



**Informationen zur Umwelt und für Naturreisende auf Kreta:**  
Πληροφορίες στο περιβάλλον και για τους ταξιδιώτες για την Κρήτη:



## Die etwas andere Apotheke: Marianna's **Kräuterladen** in Maroulas / Rethymnon

Das Bergdorf Maroulas liegt etwa 9 km von Rethymnon entfernt und ist von der Nationalstraße (Rethymnon – Iraklion) aus zu erreichen. Hierzu fährt man in östlicher Richtung (Iraklion) und nimmt den auf den Abzweig Platanius folgenden Abzweig (rechts) nach Süden (in die Berge). Man kann aber auch von der "Alten Route" Rethymnon - Iraklion" nach Maroulas fahren (ausgeschildert). Diese Strecke führt unter der Nationalstraße hindurch auf denselben Weg. In Maroulas parkt man am besten "vor dem Ort" oder durchfährt über die sehr enge, kurvenreiche Hauptgasse (an Marianna's Kräuterladen vorbei) das Bergdorf bis zu einem Parkplatz am Ende der kleinen Ortschaft. Es empfiehlt sich, den sehenswerten Ort "zu Fuß" zu erkunden.

Die Heilkraft von Kräutern geht in Griechenland auf HIPPOKRATES (dem "Vater der Heilkunde") zurück; er unterrichtete seine Schüler schon 400 v. Chr. in der Anwendung von Heilkräutern, u. a. als Schmerz- und Heilmittel. Aber auch der griechische "Pharmakologe" und "Arzt" DIOSKURIDES (1. Jahrhundert) schrieb sein Wissen in dem Werk "De Materia Medica" nieder; in diesem wurden ca. 500 pflanzliche Heilmittel abgehandelt, die aus Heilpflanzen gewonnen werden konnten. Dieses Buch ist die älteste überlieferte Beschreibung von Heilkräutern, die erhalten ist. Im minoischen Kreta pflegte man z.B. schon "Aroma-Anwendungen" und Kreta war und ist bekannt für seine vielen, wild wachsenden (Heil-)Kräuter; die Pflanzenheilkunde hat auf Kreta eine lange Tradition.



In Maroulas ist Marianna's Kräuterladen nicht zu übersehen; es ist das einzige "blaue Haus" (s. Abb.) an der "Hauptstraße" der Ortschaft. "Marianna's Workshop" (wie er von ihr selbst genannt wird) ist wohl einmalig auf Kreta, und auch wohl einer von Wenigen in ganz Griechenland. Die studierte Psychologin hat sich jahrelang mit den Heilkräutern und – methoden ihrer griechischen Vorfahren (und anderen alten Völkern) befasst und sich ein umfangreiches Wissen über kretische Heilpflanzen und ihre Wirkung angeeignet – und stellt Extrakte sowohl zu Heilzwecken als auch zur Stärkung der Körperfunktionen her. Die Grundsubstanzen für diese Extrakte werden aus "von Hand" gesammelten Kräutern der Umgebung von Maroulas, die noch frei von chemischen Rückständen und gesundheits-schädlichen Umwelteinflüssen ist, gewonnen. Die Herstellung dieser Produkte und ihre Wirkung sind schon von Alters her bekannt und helfen das psychische und physische Gleichgewicht wiederherzustellen; weitere, detaillierte Informationen zur Herstellung und Verarbeitung der Produkte finden sich unter [www.maroulas.info/html/krauterladen.html](http://www.maroulas.info/html/krauterladen.html).

Zum richtigen Zeitpunkt auf traditionelle Weise "geerntet" (und getrocknet) gibt es in Marianna's Kräuterladen Tee's, Öle (natürliche Extrakte aus Kräutern und Früchten auf der Basis von Mandel- und Olivenöl), Creme, Salben u. v. a. mehr. Marianna's Produkte kann man nicht nur in Maroulas kaufen; Marianna versendet die Artikel auch per Post. Ebenso sind Informationen über das umfangreiche Sortiment oder der "Hausprospekt" (mit Artikelbeschreibung, Anwendung und Wirkungsweise der Produkte) abrufbar unter:

*Marianna's Workshop*  
Maroulas, Rethymnon  
74100 Crete, Greece.

Tel.: 0030 / 2831072432  
e-mail: [mariannas@acn.gr](mailto:mariannas@acn.gr)



Einige Beispiele aus Marianna's Sortiment:

**Bittermandelöl** – Hilft bei der Reinigung der Haut, wirkt gegen Pigmentstörung, Sommersprossen und Asthma.

**Johanniskrautöl** – Balsam; ein von Alters her bekanntes Hausmittel. Wird bei Rheumatismus und bei Muskelschmerzen verwendet. Es ist das stärkste und wirkungsvollste natürliche Heilmittel gegen Depressionen.

**Lavendelöl** – Stärkt das Immunsystem, ist antiseptisch bei Insektenstichen und Hautentzündungen, wirkt Stress lindernd, verzögert das Altern der Haut, ideal bei Brandwunden; Antidepressivum.

**Majoranöl** – Sehr wirksames Schmerzmittel bei Arthritis, bei grippalen Infekten und bei Asthma. Gegen Schlaflosigkeit, nervösen Erregungszuständen, Migräne, Kopfschmerzen und Bluthochdruck. Gefäßerweiternd.

**Pinienöl** – Wird heißem Wasser zugefügt, um Schmerzen jeder Art zu lindern, schwächt körperliche Erschöpfung, Muskelschmerzen, Erkältung und Grippe ab.

**Thymianöl** – Wirkt bei Reizungen und Entzündungen des Halses und der Nase, öffnet die Atemwege und erleichtert die Atmung; hilft gegen fettendes Haar und fettende Haut.

Die Fotos zeigen Blicke in Marianna's Laden.

Übrigens leistet Marianna auch einen aktiven Beitrag zum Umweltschutz auf Kreta: Ein gekaufter Artikel wird bei ihr in einer kunsthandwerklich selbst gefertigten, mit Naturprodukten verzierten Papiertüte verpackt (s. Abb.) - und nicht wie sonst auf Kreta üblich - in einer Plastiktüte, die man in jedem Supermarket (selbst für einen Kleinstartikel) als Verpackung (leider kostenlos) erhält.



**Fotos:** (5635, 5636, 5639, 5640/29.07.2005) U. Kluge / (5385, 5400/29.07.2005) H. Eikamp

[Art.-Nr. 2.400, Zitat-Nr. 4.162] impr. eik.amp 2005

**Tipps zur Autovermietung und Unterkunft** sowie Info's zur **ärztlichen Betreuung** in **Gouves, Nordkreta**, ca. 18 km östlich von Iraklion



[www.kreta-info.de.vu](http://www.kreta-info.de.vu)



[www.tdsv.de/mariamar](http://www.tdsv.de/mariamar)



e-mail: [plung@otenet.gr](mailto:plung@otenet.gr)