

Fundierte Wissen über Wirkung und Anwendung von Heilkräutern

Was Sie lernen

Heilpflanzen lassen sich gut bei Alltagsbeschwerden einsetzen. Voraussetzung für einen verantwortungsbewussten Umgang ist es, die Möglichkeiten und auch die Grenzen zu kennen. In diesem Intensivkurs bieten wir Ihnen in sechs Praxis-Einheiten fachkundig fundiertes Hintergrundwissen für einen sicheren Einsatz.

Auf Kräuterspaziergängen lernen Sie die heimischen Heilpflanzen durch das Jahr hindurch kennen. Das praktische Arbeiten verschafft Sicherheit im Umgang mit den Pflanzen. Gemeinsam verarbeiten wir Heilpflanzen zu Teemischungen, Salben, Kräuterweinen und Tinkturen, die Sie in Ihre individuelle Hausapotheke integrieren können.

Die beiden Unterrichtstage beginnen immer mit einer Einführung in das Thema. Anschließend geht es um die jeweiligen Heilpflanzen und ihre Anwendungsmöglichkeiten. Je nach Jahreszeit sammeln wir die Heilpflanzen in Oberrieds schöner Umgebung.

Wichtig

Zu jedem Thema bekommen Sie ein Skript. Die Kosten für das Skript und die Praxismaterialien sowie die Verpflegung während des Seminars sind im Preis inbegriffen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Info

Die Blockseminare finden jeweils statt:
• Freitag 17 – 20 Uhr • Samstag 10 – 17 Uhr

Kosten

6 Blockseminare inklusive Praxismaterialien, Skript, und Verpflegung an den Kurstagen:
640 Euro
580 Euro für Mitglieder des Vereins Kräuterdorf Oberried

Seminarorte

Klosterscheune, Klosterplatz 3, 79254 Oberried
Bürgerhaus, Silberbergstraße, 79254 Oberried-Hofsgrund

TERMINE UND THEMEN

5. / 6. April 2019

Auf zu frischen Taten:

Niere, Rheuma, Frühjahrskuren

Referentin: Andrea Tellmann

Ort: Hofsgrund, Bürgerhaus, Bürgersaal

5. / 6. Juli 2019

Schönheit kommt von innen:

Haut und Wunden

Referentin: Michaela Girsch

Ort: Hofsgrund, Bürgerhaus, Bürgersaal

26. / 27. Juli 2019

Darm mit Charme, Magen ohne Plagen:

Verdauungswege

Referentin: Andrea Tellmann

Ort: Hofsgrund, Bürgerhaus, gr. Bürgersaal

18. / 19. Oktober 2019

Mit Schwung in den Alltag:

Herz-Kreislauf, Nervensystem, Elixiere

Referentin: Michaela Girsch

Ort: Hofsgrund, Bürgerhaus, gr. Bürgersaal

15. / 16. November 2019

Ingwer, Zimt und Co:

Heilkraft der Gewürze

Referentin: Andrea Tellmann

Ort: Oberried, Klosterscheune, Ratsstube

17. / 18. Januar 2020

Frei durchatmen: Atemwege

Referentin: Michaela Girsch

Ort: Oberried, Klosterscheune, Ratsstube

Anmeldung:

Barbara Odrich-Rees

kraeuterdorf-oberried@outlook.de

Telefon: 07602 / 338

Anmeldeschluss: 1. März 2019

Weitere Infos unter www.kraeuterdorf-oberried.de

Führungen



Kräutergarten Oberried

mit der Apothekerin Marie-Theres Schwarzmüller

TERMINE:

07. Juni 15.30 Uhr

21. Juni 15.30 Uhr

05. Juli 15.30 Uhr

19. Juli 15.30 Uhr

02. August 15.30 Uhr

16. August 15.30 Uhr

30. August 15.30 Uhr

Führungen für Gruppen sind auch nach Vereinbarung möglich.

Preis: 5 Euro / Kinder sind frei

Anmeldung: kraeuterdorf-oberried@outlook.de



Kräuter Erlebnis Pfad

Oberried-Hofsgrund

INFOS UND TERMINE:

www.kraeuter-erlebnis-pfad-oberried-hofsgrund.de

Veranstalter: Kräuterdorf Oberried e.V.

www.kraeuterdorf.oberried.de

Kräuterdorf Oberried e.V.

Kräuterwissen

Programm 2019

www.kraeuterdorf-oberried.de

Vorträge / Workshops

Freitag, 22. März

Frühlingskräuter zum Heilen und Genießen

Vortrag mit Bildern

Dieser Vortrag entführt uns mit eindrucksvollen Bildern von einem Spaziergang in die Welt der heimischen Wildkräuter. Neben wissenswerten Informationen über die Pflanzen erfahren wir, wie sie leicht für die Hausapotheke oder als gesunde kulinarische Bereicherung genutzt werden können. (Mit kleinem Snack.)

