



# Islandmoos-Apotheke

## Vielfältige Heilkraft für die Reise

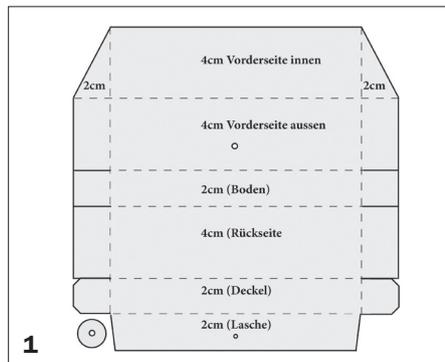
**Djamila Jaenike** • Das Islandmoos wächst auch in unseren Breiten. Es bildet dicke Flechtenpolster, dient als Futter für Tiere, früher auch als Streckmittel für Mehl, wird als vielfältiges Heilmittel genutzt und ist heute vielerorts geschützt. In dieser kleinen Apotheke kommt man aber mit winzigen Mengen aus, ob als Tee, Tinktur, Öl oder Salbe.

### Anforderung: ★ ★

#### Material

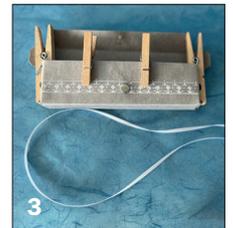
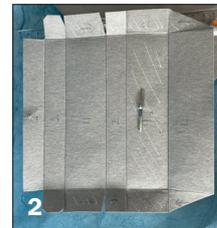
- SnapPap 18 x 18 cm oder Karton (ca. 0,6 mm), Schere, Leim, 1 Rundkopfklemmer, Lineal
- Wachsschnur oder Band (60 cm), Liner
- 20 g getrocknetes Islandmoos (*Cetraria islandica*) aus der Apotheke, etwas Thymiankraut
- 20 g Trinkalkohol, 50 g Mandelöl, 2 g Bienenwachs anhydrid, ätherisches Kamillenöl (römisch), Zucker, 4 Gläser und 1 Dose (10 ml)

1. Auf der Innenseite die Linien nach Plan aufzeichnen, einschneiden und die gestrichelten Linien mit der Scherenspitze nachziehen, damit sie sich besser falten lassen. Auf der Aussenseite ein Muster aufmalen.
2. Die Löcher für das Band und die Rundkopfklemmer ausstanzen und die Klemmer zusammen mit dem Kreis an der Vorderseite anbringen.
3. Falten, Seitenteile ineinanderstecken und verleimen, mit Klammern befestigen, bis es trocken ist. Die Schnur doppelt legen,



einen Knoten ans Ende machen, durch das Loch der Lasche ziehen, wiederum verknoten und den Rest seitlich nach aussen legen.

4. **Islandmoos-Tinktur:** 2 g Islandmoos mit 20 g Alkohol übergießen, 3 Tage stehen lassen, abseihen und in das Gläschen füllen.  
**Islandmoos-Öl:** 2 g Islandmoos mit 50 g Mandelöl übergießen, über dem Wasserbad erwärmen auf ca. 40 °C abkühlen und 3 Std. ziehen lassen, abseihen, 20 g für die Salbe beiseitestellen.  
**Islandmoos-Sirup:** 2 g Islandmoos mit 50 ml Wasser aufkochen. Ziehen lassen, abseihen. Mit 50 g Zucker aufkochen und in ausgekochte Gläschen füllen.



**Islandmoos-Salbe:** 2 g Bienenwachs im Wasserbad erwärmen, 20 g Islandmoos-Öl dazugeben, unter Rühren etwas abkühlen lassen, 3 Tropfen Kamillenöl zugeben und in die Dose füllen, nach dem Erkalten schliessen.

5. Für den Tee ein Gläschen mit Islandmoos füllen und alles beschriften. Das Islandmoos wirkt schleimlösend, magenstärkend und als Salbe hautberuhigend. Die vier Gläser und die Salbe sind in der kleinen Tasche gut geschützt.