Toilette, ich hab ne Spültoilette (interrupted by interviewer sign of attention), so mussten wir uns ja so'ne Tonne anschaffen, (inaudible) dann so eingebaut. Das sind 1000 Kubik, ne und das wird dann 2 Mal im Jahr abgepumpt. Kommt ne Firma.

109 **Interviewer:** [0:25:36.9] 1000 Kubik is viel, ja. (interrupted by participant) Das is viel ja.

110 **Participant:** [0:25:39.6] Das is viel. Ja?

111 **Interviewer:** [0:25:41.5] Ich glaub ich viel, oder? 1000 Kubik? Ja. Na, es kann kann gut sein (interrupted by participant) kann gut sein, kann gut sein.

112 **Participant:** [0:25:44.4] 1000 1000 Kubik, ja das is ne große Tonne (interrupted by interviewer sign of attention), so nu und wenn da, wenn man dann 'n Tag über hier is, oder auch die Kinder mit, also jeder spült mit der T, ne, ne Spülung sind fast 5 Liter, ich, ne (interrupted by interviewer sign of attention), dann is es schnell voll (interrupted by interviewer sign of attention). Und und äh wir wollen's nich als, gibt ja immer wieder so w aber wir wir verteilen's nich auf'm auf unserem Feld, sondern ich, pumpen, lass das abpumpen. Und das Auto hat auch zu tun da in der Kolonie (interrupted by interviewer sign of attention). Mhm. Die können ja nich jeden verpflichten, ne und nich jeder Zeitpunkt. Wir ham da vorne so'n Anschlag und denn kann ma sich melden (interrupted by interviewer sign of attention) und denn (interrupted by interviewer sign of attention) is geregelt.

113 **Interviewer:** [0:26:30.7] Trinken Sie viel Tee?

114 **Participant:** [0:26:32.2] Ja. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm.

115 **Interviewer:** [0:26:35.0] Okay. Und ham Sie spezielle Ernährungsgewohnheiten, also dass Sie Unverträglichkeiten haben, oder das Sie sich für was entschieden haben, tief.

116 **Participant:** [0:26:43.2] Ja ich hab äh Gallensteine gehabt und die Galle wurde entfernt da (interrupted by interviewer sign of attention) und da musste man ja sowieso sehen, dass man bisschen it der Kost, also so nich viel geräuchert, ne scharf gebratenes kann ich auch nich so ab. Ich weiß denn schon sch oder hab mir das schon 'n bisschen gemerkt, so was ich gut vertrag und was ich eben nich gut vertrage (interrupted by interviewer sign of attention) und daran halt ich mich. Man, wir grillen auch mal und und na heute is das ja auch alles, ne, 'n bisschen anders. Wir ham immer, bisher elektrisch gegrillt und nun äh is des aber denn ziemlich großes äh Grill gewesen un nu hab ich, hab ich 'n kleines Holzkohlegrill. Ich dann ma mit meine Söhne hier jetzt hier sitze, dann grillen wir (inaudible)

117 **Interviewer:** [0:27:39.8] Hm hm hm, darf ich Sie nach Ihrem Geburtsjahr fragen?

118 **Participant:** [0:27:42.2] 1940 (interrupted by interviewer sign of attention), mhm.

119 **Interviewer:** [0:27:46.5] Gut. (interrupted by participant) Ich äh hab alles gefragt, was ich fragen wollte

120 **Participant:** [0:27:52.2] Ja.

121 **Interviewer:** [0:27:52.6] Wenn Ihnen noch was einfällt, können Sie das gerne sagen. Ich lass das (interrupted by participant) Gerät noch kurz laufen. Moment, ich steck das Büchlein mal weg. Puh.

- 122 [0:28:06.7] **(unrelated to topic)**
- 123 **Interviewer:** [0:35:45.7] Kann ich Ihnen das hier kurz vorstellen? (interrupted by participant) Das is die Datenschutzerklärung.
- 124 [0:35:49.2] **(unrelated to topic)**
- 125 **Participant:** [0:36:21.8] Bin ich die Erste? Nein, nich.
- 126 **Interviewer:** [0:36:23.1] Nein, nein nein.
- 127 **Participant:** [0:36:23.5] Also Sie haben schon mehrere (interrupted by interviewer sign of attention). Und we und was ham die Anderen? Ham die viel äh Heilpflanze, gibt es sowas?
- 128 **Interviewer:** [0:36:28.9] Als witzigerweise mh dachte ich, dass das, das ich in Rostock mehr Erfolg hab, ich war vorher in Bremen auch und hab da gefragt. Ich dachte ich hab in Rostock mehr Erfolg und interessanterweise nicht (interrupted by participant) Äh, ich weiß (interrupted by participant)
- 129 **Participant:** [0:36:40.2] War's Sie schon in anderen Anlagen?
- 130 **Interviewer:** [0:36:42.0] Jaja. Aber irgendwie (interrupted by participant), also äh n Nutzpflanzen ganz viele, ganz vielseitig (interrupted by participant) auch, aber aber Heilpflanzen, nich.
- 131 **Participant:** [0:36:48.7] Ne.
- 132 **Interviewer:** [0:36:49.9] Und das find ich interessant.
- 133 **Participant:** [0:36:50.7] Ja, ja äh ich weiß aber aber was sind denn nu da, was können Sie, was is nu richtig ne Heilpflanze?
- 134 **Interviewer:** [0:36:56.1] Ah Heilpflanzen sind das, oder is das, was Sie verwenden würden, wenn Sie sich unwohl fühlen für mich. Das is erstma meine Definition, (interrupted by participant) also.
- 135 **Participant:** [0:37:01.6] Das so wie wie äh Salbei.
- 136 **Interviewer:** [0:37:03.5] Genau, ja genau.
- 137 **Participant:** [0:37:04.8] Oder Pfefferminz (interrupted by interviewer sign of attention) und was was zählt man noch dazu?
- 138 **Interviewer:** [0:37:09.5] Es gibt ganz viel (interrupted by participant) Sachen.
- 139 **Participant:** [0:37:11.0] Kamille, ne, die (interrupted by interviewer sign of attention) ja auch. Naja. Was ham wa denn noch? Hach. 'S wirklich, also. Heut, aber sag ma manchma auch heut, also wirklich heute manchma da so, das äh Sendung, ich guck ja immer im MDR morgens halb am Sonntag halb 9 is dann immer so'ne Gartensendung und da kann man ja angeblich alle Blüten essen, aber (interrupted by interviewer sign of attention) das mach ich nicht, das trau ich mich ich mich ja gar nicht, ich weiß nicht.
- 140 **Interviewer:** [0:37:43.3] Ah bei vielen Sachen kann man die Blüten tatsächlich essen. (interrupted by participant) Wenn, nich bei allen nein, aber (interrupted by participant), aber bei vielen.
- 141 **Participant:** [0:37:48.5] Ach hey, Kresse, ne, die Bohnen, diese Kresse, das is auch. Hier das sind ja nachher sone Gnuddelchen dran und das is ja, sind ja denn nachher Kapern (interrupted by interviewer sign of attention), das is auch, Kapern (interrupted by interviewer sign of attention),

können, ne 's könnte man so auch so'n so'n Gewürz zur besseren Verdauung. Kresse, ja, das stimmt. Hm naja, aber.

142 **Interviewer:** [0:38:12.5] Ne, hier, das, wie gesagt, ich such nach Wissen in der Breiten Bevölkerung und ich such das, was vorhanden is und wenn gewisse Sachen (interrupted by participant) nich vorhanden sind (interrupted by participant), dann bin ich damit nich unzufrieden (interrupted by participant), dann nehm ich es als, das nehm ich des äh hin als Beobachtung. (interrupted by participant) Genau und ich mein, Sie konnten mir ja jetzt doch einiges nennen, ne, also.

143 **Participant:** [0:38:26.2] Ja.

144 **Interviewer:** [0:38:27.1] Ja.

145 [0:38:28.4] **(unrelated to topic)**

#### 7.3.4.7 Interview RO 7

- 1 [0:00:00.0] **Interviewer:** Okay, jetzt nimmt's auf. So, guten Tag, hallo. Äh ich hab Ihnen ja schon gesagt, dass ich meine Masterarbeit zu Heilpflanzennutzung und Wissensweitergabe schreibe und wie wär's wenn wir anfangen wenn Sie mir, oder, ja wenn Sie mir erzählen, was Sie so im Garten haben, was Sie benutzen wenn Sie krank sind oder sich unwohl fühlen.
- 2 **Participant:** [0:00:19.7] Ja, was hab ich im garten, ich hab äh, also ganz viel Pfefferminztee und den pfleg' ich auch und heg' ich auch, also schneiden, das das das, was so dazu gehört. Dann hab ich die Blaudistel, die steh da. Dann hab ich Rosmarin, also verschiedene Kräuter, Liebstöckel (interrupted by interviewer sign of attention)
- 3 **Interviewer:** [0:00:34.9] Darf ich frage wie Sie die Pflanzen verarbeiten und gegen oder für was, also zum Beispiel Pfefferminz, w (interrupted by participant) was für'n Pflanzenteil?
- 4 **Participant:** [0:00:39.0] Also Pfefferminztee is zum Beispiel ganz toll nach Feierabend, wenn man, ich arbeite in der Pflege, wenn ich dann 10 Stunden Dienst hatte und'n richtig schön frischen Pfeffitee (interrupted by interviewer sign of attention), dann is das lecker, oder ich mach mir beim Liebstöckel und paar Möhrchen und ein Markknochen eine Suppe und dann is das auch schön.
- 5 **Interviewer:** [0:00:58.4] Okay. (interrupted by participant) Aus welchen Pflanzenteilen, also welchen Teilen der Pflanze würden Sie die Sachen machen, die sie (interrupted by participant) erwähnt ham?
- 6 **Participant:** [0:01:04.9] Äh ja überwiegend Liebstöckel natürlich überwiegend das Blatt und bei Pfefferminztee auch überwiegend (interrupted by interviewer sign of attention) das das Blatt, ja. Genau. Ja ansonsten hab ich noch Johannisbeeren, Brombeeren hab ich jetzt gepflückt und hab auch fürchterlich verschenkt schon an die Kollegen, weil dies Jahr sind so viele dran (interrupted by interviewer sign of attention) und das kann man ja super verarbeiten als äh Saft. Erdbeermarm oder Marmelade, Erdbeer is quatsch. Marmelade. Ja. Ich hab Äpfel, ich hab Pflaumen, also äh, ich hab Zitronenmelisse, da mach ich mir meistens mit Pfeffi gemischt Tee und dann äh ja is das'n schönes Getränk.
- 7 **Interviewer:** [0:01:44.4] Wann verwenden Sie das? Wenn ich fragen darf?
- 8 **Participant:** [0:01:47.0] Ja, also wenn ich das, ich übernachtete hier sehr häufig im Garten oder jetzt hab ich natürlich viel Frühdienste und dann möcht' man auch äh bisschen komfortabler schlafen, nehm ich's mit nachhause. (interrupted by interviewer sign of attention) Und dann koch ich mir das, oder brutzel oder, was weiß ich ich irgendwas.
- 9 **Interviewer:** [0:02:04.3] Eben haben Sie die Blaudistel erwähnt (interrupted by participant)
- 10 **Participant:** [0:02:06.1] Ja
- 11 **Interviewer:** [0:02:06.4] Was machen Sie damit?
- 12 **Participant:** [0:02:07.4] **Blaudistel** äh da nehm ich auch bloß die Blätter, die Blüten lass ich stehen und die weich ich ein in normalem Speiseöl und hab äh zum Beispiel wenn ich ganz viel Kniebeschwerden hab, ich bin jetzt fast 30 Jahre inner Pflege, dann mach ich mir da so einen warmen Umschlag mit. Ich mach das in so'ner Frosttüte rein, die is ja relativ wasserdicht (interrupted by interviewer sign of attention) und dann äh tacker' ich die zu hier mit so 'nem Schweißgerät und dann leg ich mir das auf's auf's Knie, also auf die Knie so abends beim , ja, Fernsehen guck ich weniger, aber ebend beim relaxen hier, oder auch zuhause, je nachdem.
- 13 **Interviewer:** [0:02:43.3] Okay. Ja interessant. Gibt's noch andere Sachen hier im Garten, die Sie benutzen, wenn Sie krank sind, oder sich (interrupted by participant) unwohl fühlen?
- 14 **Participant:** [0:02:49.4] Äh Kartoffeln zum Beispiel, ne, Kartoffelscheiben, Kartoffelsaft, also wenn ma die Kartoffel jetzt äh sag ich jetzt ma püriert (interrupted by interviewer sign of attention), als wenn ma

Pfannkuchen machen möchte (interrupted by interviewer sign of attention) dann entsteht ja auch Saft, den kann man trinken, das is äh ja gut für die Verdauung (interrupted by interviewer sign of attention), Stärke, gut für die Knochen auch, ne (interrupted by interviewer sign of attention), also für diese, ja was viele sich spritzen lassen, Hyalon oder sowas, das macht ma dann ebent halt mit Kartoffelstärke (interrupted by interviewer sign of attention), ja. Ich bin da so bisschen, ja, beles' mich da immer so'n bisschen (laughter). Ich mag keine Medikamente und ich werd nächsten Monat 60, hab auch noch nich ein einziges Medikament, also ich versuch das immer irgendwie mit irgendwelchen, also nach Hildegard von Bingen ungefähr, versuch ich das immer bisschen zu lösen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. (laughter)

15 **Interviewer:** [0:03:40.3] Ja, na, ich (interrupted by participant) bin, ich äh ich nehm das alles auf und äh (interrupted by interviewer sign of attention)

16 **Participant:** [0:03:44.7] Ja ne Zwiebel hab ich noch, ne Zwiebel. Brechbohnen zum Beispiel is eine sehr tolle basische Ernährung, also wer jetzt sein Körper völlig übersäuert hat, oder sich übersäuert fühlt, kann man äh so'ne Kur machen, Zweitageskur mit einfach nur Brechbohnen mit 'n bisschen Salz. Butter ja auch nich, Butter is ja auch Säu Säure, äh und die kann man dann verspeisen und dann sollte man sehen, jeder Körper is ja anders, aber äh das wie gesagt, man soll ja immer inner Woche zweimal basisch sich ernähren, weil sauer is ja Fleisch, Fisch, Butter, Käse, is ja alles eigentlich das, was wir täglich essen (interrupted by interviewer sign of attention), keiner würd auf die Idee kommen jetzt zwei Tage lang Brechbohnen zu essen (laughter).

17 **Interviewer:** [0:04:25.9] Wenn sie gut gemacht sind.

18 **Participant:** [0:04:27.4] Ja, aber das dann so äh, ja. Das is dann so meins. (interrupted by interviewer sign of attention) Ich bin ja alleinstehend, meine Kinder sind groß und ich hab dann Zeit mich, mich mit mir selber zu beschäftigen (laughter) und der Körper in der Pflege, der wird ja auch nich geschont, na.

19 **Interviewer:** [0:04:44.0] Ne, is'n anspruchsvoller Beruf (interrupted by participant), ne, also.

20 **Participant:** [0:04:45.6] Is beansprucht äh Kopf und Geist und (interrupted by interviewer sign of attention) Körper auch insgesamt Knochen. Ja. Und das, wenn ich dann Erfolge verspür', dann tut mir das einfach gut. (interrupted by interviewer sign of attention)

21 **Interviewer:** [0:04:56.6] Sie ham eben äh die Zwiebel erwähnt, was machen Sie aus der Zwiebel oder mit der (interrupted by participant) Zwiebel?

22 **Participant:** [0:05:00.0] Ja die Zwiebel is ja hier, sind ganz viele Wespen und äh Bremsen, ne, wenn man denn merkt, ja man is gestochen, dann äh pell' ich mit ne Zwiebel und die halt ich denn drauf. Neulich hat ich keine und äh weil ich das, die zwei Bündel, die ich hatte, hab ich mit nach Hause genommen und hab denn allerdings auch Essig genommen, aber die Zwiebel is ja gut und Zwiebelsaft is ja gut gegen Erkältung, ne (interrupted by interviewer sign of attention) und äh ja, das is so die Zwiebel. Und natürlich auch'n Geschmacksverstärker noch, fördert die Verdauung. Is schon 'n gutes ein gutes Gemüse (laughter).

23 **Interviewer:** [0:05:38.6] Ham Sie was äh, Sie meinten ja, dass Sie Kartoffelsaft trinken, wenn Sie (interrupted by participant), also für die

24 **Participant:** [0:05:42.5] Also ich hab Aronia. Aroniabüsche, ich hab Johannisbeeren, ja (interrupted by interviewer sign of attention) und Brombeeren.

25 **Interviewer:** [0:05:48.9] Was machen Sie mit dem Aroniabusch, was machen Sie mit Aronia?

26 **Participant:** [0:05:52.2] Aroniasaft is ja eigentlich diese Russische Apfelbeere und äh ja den trink ich.

Im Winter heiß zu Glühwein, wenn ich denn, wenn denn nachher Glühwein is. Einfach was (interrupted by interviewer sign of attention) dazu, n, oder wenn's dann ganz schlecht kommt, ja, wie auch die **Holunderbeere** ebend einfach heiß machen, Honig rein, was man denn so und dann heiß trinken, ja. Marmelade is eher nich so, weil dann muss man sehr viel Zucker zufügen, das is ja auch nicht so (interrupted by interviewer sign of attention), so prickelnd, ne, aber als Saft is das schon gut.

27 **Interviewer:** [0:06:22.1] Ham Sie was spezielles, was Sie noch bei Verdauungsproblemen verwenden, außer jetzt den Kartoffelsaft?

28 **Participant:** [0:06:27.1] Also das wächst ja jetzt nich in meinem Garten, aber ich äh ich esse zum Beispiel jeden Morgen zwei Scheibchen Kurkuma (interrupted by interviewer sign of attention) und zwei Scheibchen Ingwer (interrupted by interviewer sign of attention). Und äh ich muss ma sagen bisher immer toi toi toi (laughter). Sieh's, ich buddel' im Garten, ich arbeite in der Pflege, also (interrupted by interviewer sign of attention) es is rund rum eigentlich in Ordnung. Ob das jetzt alles äh fängt alles im Kopf an, sagt man ja. (inaudible)

29 **Interviewer:** [0:06:49.6] Auch ja, (interrupted by participant) manchmal, aber, na bei, ja, (interrupted by participant), bei manchen Sachen is es ja

30 **Participant:** [0:06:54.1] Ja bei manch Schmerzen jetzt hat der so, dann äh kann man sich ja halt schonma nich richtig im Garten bewegen (interrupted by interviewer sign of attention), das is ja so, oder nur unter Schmerzen und das is ja auch nich schön. Garten soll ja eigentlich Freude machen. (interrupted by interviewer sign of attention) Das, das is ja so, ne? Ja, dass fällt mir jetzt alles so spontan ein. Ja Äpfel sind dies Jahr nich so doll und ähm die Birne auch nich. **Birne** is ja gut zum Pinkeln (laughter)

31 **Interviewer:** [0:07:16.9] Inwiefern?

32 **Participant:** [0:07:18.2] Ja wenn man Birne isst, dann, das treibt (interrupted by interviewer sign of attention). Birne treibt. (interrupted by interviewer sign of attention) Ne. So und 'ne schöne saftige Birne, das das is schon was leckeres, aber der hat dieses Jahr nichts. Ja mehr fällt mir jetzt eigentlich nich nich ein.

33 **Interviewer:** [0:07:32.2] Ham Sie was spezielles, was Sie verwenden, wenn Sie Atemwegsprobleme haben, also mh Husten, (interrupted by participant) Erkältung, oder sowas?

34 **Participant:** [0:07:36.1] Joa, ne. Ne also wenn ich wirklich erkältet bin, oder was, dann äh hab ich wirklich mein **Pfeffitee**, schön mit Honig (interrupted by interviewer sign of attention), den macht meine Schulfreundin mir. Hol ich mir aus Wismar und äh das trink ich dann, also mir fällt ne, fällt mir jetzt nich so. Also **Salbei** hab ich nich, weil ich hab hier so Waldboden und da, der der gedeiht hier nich so. Salbei brauch wohl sehr so lehmartigen Boden (interrupted by interviewer sign of attention) und ähm der gedeiht hier bei mir nich, also Salbei wär ja auch was, äh gegen Schwitzen, Husten, Heiserkeit, aber.

35 **Interviewer:** [0:08:13.7] Wie würden Sie den Salbei verwenden und welchen Teil der Pflanze?

36 **Participant:** [0:08:16.2] Ich ich versteh nich.

37 **Interviewer:** [0:08:17.0] Wie würden Sie den Salbei verwenden und welchen Teil der Pflanze?

38 **Participant:** [0:08:20.2] Auch nur die Blätter (interrupted by interviewer sign of attention) bei Salbei, ja (interrupted by interviewer sign of attention), genau. Ja. Blätter. Schön aufkochen. Ma kann's auch trocknen, mach ich ja mit Pfeffi auch, denn immer so 10 Stiele und dann häng ich die hier nachher auf, der letzte der im Herbst, jetzt is er ja einmal abgeschnitten, die Pfeffitee (interrupted by interviewer sign of attention), weil er ja so aus, anfang zu blühen und dann die Blüte soll ma ja, wenn er blüht soll man ihn ja nich mehr zu sich nehmen und dann häng ich mir so'n paar Büschelchen auf und dann hab ich im Winter auch was, ne. Und das kann man auch mit mit Salbei machen oder alles was so,

**Lindenblüten** wachsen da oben. Da sind also solche Bäume so viel Lindenblüten hat man gar nicht gesehen. Das ist ja auch äh gegen Beruhigung, Magenberuhigung und naja.

39 **Interviewer:** [0:09:04.0] Die Lindenblüten an sich, oder wie verarbeiten Sie die?

40 **Participant:** [0:09:06.2] Die Lindenblüten ja. Mhm, genau.

41 **Interviewer:** [0:09:08.6] Was machen Sie damit, wenn ich (interrupted by participant) fragen

42 **Participant:** [0:09:09.1] Die kann man auf auf auf äh (interrupted by participant) aufkochen (interrupted by interviewer sign of attention), ne den d Lindenblütentee gibt's ja, ist ja bekannt, ne (interrupted by interviewer sign of attention), nur das wir das eben Natur pur haben (interrupted by interviewer sign of attention), nicht, ja, weiß nicht wie 's in der Apotheke jetzt so ist, aber es gibt sogar Schachtelhalm, mein meine Freundin hat Schachtelhalm, selbst den kann man ja auch äh erst mal als Dünger benutzen, als ähm Insekten äh als, ja, Schädlingsbekämpfung, ne so wie Brennnessel ja auch, aber Brennnessel wachsen bei mir auch nicht. Ja man hat denn, macht denn so, wir machen denn so'n Sud und dann kann man damit, keine Ahnung, Blattläuse und was denn so ist. Man muss es nur regelmäßig machen und immer gucken auch äh, dass die Eier auch mit kaputt gehen, ne. (interrupted by interviewer sign of attention)

43 **Interviewer:** [0:09:51.9] Verwenden Sie den Schachtelhalm noch anders?

44 **Participant:** [0:09:54.4] Den kann man auch als Tee trinken, aber da weiß ich jetzt nicht genau äh (interrupted by interviewer sign of attention) warum, also, da, ich hab ihn in der Apotheke gesehen, äh Schachtelhalmtée und ich weiß aber jetzt nicht 100 Prozentig, er ist ja sehr, ja, sehr starr, nicht, er ist ja immer immer da ne. Er (interrupted by interviewer sign of attention) schlängelt sich ja durch jeden Stein durch (laughter), ja.

45 **Interviewer:** [0:10:19.5] Gibt's andere Sachen, die Sie jetzt vielleicht nicht im Garten haben, aber die Sie draußen aufsammeln würden, oder benutzen würden, wenn Sie (interrupted by participant)

46 **Participant:** [0:10:25.3] Also Blaubeeren zum Beispiel (interrupted by interviewer sign of attention), ne. Blaubeeren äh, ach Waldmeister, ne, Wald

47 **Interviewer:** [0:10:36.4] Einfach (interrupted by participant) einfach so, oder würden Sie damit dann was spezielles machen?

48 **Participant:** [0:10:39.1] Ja Waldmeister würd ich zum Beispiel ne sehr schmackhafte Bowle machen (interrupted by interviewer sign of attention) von, ob das jetzt unbedingt so gesund ist, aber es ist, es hat so'n Hauch äh, man hat das Gefühl, man trinkt Alkohol, 's ist so richtig wie Bowle, so prickelnd schön, so mit äh Soda und so, das ist, das ist, den würd ich auch aufsammeln und der wächst bei mir leider auch nicht, weil er, es ist zu trocken hier. Ich äh, er bleibt nicht. Er ist dann zwar da, also ne Fläche hat ich denn, aber dann ja hier jetzt über Sommer war er weg, also war er nicht mehr da. Ja, was würd ich noch aufsammeln? Ich würd auf'n Feld gehen und Kohl holen (laughter)

49 **Interviewer:** [0:11:15.3] Zum Essen?

50 **Participant:** [0:11:15.9] Ja, zum Essen. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Sauerampfer zum Beispiel, ne, ist ja auch lecker für Salat. Löwenzahn, Löwenzahnköpfe hab ich hier gesammelt, äh hab daraus denn diesen Honig gemacht (interrupted by interviewer sign of attention) und dann eben in Tee rein, also ne natürliche Süße eben, ne. Ist allerdings auch immer sehr viel Arbeit und man findet heute kaum Flächen wo nicht irgendwo so'n Hund spazieren geht oder 'n Auto fährt, oder so. Man muss dann schon wirklich raus auf's Land fahren (interrupted by interviewer sign of attention) und dann, ja. Da wir immer alle sehr fix mit Mähen sind, ist da auch denn nicht so viel, ne (interrupted by interviewer sign of attention), aber ah ja. Das würd ich so, fällt mir jetzt so spontan ein.

- 51 **Interviewer:** [0:11:58.3] Wenn Ihnen zwischendurch noch was einfällt, sagen Sie das dann einfach, also.
- 52 **Participant:** [0:12:01.2] Ja. Ja, gut, äh. Kiefernadeln kann man auch äh Kiefernäp, also diese Kienäpfel und auch Kiefern, die kann man sich zum Beispiel auch in Öl einlegen und dann is das ein herrliches Bad, wenn man im Winter friert und hm, dann macht man sich das äh früher gab's diese Seifenbütel (interrupted by interviewer sign of attention), ne, da gibt's heute auch noch, aber bischen ne andere From und dann hängt man sich die in die Wanne ne Weile und kann man auch wieder benutzen, äh, bis das dann dieser dieser Duft, dieses Aroma aufgebraucht is ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Das, ja. Sonnenblumenkerne sind für die Vögelchen, kann man selber ja auch essen, ne, aber die Vögel sind meistens schneller und was dann übrig is leg ich die Köpfe immer oben an der Wasserstelle hin und dann sind die auch über Winter weg, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Ja.
- 53 **Interviewer:** [0:12:55.4] Jetzt ham Sie mir ja schon einiges gesagt, auch von der medizinischen Nutzung von gewissen Sachen. Können Sie sich dran erinnern, wie Sie darüber gelernt haben, oder wann Sie das gelernt haben? (interrupted by participant) Von Wem?
- 54 **Participant:** [0:13:06.4] Ja, also gelernt hab ich das eigentlich von meiner Schwiegermutter (laughter) (interrupted by interviewer sign of attention). Ich hatte ja meinen Sohn und ich durfte 3 Jahre mit meinem Sohn zuhause bleiben, der is jetzt inzwischen 28 und dann Oma war ebend nich mehr so ganz rüstig und brauchte ganz viel Pflege. Die hatte 'n Hof bei Sanitz und da brauchte man ganz viel Hilfe und da, da bin ich ebent, also sehr oft hingefahren. 4 Mal die Woche und dann äh ja. Meine Schwiegermutter stammt aus Ostpreußen, die ham dort auch'n Hof gehabt und die wusste ebent auch so ganz ganz viel. Auch für man so kleine Tiere auf äh Lämmer aufzieht, Küken aufzieht und ja. Und unter Anderem ebent auch Kräuter, weil Sie is 98 Jahre alt geworden und hat von, gut, Leinsamen kriegt man jetzt nich so unbedingt, aber ebent auch von solchen Sachen, Sesam, Leinsamen, Kamillente, selbstgepflückt Kamillente, fällt mir noch ein, äh auch Pfeffitee, von Ihr hab ich das übrigens auch die Dinger zu trocken (interrupted by interviewer sign of attention), ne, solche Sachen. Ja, das das waren eigentlich so die Anfänge und das gefiel mir eigentlich ganz gut. Mh ich hab ja selber auch 4 Kinder großgezogen und wenn die mal so erkältet und krank waren, ja, dann hat man ebent solche Tees gekocht, Umschläge gemacht, Kastanien gesammelt, eingenäht in die Ofenröhre gelegt (laughter) und alle solche Sachen, ne. Ja. Das war, mein Sohn is jetzt wie gesagt 28, also war das so um 1992 und da war ich denn so 30, 31 Jahre. (interrupted by interviewer sign of attention) Äh circa (laughter)
- 55 **Interviewer:** [0:14:42.9] Was würden Sie mit der Kamille machen oder welchen teil der Pflanze würden Sie verarbeiten?
- 56 **Participant:** [0:14:45.4] Ja Kamille kann man auf jeden Fall auf als Tee fällt mir jetzt so ein. Ham wir auch viel gemacht, Kamille, findet man ja heute auch selten. Man muss immer gucken, wo auch der Hund spazieren geht und meist ja an Felldrändern, ne, mhm mit optionaler Heublume dazu. Ja und dann die wird getrocknet äh getrennt voner vom Stiel, man kann ja auch gleich die Blätter nehmen, aber Stiel und Blüte trennt man dann und dann trocknet man das auch getrennt und dann kann da jeder, wer jetzt zum Beispiel schmerzhaftige Füße hat und so, damit hat die Oma dann meisten nur die Stiele nur genommen (interrupted by interviewer sign of attention), und aber für Tee war dann ebent halt die Blüte da, ne. (interrupted by interviewer sign of attention). Ja
- 57 **Interviewer:** [0:15:25.8] Bei was würden Sie, bei was würden Sie das verwenden?
- 58 **Participant:** [0:15:29.8] Kamillente? (interrupted by interviewer sign of attention) Ja bei Erkältung auf jeden Fall und äh ja wenn man sich müde, K.O. fühlt is das so'n schöner Tee find ich immer angenehm. Also empfinde ich so. (interrupted by interviewer sign of attention) Gleich mit Kanne und Stöfchen, schön mit Lichtlein (interrupted by interviewer sign of attention) schöne schönes Geschirr dazu und dann is das doch vom, also für mich jedenfalls 'n Genuss, wenn ich so vom Spätdienst komm, dann mach ich mir im Winter meistens sowas. Saft auch, Aroniasaft, je nachdem. Wie ich Lust

hab.

59 **Interviewer:** [0:16:06.2] Wie lang ham Sie den Garten jetzt schon?

60 **Participant:** [0:16:07.9] Ich hab den Garten jetzt 2013, ich hab vorher 'n Haus gehabt, musst das aber aus privaten Gründen verkaufen (interrupted by interviewer sign of attention) und bin dann auch in die Stadt gezogen und ich hab aber gedacht, zu Hause im Sessel und Fernsehen und das und auf'm Balkon rumstochern geht gar nich, ich brauch'n Garten. Mein Kollege hier, die die Vorgänger sind nach Berlin gegangen und das passte wie Faust auf's Auge (interrupted by interviewer sign of attention). Sofort her, urbar gemacht, was nich so war, wie ich her gerne hätte und gibt noch paar Baustellen, aber gut. Ich will ja noch bisschen was zu tun haben. (laughter)

61 **Interviewer:** [0:16:43.4] Ja, wenn man fertig wird, wär ja auch doof, ne, dann hat man nix mehr zu tun.

62 **Participant:** [0:16:47.2] Ja.

63 **Interviewer:** [0:16:49.7] Hatten Sie davor an dem Haus äh 'n Garten?

64 **Participant:** [0:16:52.1] Ja, da hat ich auch'n Garten, ähm da hat ich auch bisschen Viehzeug so Hühner und Enten und (interrupted by interviewer sign of attention) Gänse paar und ja, wir hatten hier überwiegend Kartoffeln angebaut auch weil das sehr guter Boden war für für Kartoffeln äh ja. Tee hat ich jetzt nich so in dem Sinne, weil wenn man ihn jetzt, den muss man erstma gut anpflanzen. Es is so wie wie Spargel, der erst einma wächst wächst er, ne, und hier war das natürlich schon alt alter alte Pflanzen und äh, aber genug Nachbarn, ältere Menschen hatten genug Tee und dann ja. Der wuchert hier auch erfolgreich sich durch den Garten. Den muss man richtig in Schach halten, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Joa.

65 **Interviewer:** [0:17:40.5] Trinken Sie gerne Tee?

66 **Participant:** [0:17:41.6] Joa, ich trink gerne Tee, also ich sag mal so ähm grade zur kalten, oder auch hier, wenn ich hier den ganzen Tag in der Sonne bin ebent des, dann ebent 'n Pfeffitee meistens ja dann mit Zitrone, bisschen Ingwer rein, man kann den auch Kalt werden lassen, schmeckt ja auch, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Ja, is bisschen windig heute, ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja. Joa.

67 **Interviewer:** [0:18:05.3] Was, wenn ich fragen darf, ham Sie hier an Nutzpflanzen? Ham Sie hier was an Nutz an Nutzpflanzen?

68 **Participant:** [0:18:11.2] Nutzpf Nutzpflanzen?

69 **Interviewer:** [0:18:12.6] Also Sachen, sie Sie essen zum Beispiel.

70 **Participant:** [0:18:13.9] Ja ich, Kartoffeln (interrupted by interviewer sign of attention). Kartoffeln, dann hab ich jetzt Kürbisse oben, da, und kleine Hokkaidos< (interrupted by interviewer sign of attention). Ich hatte Brechbohnen, wie gesagt, die hat ich auch, die hab ich jetzt schon raus

71 **Interviewer:** [0:18:26.9] Die ham Sie dann zwei Tage gegessen. (laughter) (interrupted by participant) Die ham Sie dann zwei Tage immer (interrupted by participant) gegessen.

72 **Participant:** [0:18:30.0] Äh ja, war auch bisschen mehr. Also ins insgesamt waren 12 Kilo (interrupted by interviewer sign of attention). 12 Tüten a 1 Kilo. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter) Ja. Ja, dann hat ich ja Zwiebeln hat ich drin, Kohlrabis hat ich, Kohlrabis, aber das sind auch so Pflanzen immer, die muss man immer gut beobachten, da äh sitzt ja immer die weiße Fliege drinne (interrupted by interviewer sign of attention) und dann sind die ja ruckzuck die Blätter weg, oder man hat die Vögel hier, wo's trocken war, dann suchen die natürlich auch was was zu fressen, also Kohlrabi hat ich. Erdbeeren hat ich. Brombeeren sind jetzt. Ja. Das hab ich hier so. Die Brechbohnen ham den

meisten Platz so eingenommen, weil das eigentlich mein Lieblingsgemüse is (interrupted by interviewer sign of attention) und ich weiß, die wachsen hier auch vor allem, de ich weiß zum Beispiel, dass ich hier keine Möhren anse, oder ich steh hier ständig mit der mit der Gießkanne und und gieße, aber Möhren ko wachsen hier auch nich und äh ja. Zucchini hat ich, runde und lange hab ich auch noch, die sind jetzt grade wieder am am wachsen. Gurken, Gewächshaus is voller Gurken und Tomaten, ja. Ich glaub das reicht. (laughter)

73 **Interviewer:** [0:19:46.4] Und Sie ham auch Zierpflanzen. Können Sie mir sagen wofür, oder was Sie zuerst drin war, oder für was Sie sich zuerst informiert haben? Zu Blumen (interrupted by participant), Kräutern?

74 **Participant:** [0:19:54.4] Also zuerst war da drin diese Blaudistel (interrupted by interviewer sign of attention), dann war hier jede Menge diese Fette Henne, die dann hier an der Seite steht hinterm Baum (interrupted by interviewer sign of attention), ne, und dann äh waren oben und denn, wo die Figur da steht, wo der Pflaumenbaum da is, da waren ganz viele, ganz viel Fukien. (interrupted by interviewer sign of attention) Und Funkien weiß ich, das sind zum Beispiel Schattenpflanzen und die kommen mir natürlich da, die hab dann vermehrt und äh auch welche dazugesetzt, ja. Was war noch? Ja eigentlich war hier ganz viel Rasen, also Rasen war bis oben zu dem Baum (interrupted by interviewer sign of attention) bis bis da wo die Funkien sind und das Stück dahinter, wo jetzt die Kartoffeln sind, das war alles Rasen, also quasi bis fast hoch, hinterm Baum, bis hoch zur Hecke. Das war alles Rasen. Das hab ich hier da einiges umgebuddelt und denn war hier so'n komisches Hochbeet, also hier war nich nich so, nich so viel.

75 **Interviewer:** [0:20:51.7] Für was ham Sie sich zuerst interessiert?

76 **Participant:** [0:20:53.6] Kartoffeln (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter). Also ich hab zuerst hab ich erstma um um auch a den Garten sauberzubekommen erstmal Kartoffeln dann (interrupted by interviewer sign of attention). Kartoffeln ebent auf dem ganzen gro großen Stück, is ja pflegeleicht, Kartoffel is ja pflegeleicht (interrupted by interviewer sign of attention) und dann, ja. Denn wurd das nachher auch schon nach und nach bisschen, bisschen urbar, ne.

77 **Interviewer:** [0:21:22.8] Obstbäume hab ich gesehen, ham Sie auch.

78 **Participant:** [0:21:24.9] Ja, ich hab, also da steht 'n Pflaumenbaum, denn is hier vorne 'n Apfel, aber hier war so'ne, ich weiß nich was das war, in dem Apfelbaum, ne komische Maden, die lassen sich dann so am am Faden runter, ganz komisch (interrupted by interviewer sign of attention) und der Baum sieht aus, als wenn er voller Spinnengewebe is das is äh (interrupted by interviewer sign of attention). Ja dann hab ich unten an an der Toilette hab ich den Apfelbaum stehen und jetzt hab ich 'n kleinen Kirschbaum dazu gepflanzt äh ja und dann wie gesagt jede Menge Brombeeren, paar Himbeeren hab ich da vorne noch, die tun sich allerdings auch bisschen schwer, aber es waren paar dran (interrupted by interviewer sign of attention) und sonst, ja.

79 **Interviewer:** [0:22:01.7] Bei dem Apfelbaum können Sie im Frühjahr so'n Klebeband um den Baum drum (interrupted by participant) dann kriechen die nich da hoch.

80 **Participant:** [0:22:05.5] Ja, man soll, oder weiß äh anmalen, ne (interrupted by interviewer sign of attention). Jaja, mhm, genau. Das äh, also 's war dies Jahr besonders schlimm. Erst hat er wunderschön geblüht, aber auch dann waren so'n paar einzelnd waren, die hab ich dann so weg gegriffen, aber nachher war das (interrupted by interviewer sign of attention) natürlich nich mehr machbar.

81 **Interviewer:** [0:22:20.6] Wenn ma das nich jeden Tag macht, dann äh

82 **Participant:** [0:22:22.1] Mh ja, genau, jeden Tag hier ist, dann (interrupted by interviewer sign of attention) wird man nich Herr der Lage.

- 83 **Interviewer:** [0:22:28.9] Wenn Sie sich informieren zu zu Heilpflanzen oder zu Pflanzen generell, wie informieren Sie sich da, wenn ich fragen darf?
- 84 **Participant:** [0:22:36.4] Ich hab jetzt nich alles verstanden.
- 85 **Interviewer:** [0:22:37.8] Wenn Sie sich ähm zu zu zu Heilpflanzen äh informieren (interrupted by participant), äh oder zu Pflanzen generell, wie wie machen Sie das?
- 86 **Participant:** [0:22:46.8] Naja erstma hab ich äh zwei wunderschöne Bücher von Hildegard von Bingen (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter), ja und denn äh is das, wenn man sich so unterhält ähm Kollegenkreis, oder Verwandte, Bekannte, dann, ja das is schön und das is schön und dann guck ich einfach in's Internet und beles mich dann da auch äh was ich jetzt so für Pflanzen brauch, weil ich hier sehr viel Sonne hab, hab ich dann geguckt äh ebent pf Pflanze wie die hier rote hier vorne zum Beispiel die kann Sonne und Wärme ab und die blüht auch schon den ganzen Sommer, die blüht seit Muttertag, also ich weiß gar nicht 12 Mai oder so blüht die da schon rum und äh ja. Entweder beles ich mich, hab ich Literatur dazu, oder ich geh in's Internet (interrupted by interviewer sign of attention). Und dann guck ich ebent, oder diese Pflanze auch für mich so wie Waldmeister damals äh für mich geeignet is. Ich hab's zwar versucht, aber mein Boden is dafür nicht geeignet. (interrupted by interviewer sign of attention)
- 87 **Interviewer:** [0:23:43.9] Können Sie sich an pflanzenbezogene oder heilpflanzenbezogene Kurse in der Schule erinnern?
- 88 **Participant:** [0:23:48.7] Ja wir hatten ja, ja wir hatten Biologie und wir hatten auch äh Heimatkunde, weiß ich in der Unterstufe war das ja noch. Da wurden dann ebent so grade so wie Sauerampfer zum Beispiel oder auch äh Butterblumen, Löwenzahn, sowas äh ja doch ähm Kamille, das waren so Sachen die denn in unseren, auch Biologie in dem boile Biologiebüchern drinne waren (interrupted by interviewer sign of attention), jaja. Sauerampfer ham wir als Kinder ja auch gerne genascht, wenn wir auf den zwie auf den Wiesen waren, denn ham wir den ja auch so weggenascht (laughter).
- 89 **Interviewer:** [0:24:34.1] Sind Sie mit Garten aufgewachsen?
- 90 **Participant:** [0:24:35.7] Hm ja nich so we, nich so wirklich, also meine Großmutter war Schneiderin und die hat ebent, ich bin mehr mit der m Nähmaschine aufgewachsen also (laughter), als mit'n Garten oder auf'm Lande. Ne ne, dass hab ich eigentlich so richtig Landleben hab ich eigentlich erst so von meiner Schwiegermutter. Ich bin eigentlich ne reine Stadtpflanze (interrupted by interviewer sign of attention) und äh mochte zwar Blumen und auch auch das Land so an sich, aber ich hatte nie die Gelegenheit, ja, bis ich dann ebent mein Mann kennenlernte und da wohnte die Mutter ebent da bei Sanitz und ja, das gefiel mir. Im Haus und diese Frische und das die Tierchen da im Stall und (laughter), das war, da war ich ja natürlich, na gut, da war ich dann schon 18, das das gefiel mir. Ich hab da auch gerne gerne gewirtschaftet so. Das war in Ordnung.
- 91 **Interviewer:** [0:25:31.6] Wie stehen Sie zum Thema Selbstversorgung?
- 92 **Participant:** [0:25:34.0] Ja es is äh, ich äh, ich denke mal das is is schwierig mhm, über's, also ich hab ja jetzt nur ne kleine Wohnung und äh ich frier schon viel ein. Ich bring auch viel schon zu meiner Freundin, die hat nämlich ne Kühltruhe, aber da is dann auch immer dieser Transport, ja, willst'e jetzt keine Ahnung, ich sag jetzt ma Brechbohnen essen, dann musst du erstmal, oh (name), kann ich mir holen, kannst du mir bringen, oder wie, ne, is bisschen umständlich. Aber ich versuche so gut wie's geht über's Jahr und zu besonderen Anlässen sag ich jetzt mal, ich ich zelebrier gerne Essen, auch für meine Familie, lad' dann einfach ma ein zum Sonntag, wenn ich frei hab, dann gibt's ebend Gänge Menü. Ja, ganz viel. Dann hol ich meine selbst selbst gezogenen Kartoffeln, meine Brechbohnen, mein ganzes Gemüse, meine Säfte, was ich alles hab, hol ich dann raus und ma, generell Selbstversorgung ja. Ich hab mal gedacht, wenn ich nachher Rentner bin, vielleicht kann ich mich irgendwo in so'n Hof einmieten, wo so'ne kleine Wohnung is und wo man denn in Gesellschaft is, äh und bisschen auf'm Land, aber bisher gib's das, hab ich das nur so richtig was mir gefiel in

Niederbayern besehen (interrupted by interviewer sign of attention) und das wär mir bisschen sehr weit weg von der Küste. Ich bin ja auch Küstenkind. Ja Selbstversorgung is natürlich schwierig, das insgesamt für's ganze Jahr. Die Kartoffeln reichen von Herbst bis Ostern. Das hab ich neu Glück, aber das is auch das einzigste, was denn (interrupted by interviewer sign of attention) so lange hält, ne. Mein Bruder hat das zelebriert in äh Ungarn, die waren Selbstversorger, aber das war ein ganzes Dorf mit Deutschen oder Deutschstämmigen und die ham sich dann ausgetauscht. Der eine hatte was von der Kuh, der andere vom Schwein, der eine hatte die Ziege, der eine hatte Getreide und so war dieses ganze Dorf mit 12 Höfen war dann wirklich Selbstversorger, aber jeder hatte sein eignen Hof und da wurde dann auch nich mit Geld gezahlt, sondern ebent ebent mit äh Naturell, mit Schweinekeule oder was weiß ich. (interrupted by interviewer sign of attention) Immer so (inaudible). Das fand ich sehr interessant. Ich hab da mal 4 Wochen Urlaub gemacht. Also ich fand das schon toll, aber auch weit weg vo zu Hause (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter), ne. Noch weiter weg, ja. (laughter) Noch weiter weg. Generell find ich das natürlich sehr schön. Ich hab ja hier auch 'n Schlachter in äh Pankelow, Fleischerei Wichmann, da laufen ebent die Schweinchen draußen rum und die Kühe siehst du auch und seine Hühner siehst'e auch und das Fleisch is natürlich auf's Kilo 2 Euro teurer, aber für mich alleine is das in Ordnung (interrupted by interviewer sign of attention), wenn ich dann Appetit hab auf Rouladen oder Wurst, dann hol ich mir das da auch. Da achte ich denn auch schon drauf.

93 **Interviewer:** [0:28:27.8] Informieren Sie sich aktiv zum Thema gesundes Leben oder gesünder leben?

94 **Participant:** [0:28:31.9] Nochmal.

95 **Interviewer:** [0:28:33.6] Informieren Sie sich aktiv zum Thema gesundes Leben oder gesünder leben?

96 **Participant:** [0:28:38.8] Ja, wie gesagt, weil ich äh beles mich da auch grade jetzt so basische oder saure Ernährung (interrupted by interviewer sign of attention) zum Beispiel, nich, oder ja bestimmte Sachen wie jetzt hier äh was welche Pflanze oder welches Heilmittel gibt es, Naturheilmittel gibt es für jetzt sag ich ma kaputte Knochen oder für Arthrose, oder für irgendwelche Sachen für für Verdauung äh ich bin auch gerne schwimmen gegangen. Ich bin saunieren gewesen, ich hab Badminton gespielt, zweimal die Woche immer gleich nach'm Dienst, dann los, Tasche lag schon im Auto, aber 's war ja jetzt alles nicht möglich, also (interrupted by interviewer sign of attention). So und dann muss man sich denn, ja, andere Sachen suchen. Radfahren, oder Kanu geht ja auch nich, ich teil mir mit jemandem 'n Kanu hier unten aner Tessin 'n Kanuplatz und äh ja. Is dann nich so prickelnd, wenn man da alleine drauf sitzt, aber (interrupted by interviewer sign of attention) is dann so, ne, wenn man zu zweit is so, sauniert, oder bad Badminton spielt man sowieso zu zweit, aber äh schwimmen und so und das is dann schon bisschen was anderes. Mal gucken was dieser Winter dann so bringt. Dann is ja der Garten erstmal vorbei, man guckt zwar hier rein und ob alles gut is, Wasserleitung alles toppi is und so (interrupted by interviewer sign of attention), aber man hat ja nich so wirklich was zu tun, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) und dann muss man eben was anderes sich suchen. Enkelkindern möcht man ja auch nicht mehr um sich haben (laughter), ne die sind noch, nein, alles gut. Denn da hat man ja auch allerhand Angebote ebent äh, bin ja auch schon über, ich glaub als Facebook eröffnet wurde bin ich ja sofort zu Facebook, weil ich hab äh viele Freunde in Amsterdam und auch in Frankreich und wenn wir dann telefoniert haben, dass war immer teuer, ne, (interrupted by interviewer sign of attention) und dann ham wir uns ebent bei Facebook getroffen. Das war natürlich nich so wie's jetzt is, ne, aber man kann ja diese ganzen Funktionen wegnehmen und äh ebent nur seine Freunde aktivieren und dann is des ja auch alles gut, also politisch oder so halt ich mich da gar nich auf. Das is ebent nur, dass man sich gegenseitig paar Bilder schickt, oder so und das, aber man kann dort auch allerhand äh lesen. Finde ich jedenfalls, also da Facebook is jetzt nich unbedingt nur wie manche sagen was schlimmes, also da gibt's auch viele Sachen (interrupted by interviewer sign of attention), die man sich so belesen kann. Auch Veranstaltungen zum Beispiel. Ich bin ein Fan von denkmalgeschützten Häusern. Ich könnte den ganzen Tag in irgendwelchen Gutshäusern rumschleichen, das das sind schöne informative Sachen bei, ne. Genau. Und wenn ich denn da auch Zeit hab, dann fahr ich da ebent auch hin zu Vorträgen und diese Vorträge sind unter anderem auch dann ebent äh Kunst, Kultur, Ernährung, Pflege, also selber sich pflegen, also das is schon interessant und denn dieses Umfeld von den alten Gutshäusern,

dass is schon toll, ne.

97 **Interviewer:** [0:32:00.7] Sie ham eben gesagt, dass Sie auch gegen Arthrose was verwenden würden aus'm Garten.

98 **Participant:** [0:32:07.0] Äh At äh Arthrose is ja äh überwiegend äh also **Kurkuma** hab ich gelesen. Also im Garten selber äh. Ich weiß nur die äh diese Distelblätter (interrupted by interviewer sign of attention), dass man sich die auch äh bei wahnsinnig, ich hatte mal wahnsinnige Knieschmerzen, aber ich glaub ich hatte mir das verdreht und hatte mir dann diese Blätter fertig (interrupted by interviewer sign of attention) gemacht und hab die dann diese Tüten wie ich sagte so auf die Knie gelegt. Das war im ersten Moment heiß, erstmal Handtuch unter und dann die Blätter rauf in diesem Beutel, aber ähm es war, also Hildegard hatte recht. (interrupted by interviewer sign of attention) (laughter)

99 **Interviewer:** [0:32:46.8] Ham Sie äh spezielle Ernährungsgewohnheiten, also Sie meinten ja, dass Sie versuchen äh basische Tage einzulegen soweit ich weiß, oder?

100 **Participant:** [0:32:54.0] Nochmal.

101 **Interviewer:** [0:32:54.4] Ich red zu leise grade oder?

102 **Participant:** [0:32:56.5] Ja ja und ich hab'n kleines Handicap auf der linken Seite nach'm (interrupted by participant) Kanuunfall.

103 **Interviewer:** [0:33:01.1] Ich ich will die Leute nich anschreien, (interrupted by participant) deswegen, aber (interrupted by participant)

104 **Participant:** [0:33:03.3] Nein nein nein, erzähl, und man will ja auch nich, dass da alle mithören.

105 **Interviewer:** [0:33:06.4] Ja (interrupted by participant). Ha haben Sie spezielle Ernährungsgewohnheiten, gewollt oder ungewollt, also Unverträglichkeiten, Allergien oder Sachen, die Sie einfach so machen?

106 **Participant:** [0:33:15.3] Ja, also Allergien sowas hab ich nich (interrupted by interviewer sign of attention) und Ernährungsgewohnheiten, ja, ich ess gern Kartoffeln. Ich bin eigentlich auch'n od und'n Fischesser bin ich, also absoluter Fischesser, also das lass ich, Fisch lass ich vor vor Kotelett (interrupted by interviewer sign of attention), mh ne. Also ich sag ma da lieber äh bisschen was Kräftiges, Herzhaftes, als wenn man jetzt den ganzen Tag da so so rum nascht (interrupted by interviewer sign of attention). Find ich jedenfalls, ne. Ja. Ich trink leidenschaftlich gerne Bier (laughter). Is auch nich unbedingt figurfördernd, aber auch nich unbedingt schlecht, Nieren, ne, und so weiter.

107 **Interviewer:** [0:33:54.8] Inwiefern?

108 **Participant:** [0:33:55.6] Ja, hm?

109 **Interviewer:** [0:33:56.6] Was meinen Sie damit?

110 **Participant:** [0:33:57.3] Nieren? Na also b äh Bier spült ja die Nieren (interrupted by interviewer sign of attention), ja und wenn ma warmes Bier trinkt und man hat Nierensteine, dann sind die auch eines Tages weg. Es sei denn sie sind zu groß, dass sie operativ zerstört werden müssen, aber wenn man jetzt äh, also so Nierenbeckenentzündung und sowas hat, dann kann man warmes, warmes Bier trinken. Man kann sich auch **Gerste** äh aufkochen und dann äh säuern lassen, irgendwie in die Sonne stellen oder tagelang irgendwo hin stellen bei hohen äh höheren Temperaturen, das is ja auch so bisschen Art gebraut und das is wohl für die Nieren. Das is, warmes Bier sowieso, also das is ja denn einfacher das Bier warm zu machen (interrupted by interviewer sign of attention) zwar nich so, aber

hilft dann auch. Ja so ganz besondere Essgewohnheiten. Ich zwar Mal am Tag, also morgens Frühstück um 9 und abends nachher um 17 Uhr. Entweder ess ich hier oder zuhause.

111 **Interviewer:** [0:34:54.6] S würden Sie sich als neugierig bezeichnen?

112 **Participant:** [0:34:58.2] In bestimmten Dingen schon ja. Also wenn ich hier 'n neues Schloss sehe zum Beispiel, oder 'n schönes Gutshaus und das steht am Wegrand und ich fahr da mit'm Auto vorbei, dann geh ich da hin, guck. (interrupted by interviewer sign of attention) Und wenn es notwendig is dann klopf ich da auch an und frag höflich, dass hab ich jetz da schon paar mal gemacht öh, bin da rund um Laage, is ja (inaudible) und (inaudible) und wie sie alle so heißen diese Gutshäuser und das sind ganz nette Menschen. Das sind ja die Gutshausretter, die äh, die sind da ganz nett, ja. Auch so, wenn ich, wie gesagt, wenn ich irgendwas nich nich versteh oder was wissen will, also ich guck immer Wikipedia oder versuch zu lesen, also ich bin schon, ich bin schon neugierig ja.

113 **Interviewer:** [0:35:44.3] Sind Sie gerne draußen? Sind Sie gerne draußen?

114 **Participant:** [0:35:47.5] Nur. (interrupted by interviewer sign of attention) Also (interrupted by interviewer sign of attention) also wenn ma mich irgendwo einsperren würde, das würde Katastrophe sein. Also hier im Garten und wenn ich im Winter nich im Garten sein kann, dann hab ich 'n Balkon, der is auch wunderschön hergerichtet. Da kommt denn der heiße Tee und da is ein wunderschöner Ohrensessel aus Stroh und dann sitz ich da eingehüllt mit Jacke und Anorak, mach mir meine Lichtlein an und dann oben frische Luft. Also frische Luft den ganzen Tag. (interrupted by interviewer sign of attention) So viel wie möglich.

115 **Interviewer:** [0:36:19.5] Sie sind hier aufgewachsen ham sie gesagt, geboren und aufgewachsen in Rostock?

116 **Participant:** [0:36:23.5] Ja. Rostock, genau.

117 **Interviewer:** [0:36:25.1] Kommen Ihre Eltern auch aus Rostock?

118 **Participant:** [0:36:27.1] Mein Vater is äh 'n Ostpreuße auch, Königsberg (interrupted by interviewer sign of attention). Meine Mutter is Rostockerin. (interrupted by interviewer sign of attention) Mhm.

119 **Interviewer:** [0:36:37.3] Darf ich fragen in welchem Jahr Sie geboren sind?

120 **Participant:** [0:36:39.5] 61.

121 **Interviewer:** [0:36:40.5] 61 okay. Was würden Sie als Ihren höchsten Bildungsabschluss bezeichnen?

122 **Participant:** [0:36:47.3] Krankenschwester.

123 **Interviewer:** [0:36:50.3] Is das äh gelernt oder studiert?

124 **Participant:** [0:36:52.3] Bitte?

125 **Interviewer:** [0:36:52.9] Is das gelernt oder studiert?

126 **Participant:** [0:36:54.4] Ne, das is gelernt, das is (interrupted by interviewer sign of attention) äh Fachschule damals zu DDR Zeiten (interrupted by interviewer sign of attention) äh in Ribnitz war ja die große Schwesternschule und äh ja. Das is eigentlich das größte für mich, weil wer zu DDR Krankenschw Krankenschwester geworden is, das das war schon, das war schon bisschen was. (interrupted by interviewer sign of attention) Ja ja. Na heute heißt das ja alles anders, Krankenpfleger und das. Ich nur aus dem Schwesterndienst rausgegangen aus dem Klinikdienst, weil mir das einfach s naja zu viel war mit diesem ganzen Nachtdiensten und (interrupted by interviewer sign of attention) und im Pflegeheim hab ich jetz nur 2 Schichten, nich keine Nachtdienste und bin auch

verkürzt gegangen, also hab nur ne Dreiviertelstelle (interrupted by interviewer sign of attention), also nich mehr 8 Stunden und es gefällt mir ganz gut, also den alten Menschen und so, das is schon, is schon mein Ding.

127 **Interviewer:** [0:37:46.4] Hatten Sie mal professionellen Kontakt zu Pflanzen, dass Sie zu Heilpflanzen, dass Sie die verkauft haben oder damit (interrupted by participant) gearbeitet haben?

128 **Participant:** [0:37:52.8] Ne, nein, nein nein. Wenn dann hab ich mal sowas bisschen was weggegeben an Kollegen oder (interrupted by interviewer sign of attention) Kindern, so ne. (interrupted by interviewer sign of attention) Die Aroniasaft, was ma denn so fertig macht für die Kinderchen die denn auch, ja, dass denn ma trinken wollen oder ma probieren wollen, aber so verkauft sowas hab ich nicht, ne (interrupted by interviewer sign of attention).

129 **Interviewer:** [0:38:12.6] Gut, dass wären alle Fragen gewesen so die ich mir aufgeschrieben hab. Wenn Ihnen noch was einfällt können Sie das, können Sie gerne noch dazwischen dann. Ich hab noch so'n Datenschutz, damit Sie wissen, was mit Ihren Daten passiert.

130 [0:38:24.6] **(unrelated to topic)**

## **7.4 Data protection notice interviews**

**DATENSCHUTZHINWEIS FÜR FORSCHUNGSTEILNEHMER | Masterarbeit " Differences Between the North of Former East and West Germany in the Use of Medicinal Plants Before and After 1990"**

in Übereinstimmung mit Art. 13 der Verordnung (EU) 2016/679 ("Verordnung")

In dieser Datenschutzerklärung informiert Sie die Universität Ca' Foscari Venedig ("Universität") über die Erhebung Ihrer personenbezogenen Daten im Rahmen des Forschungsprojekts "Differences Between the North of Former East and West Germany in the Use of Medicinal Plants Before and After 1990" (Unterschiede zwischen dem Norden des ehemaligen Ost- und Westdeutschlands bei der Nutzung von Heilpflanzen vor und nach 1990). Hauptuntersuchungsleiter des Forschungsprojekts ist Leon Menelaos Tsaldaris BA, betreut wird das Projekt von Prof. Renata Soukand. Für weitere Informationen über das Forschungsprojekt wenden Sie sich bitte an den Hauptuntersuchungsleiter unter der E-Mail-Adresse: [879881@stud.unive.it](mailto:879881@stud.unive.it)

Das Forschungsprojekt wurde in Übereinstimmung mit den Forschungsstandards und -richtlinien des Sektors entwickelt und wird in der Abteilung für Umweltwissenschaften, Informatik und Statistik der Universität Ca' Foscari in Venedig für 5 Jahre nach Abschluss der Forschung aufbewahrt.

**1. DATENVERANTWORTLICHER**

Der Inhaber der Datenverarbeitung ist die Universität Ca' Foscari Venedig, mit Sitz in Dorsoduro n. 3246, 30123 Venedig (VE), gesetzlich vertreten durch den Rektor.

**2. DATENSCHUTZBEAUFTRAGTER**

Die Universität hat einen "Datenschutzbeauftragten" ("DSB") ernannt, der unter der E-Mail-Adresse [dpo@unive.it](mailto:dpo@unive.it) oder unter folgender Adresse erreichbar ist: Universität Ca' Foscari, Venedig, Datenschutzbeauftragter, Dorsoduro n. 3246, 30123 Venedig (VE).

**3. KATEGORIEN PERSONENBEZOGENER DATEN, ZWECKE UND RECHTSGRUNDLAGE DER DATENVERARBEITUNG**

Die Universität erhebt eine Reihe von personenbezogenen Daten, um die Aktivitäten des Forschungsprojekts durchzuführen. Dazu können personenbezogene Daten wie der Geburtsort, das Alter, die Gartengewohnheiten, die Verwendung von Heilpflanzen und die Meinungen und Beziehungen der Teilnehmer zählen.

Die Universität kann auch besondere Kategorien personenbezogener Daten erheben, insbesondere Daten, die sich auf die ethnische Herkunft, politische Meinungen, religiöse oder philosophische Überzeugungen und Daten über die Gesundheit beziehen.

Die Universität sammelt diese Daten auf unterschiedliche Weise, z. B. durch Umfragen und Interviews. Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt unter Einsatz computergestützter Verfahren und unter Anwendung geeigneter technischer und organisatorischer Maßnahmen zum Schutz vor unbefugtem oder unrechtmäßigem Zugriff, Zerstörung, Verlust der Integrität und Vertraulichkeit, auch wenn dies zufälliger Natur ist.

Um die Vertraulichkeit der Teilnehmer zu schützen, werden die gesammelten Informationen de-identifiziert, d.h. alle direkten Identifikatoren (wie z.B. Name, Nachname, Steuernummer, etc.) werden entfernt und stattdessen durch eine Nummer ersetzt. Somit sind die Teilnehmer nicht mehr direkt aus den Daten identifizierbar. Die de-identifizierten Daten werden nur für die Durchführung der Forschungsaktivitäten verwendet.

Die Forschungsaktivitäten werden von der Universität im öffentlichen Interesse als Teil ihrer offiziellen Aufgaben durchgeführt, daher ist die Rechtsgrundlage für die Verarbeitung der personenbezogenen Daten Art. 6.1.e) der Verordnung ("Wahrnehmung einer Aufgabe, die im öffentlichen Interesse liegt").

Im Hinblick auf die Verarbeitung besonderer Kategorien personenbezogener Daten ist die Rechtsgrundlage Art. 9.2.a) der Verordnung ("ausdrückliche Einwilligung der betroffenen Person") in Verbindung mit Art. 7.2 der

"Regole deontologiche", Allegato A5 zu D.Lgs. n. 196/2003. Daher bitten wir Sie am Ende dieses Dokuments um Ihre Zustimmung zur Erhebung und Verarbeitung dieser Art von personenbezogenen Daten. Sie können Ihre Zustimmung bis zum 01.10.2021 ohne Angabe von Gründen zurückziehen, indem Sie sich schriftlich an den DSB unter den oben genannten Kontaktdaten wenden. Die Universität wird die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten einstellen, es sei denn, es liegen zwingende schutzwürdige Gründe für die Fortsetzung der Verarbeitung vor.

#### **4. AUFBEWAHRUNG VON DATEN**

Personenbezogene Daten werden für die Dauer des Forschungsprojekts aufbewahrt. Nach Beendigung des Projekts werden personenbezogene Daten für 5 Jahre aufbewahrt und anschließend anonymisiert. Die anonymisierten Daten können in zukünftigen Forschungsprojekten verwendet werden.

#### **5. EMPFÄNGER UND KATEGORIEN VON EMPFÄNGERN VON PERSONENBEZOGENEN DATEN**

Personenbezogene Daten werden von den Forschern der Universität und von anderen am Projekt beteiligten Forschern verarbeitet, die auf der Grundlage spezifischer Anweisungen für die Zwecke und Mittel der Datenverarbeitung handeln. Darüber hinaus können personenbezogene Daten auch von Dritten verarbeitet werden, die in ihrer Eigenschaft als "Datenverarbeiter" Aufgaben im Auftrag der Universität wahrnehmen. Deren aktuelle Liste finden Sie unter: <https://www.unive.it/pag/36643/>.

Aggregierte und anonyme Daten (was bedeutet, dass Sie durch sie nicht mehr identifizierbar sind) können mit anderen Universitäten und/oder Forschungszentren geteilt werden, um die Aktivitäten des Forschungsprojekts durchzuführen, und sie können in Publikationen, Forschungsberichten, Datenbanken enthalten sein und während Klassen, Kongressen und Vorlesungen zitiert werden.

Die mit dem Forschungsprojekt zusammenhängenden Dokumente (die Ihre persönlichen Daten enthalten können) können von nationalen und internationalen Gremien, von italienischen und internationalen Zeitschriftenausschüssen eingesehen werden, um die Rechtmäßigkeit und Fairness der durchgeführten Forschung zu bewerten. Personenbezogene Daten können auch von Wirtschaftsprüfern eingesehen werden.

#### **6. RECHTE DER BETROFFENEN UND DEREN AUSÜBUNG**

Sie haben das Recht, von der Universität in den von der Verordnung vorgesehenen Fällen Zugang zu den personenbezogenen Daten, deren Berichtigung, Vervollständigung, Löschung oder Einschränkung zu erhalten oder der Datenverarbeitung selbst bis zum 01.10.2021 zu widersprechen (Artikel 15 und folgende der Verordnung). Der Antrag kann ohne besondere formale Verfahren gestellt werden, indem man sich an den Hauptuntersuchungsleiter unter [879881@stud.unive.it](mailto:879881@stud.unive.it) und/oder direkt an den Datenschutzbeauftragten unter [dpo@unive.it](mailto:dpo@unive.it) wendet oder eine Mitteilung an die folgende Adresse schickt: Ca' Foscari Universität Venedig - Datenschutzbeauftragter, Dorsoduro 3246, 30123 Venedig. Alternativ können Sie sich auch an den Datenschutzbeauftragten wenden, indem Sie eine PEC (zertifizierte E-Mail) an [protocollo@pec.unive.it](mailto:protocollo@pec.unive.it) schreiben.

Betroffene Personen, die der Meinung sind, dass die Verarbeitung ihrer personenbezogenen Daten gegen die Bestimmungen der Verordnung verstößt, haben das Recht, eine Beschwerde bei der Datenschutzbehörde einzureichen, wie es in Art. 77 der Verordnung selbst steht, oder geeignete rechtliche Schritte einzuleiten (Art. 79 der Verordnung).

**7. Einwilligung und Unterschrift**

Ich (Vor-, Nachname): \_\_\_\_\_

Geboren am \_\_\_\_\_ in \_\_\_\_\_

bin mir bewusst, dass ich an einem Interview für die Masterarbeit „Differences Between the North of Former East and West Germany in the Use of Medicinal Plants Before and After 1990“ des Studierenden Leon Menelaos Tsaldaris teilnehme und bin damit einverstanden, dass Inhalte besagten Interviews aufgezeichnet und für besagte Masterarbeit verwendet werden können. Die Teilnahme ist freiwillig und kann jederzeit abgebrochen werden. Auf gestellte Fragen muss nicht geantwortet werden. Ich nehme zur Kenntnis, dass meine Daten vom Forschenden nur anonymisiert und nicht rückverfolgbar veröffentlicht werden.

Bitte Ankreuzen:

Ich stimme zu  stimme nicht zu , dass auch anonymisierte direkte und indirekte Zitate verwendet werden dürfen.

Ich stimme zu  stimme nicht zu , dass anonymisierte Fotos von und Notizen zu meinem Garten gemacht werden dürfen, die sowohl zur Auswertung als auch für Veröffentlichungszwecke genutzt werden können.

Mir wurde erklärt, dass ich meine Zustimmung für die Verwendung relevanter Interviewdaten für die Masterarbeit ohne Angabe von Gründen bis zum 01.10.2021 zurücknehmen kann. Ich habe den obenstehenden Datenschutzhinweis gelesen und (bitte ankreuzen)

stimme  stimme nicht

der Verarbeitung oben genannter spezieller Kategorien von personenbezogenen Daten, im speziellen Geburtsort, Lebensmittelpunkt, Alter, Geschlecht, ethnische Zugehörigkeit zu.

Datum, Ort: \_\_\_\_\_

Unterschrift teilnehmende Person: \_\_\_\_\_

Unterschrift Umfrageleiter: \_\_\_\_\_

## 7.5 Codes

- Other plants in garden or locally collected
  - For Which Interest First
  - Other
  - Fruits and berries
  - Ornamental plants
  - Arable crops
  - Other herbs
- Professional contact to medicinal plants
- Self sufficiency
  - Reasons for gardening
  - More negative than positive
  - More positive than negative
- Knowledge acquisition
  - Trying to pass knowledge to children/ others
  - Context of learning
    - \* "I do not have it, so I do not use it"
    - \* "I really have it, so I need it"
      - No conflict but hierarchy, first self plant-based than doctor
      - Conflict western medicine and alternatives
    - \* How Long This Garden or Own Garden
    - \* Looks of Grandparents / Parents Garden
      - DDR garden
  - When learned about usage
    - \* Underaged
    - \* Adulthood
  - From whom knowledge learned
    - \* Family
      - Other family members
      - Parents
      - Partners
      - Grandparents
    - \* Self interest
    - \* Friends/ Neighbours/ Peers
    - \* Internet

- Randomly
    - Specific places
  - \* Books/ Print media
  - \* In school
    - If, then nothing stuck
    - Plant related yes, but not medicinal plants
    - Rather no
    - Yes, a clear memory
  - \* Others/ Influential authors
    - Hildegard von Bingen
    - Wolf Dieter Storl
    - Maria Treben (With the subcategory of 'Schwedenkräuter' with it's own subcategories)
- Medicinal plants used – > Every plant has own subcode within the top tier use case codes (respiratory, digestive, other or unspecified) with sub subcodes for which parts of the plants were used, which use case was identified and sub subcodes for how different plant parts were prepared
    - Digestive use case
    - Respiratory use case
    - Other use cases or unspecified
  - Liking the outsides
  - Interested in health-related topics
  - Tea drinking habits
  - Special diet
    - Required
    - Chosen
  - Demographics
    - Highest education
    - Birth year/ Age
    - Grew up with grandparents
    - Grew up with garden
    - Where are parents/ grandparents from
    - Born in and where grown up
  - Useful information
    - Maybe useful

- Other use of medicinal potent plants
- Hindrance for more extensive use
- Hard to sustain knowledge
- Bee/ insect friendly
- Wild plant use

## **7.6 Pre field work survey**

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)

Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

**Hallo,****Mein Name is Leon Tsaldaris und ich schreibe meine Masterarbeit über Wissensweitergabe von Heilpflanzennutzung in der Bevölkerung in Norddeutschland.****Ich suche interessierte Menschen für Interviews um herauszufinden, wie Wissen rund um Heilpflanzen erlangt und weitergegeben wird.****Wenn Sie an diesem Thema interessiert sind, füllen sie bitte diesen kurzen Fragebogen aus. Das Ausfüllen wird circa 10 Minuten dauern und wird mir helfen, geeignete Interviewpartner auszuwählen, um mehr über die norddeutsche Kultur zu lernen.**Survey created with  
LamaPoll[https://app.lamapoll.de/Weitergabe\\_von\\_Wissen\\_in\\_Bezug\\_auf\\_Heilpflanzen/?preview=1&action=printRaw](https://app.lamapoll.de/Weitergabe_von_Wissen_in_Bezug_auf_Heilpflanzen/?preview=1&action=printRaw)

1/20

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

Den Datenschutzhinweis können Sie einsehen und runterladen wenn sie hier klicken: [Datenschutzhinweis](#)



- Ich habe den Datenschutzhinweis gelesen und möchte mit der Umfrage fortfahren
- Ich verweigere meine Zustimmung zum Datenschutzhinweis

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

 **Benutzen oder benutzten Sie Kräuter um sich selbst bei gesundheitlichen Problemen zu behandeln?**

Ja  Nein

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

**Planzen oder pflanzten Sie Kräuter selbst an? (Gerne mit Beispielen)**

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

### Haben Sie Zugang zu einem Garten?

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

**Bauen Sie selbst Obst oder Gemüse an, welches sie selbst essen/ verarbeiten?  
(Gerne mit Beispielen)**

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

**Informieren Sie sich aktiv zu dem Thema Gesundheit/ gesünder Leben?**

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

### Sind Sie am Thema Naturheilkunde interessiert?

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

### Was ist Ihre Einstellung gegenüber Selbstversorgung?

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

**Arbeiten Sie beruflich mit Pflanzen?**

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

 **In welcher Stadt sind Sie geboren und aufgewachsen (bis Sie 20 Jahre alt waren)?**

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

 **In welcher Stadt sind Ihre Eltern geboren und aufgewachsen?**

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

 **Wo leben Sie jetzt?**

Ihre Antwort:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

 **In welchem Jahr sind Sie geboren?**

Bitte wählen sie Ihr  
Geburtsjahr aus:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

**Bitte wählen Sie ihr Geschlecht:**

- Männlich
- Weiblich
- Divers
- Keine Angabe

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

Bitte Wählen Sie ihren höchsten akademischen Abschluss aus:

- Grundschulabschluss
- Hauptschulabschluss
- Realschulabschluss/Mittlere Reife
- Fachhochschulreife/Abitur
- Bachelor
- Ausbildung
- Master / Magister
- Diploma
- Ph.D.
- Professor
- Keine Angabe

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

## Kontakt

Wenn Sie daran interessiert sind, mit mir ein Interview über ihre persönliche Verbindung zu Heilkräutern zu führen, teilen sie mir gerne ihre E-mail Adresse, Telefonnummer, oder andere Kontaktinformationen in dem Feld unten mit.

Wir können dann einen geeigneten Termin für ein Interview über dieses Thema finden.

Sie können mir auch gerne direkt eine E-mail schicken  
an: [879881@stud.unive.it](mailto:879881@stud.unive.it) und den Link zu dieser Umfrage an Bekannte oder Interessierte weiterleiten.

Hier können Sie ihre Kontaktdaten hinterlassen:

Survey created with  
 LamaPoll

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

Danke, dass Sie an dieser Umfrage teilgenommen haben.

Survey created with  
 LamaPoll

[https://app.lamapoll.de/Weitergabe\\_von\\_Wissen\\_in\\_Bezug\\_auf\\_Heilpflanzen/?preview=1&action=printRaw](https://app.lamapoll.de/Weitergabe_von_Wissen_in_Bezug_auf_Heilpflanzen/?preview=1&action=printRaw)

18/20

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

Ihre Daten werden weder gespeichert, noch ausgewertet.

Survey created with  
 LamaPoll

[https://app.lamapoll.de/Weitergabe\\_von\\_Wissen\\_in\\_Bezug\\_auf\\_Heilpflanzen/?preview=1&action=printRaw](https://app.lamapoll.de/Weitergabe_von_Wissen_in_Bezug_auf_Heilpflanzen/?preview=1&action=printRaw)

19/20

11.02.22, 15:22

Weitergabe\_von\_Wissen\_in\_Bezug\_auf\_Heilpflanzen - Druckversion - Vorschau der Umfrage (LamaPoll - Online Umfragen)  
Survey for a Masters Thesis by Leon Tsaldaris for Joint International Masters Programm in Sustainable Development

Haben Sie noch einen schönen Tag!

Survey created with  
 LamaPoll

### **7.6.1 Data protection notice survey**

**DATENSCHUTZHINWEIS FÜR FORSCHUNGSTEILNEHMER | Masterarbeit " Differences Between the North of Former East and West Germany in the Use of Medicinal Plants Before and After 1990"**

in Übereinstimmung mit Art. 13 der Verordnung (EU) 2016/679 ("Verordnung")

In dieser Datenschutzerklärung informiert Sie die Universität Ca' Foscari Venedig ("Universität") über die Erhebung Ihrer personenbezogenen Daten im Rahmen des Forschungsprojekts "Differences Between the North of Former East and West Germany in the Use of Medicinal Plants Before and After 1990" (Unterschiede zwischen dem Norden des ehemaligen Ost- und Westdeutschlands bei der Nutzung von Heilpflanzen vor und nach 1990). Hauptuntersuchungsleiter des Forschungsprojekts ist Leon Menelaos Tsaldaris BA, betreut wird das Projekt von Prof. Renata Soukand. Für weitere Informationen über das Forschungsprojekt wenden Sie sich bitte an den Hauptuntersuchungsleiter unter der E-Mail-Adresse: [879881@stud.unive.it](mailto:879881@stud.unive.it)

Das Forschungsprojekt wurde in Übereinstimmung mit den Forschungsstandards und -richtlinien des Sektors entwickelt und wird in der Abteilung für Umweltwissenschaften, Informatik und Statistik der Universität Ca' Foscari in Venedig für 5 Jahre nach Abschluss der Forschung aufbewahrt.

**1. DATENVERANTWORTLICHER**

Der Inhaber der Datenverarbeitung ist die Universität Ca' Foscari Venedig, mit Sitz in Dorsoduro n. 3246, 30123 Venedig (VE), gesetzlich vertreten durch den Rektor.

**2. DATENSCHUTZBEAUFTRAGTER**

Die Universität hat einen "Datenschutzbeauftragten" ("DSB") ernannt, der unter der E-Mail-Adresse [dpo@unive.it](mailto:dpo@unive.it) oder unter folgender Adresse erreichbar ist: Universität Ca' Foscari, Venedig, Datenschutzbeauftragter, Dorsoduro n. 3246, 30123 Venedig (VE).

**3. KATEGORIEN PERSONENBEZOGENER DATEN, ZWECKE UND RECHTSGRUNDLAGE DER DATENVERARBEITUNG**

Die Universität erhebt eine Reihe von personenbezogenen Daten, um die Aktivitäten des Forschungsprojekts durchzuführen. Dazu können personenbezogene Daten wie der Geburtsort, das Alter, die Gartengewohnheiten, die Verwendung von Heilpflanzen und die Meinungen und Beziehungen der Teilnehmer zählen.

Die Universität kann auch besondere Kategorien personenbezogener Daten erheben, insbesondere Daten, die sich auf die ethnische Herkunft, politische Meinungen, religiöse oder philosophische Überzeugungen und Daten über die Gesundheit beziehen.

Die Universität sammelt diese Daten auf unterschiedliche Weise, z. B. durch Umfragen und Interviews. Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt unter Einsatz computergestützter Verfahren und unter Anwendung geeigneter technischer und organisatorischer Maßnahmen zum Schutz vor unbefugtem oder unrechtmäßigem Zugriff, Zerstörung, Verlust der Integrität und Vertraulichkeit, auch wenn dies zufälliger Natur ist.

Um die Vertraulichkeit der Teilnehmer zu schützen, werden die gesammelten Informationen de-identifiziert, d.h. alle direkten Identifikatoren (wie z.B. Name, Nachname, Steuernummer, etc.) werden entfernt und stattdessen durch eine Nummer ersetzt. Somit sind die Teilnehmer nicht mehr direkt aus den Daten identifizierbar. Die de-identifizierten Daten werden nur für die Durchführung der Forschungsaktivitäten verwendet.

Die Forschungsaktivitäten werden von der Universität im öffentlichen Interesse als Teil ihrer offiziellen Aufgaben durchgeführt, daher ist die Rechtsgrundlage für die Verarbeitung der personenbezogenen Daten Art. 6.1.e) der Verordnung ("Wahrnehmung einer Aufgabe, die im öffentlichen Interesse liegt").

Im Hinblick auf die Verarbeitung besonderer Kategorien personenbezogener Daten ist die Rechtsgrundlage Art. 9.2.a) der Verordnung ("ausdrückliche Einwilligung der betroffenen Person") in Verbindung mit Art. 7.2 der

"Regole deontologiche", Allegato A5 zu D.Lgs. n. 196/2003. Daher bitten wir Sie am Ende dieses Dokuments um Ihre Zustimmung zur Erhebung und Verarbeitung dieser Art von personenbezogenen Daten. Sie können Ihre Zustimmung bis zum 01.10.2021 ohne Angabe von Gründen zurückziehen, indem Sie sich schriftlich an den DSB unter den oben genannten Kontaktdaten wenden. Die Universität wird die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten einstellen, es sei denn, es liegen zwingende schutzwürdige Gründe für die Fortsetzung der Verarbeitung vor.

#### **4. AUFBEWAHRUNG VON DATEN**

Personenbezogene Daten werden für die Dauer des Forschungsprojekts aufbewahrt. Nach Beendigung des Projekts werden personenbezogene Daten für 5 Jahre aufbewahrt und anschließend anonymisiert. Die anonymisierten Daten können in zukünftigen Forschungsprojekten verwendet werden.

#### **5. EMPFÄNGER UND KATEGORIEN VON EMPFÄNGERN VON PERSONENBEZOGENEN DATEN**

Personenbezogene Daten werden von den Forschern der Universität und von anderen am Projekt beteiligten Forschern verarbeitet, die auf der Grundlage spezifischer Anweisungen für die Zwecke und Mittel der Datenverarbeitung handeln. Darüber hinaus können personenbezogene Daten auch von Dritten verarbeitet werden, die in ihrer Eigenschaft als "Datenverarbeiter" Aufgaben im Auftrag der Universität wahrnehmen. Deren aktuelle Liste finden Sie unter: <https://www.unive.it/pag/36643/>.

Aggregierte und anonyme Daten (was bedeutet, dass Sie durch sie nicht mehr identifizierbar sind) können mit anderen Universitäten und/oder Forschungszentren geteilt werden, um die Aktivitäten des Forschungsprojekts durchzuführen, und sie können in Publikationen, Forschungsberichten, Datenbanken enthalten sein und während Klassen, Kongressen und Vorlesungen zitiert werden.

Die mit dem Forschungsprojekt zusammenhängenden Dokumente (die Ihre persönlichen Daten enthalten können) können von nationalen und internationalen Gremien, von italienischen und internationalen Zeitschriftenausschüssen eingesehen werden, um die Rechtmäßigkeit und Fairness der durchgeführten Forschung zu bewerten. Personenbezogene Daten können auch von Wirtschaftsprüfern eingesehen werden.

#### **6. RECHTE DER BETROFFENEN UND DEREN AUSÜBUNG**

Sie haben das Recht, von der Universität in den von der Verordnung vorgesehenen Fällen Zugang zu den personenbezogenen Daten, deren Berichtigung, Vervollständigung, Löschung oder Einschränkung zu erhalten oder der Datenverarbeitung selbst bis zum 01.10.2021 zu widersprechen (Artikel 15 und folgende der Verordnung). Der Antrag kann ohne besondere formale Verfahren gestellt werden, indem man sich an den Hauptuntersuchungsleiter unter [879881@stud.unive.it](mailto:879881@stud.unive.it) und/oder direkt an den Datenschutzbeauftragten unter [dpo@unive.it](mailto:dpo@unive.it) wendet oder eine Mitteilung an die folgende Adresse schickt: Ca' Foscari Universität Venedig - Datenschutzbeauftragter, Dorsoduro 3246, 30123 Venedig. Alternativ können Sie sich auch an den Datenschutzbeauftragten wenden, indem Sie eine PEC (zertifizierte E-Mail) an [protocollo@pec.unive.it](mailto:protocollo@pec.unive.it) schreiben.

Betroffene Personen, die der Meinung sind, dass die Verarbeitung ihrer personenbezogenen Daten gegen die Bestimmungen der Verordnung verstößt, haben das Recht, eine Beschwerde bei der Datenschutzbehörde einzureichen, wie es in Art. 77 der Verordnung selbst steht, oder geeignete rechtliche Schritte einzuleiten (Art. 79 der Verordnung).

Mit der Auswahl der Option "Ich habe den Datenschutzhinweis gelesen und möchte mit der Umfrage fortfahren." in der Umfrage "Weitergabe von Wissen in Bezug auf Heilpflanzen" von Leon Tsaldaris erklären Sie sich mit den Vorgaben des Datenschutzhinweises aus dem oben genannten Dokument einverstanden.