Referentin: Astrid Fiebig

Ort: Oberried, Klosterscheune, Ratsstube

Dauer: 19.30 – 21.00 Uhr

Kosten: 10 Euro

Keine Anmeldung erforderlich

Mittwoch, 24. April

Dem Bärlauch auf der Spur

Vortrag mit Verkostung

Der Bärlauch erfreut sich als Heil- und Gewürzpflanze zunehmender Beliebtheit. Ihn zu erkennen, von giftigen Doppelgängern zu unterscheiden und sammeln zu können, ist schwerpunktmäßiger Inhalt dieses Vortrags mit Führung im Oberrieder Kräutergarten. Darüber hinaus wird die Biologie, Heilkraft und Kulturgeschichte der Pflanze thematisiert. Sie genießen dazu frisches Bauernbrot mit Bärlauchpesto, nach der Rezeptur, die Sie im Anschluss erhalten können.

Referentin: Irmhild Haite-Voss

Teilnehmerzahl: maximal 10 Personen

Treffpunkt: Oberried, Gartenstube, Klosterscheune

Dauer: 16 – 18 Uhr

Kosten: 12 Euro (Kinder halber Preis)

Anmeldung: kraeuterdorf-oberried@outlook.de

Vorträge / Workshops

Freitag, 10. Mai

Den Atem des Waldes spüren

Yoga und Waldbaden / Termin 1

Beim Waldbaden sind wir ohne Ziel, ohne Bewertung, still, mit offenen Sinnen, neugierig und staunend, entspannt. Der Atem gibt den Takt und wir genießen einfach die lebendige Natur um uns herum, schulen unsere Wahrnehmung und entspannen auf einer tiefen Ebene. Achtsamkeitsbasierte Übungen unterstützen und vertiefen unser Erleben. Atem - und Körperübungen, sowie Meditation führen uns zurück in unser Innerstes. Waldbaden, das sind drei Stunden Auszeit vom Alltag und Eintauchen in die Wohlfühlatmosphäre des Waldes, um danach erfrischt und voller Energie und Tatkraft herauszutreten. (Mit kleinem Snack.)

Referentin: Gisela Schreiber

Teilnehmerzahl: maximal 15 Personen

Treffpunkt: Hofgrund, Bürgerhaus, Bürgersaal

Dauer: 17 – 20 Uhr

Kosten: 20 Euro

Anmeldung: kraeuterdorf-oberried@outlook.de

Donnerstag, 27. Juni

Vom Zaubertrank zur Tinktur

Vortrag mit Workshop

Nutzen Sie die Kräfte heimischer Pflanzen und lernen Sie die Grundlage der Heilkräuterverarbeitung für den Hausgebrauch. Schwerpunktmäßig konzentrieren wir uns auf die Herstellung von Tinkturen – bei vielen Pflanzen eine ideale Methode, um wertvolle Inhaltsstoffe zu gewinnen. Tinkturen haben eine relativ lange Haltbarkeit und sind verfügbar, wenn sie benötigt werden. Sie erstellen im Workshop selber eine Tinktur und können diese im Anschluss mitnehmen. Die Teilnahmegebühr beinhaltet das benötigte Material inkl. Pflanzen für alkoholische als auch alkoholfreie Tinkturen. (Mit kleinem Snack.)

Referentin: Irmhild Haite-Voss

Teilnehmerzahl: maximal 10 Personen

Dauer: 17 – 19 Uhr

Treffpunkt: Oberried, Gartenstube bei der Klosterscheune

Kosten: 12 Euro (Kinder halber Preis)

Anmeldung: kraeuterdorf-oberried@outlook.de

Vorträge / Workshops

Samstag, 14. September

Den Atem des Waldes spüren

Yoga und Waldbaden / Termin 2

Beim Waldbaden sind wir ohne Ziel, ohne Bewertung, still, mit offenen Sinnen, neugierig und staunend, entspannt. Der Atem gibt den Takt und wir genießen einfach die lebendige Natur um uns herum, schulen unsere Wahrnehmung und entspannen auf einer tiefen Ebene. Achtsamkeitsbasierte Übungen unterstützen und vertiefen unser Erleben. Atem - und Körperübungen, sowie Meditation führen uns zurück in unser Innerstes. Waldbaden, das sind drei Stunden Auszeit vom Alltag und Eintauchen in die Wohlfühlatmosphäre des Waldes, um danach erfrischt und voller Energie und Tatkraft herauszutreten. (Mit kleinem Snack.)

Referentin: Gisela Schreiber

Teilnehmerzahl: maximal 15 Personen

Treffpunkt: Hofgrund, Bürgerhaus, Bürgersaal

Dauer: 17-20 Uhr

Kosten: 20 Euro

Anmeldung: kraeuterdorf-oberried@outlook.de

Dienstag, 1. Oktober

Rosmarin statt Kaffee?

Vortrag im Rahmen der Alemannischen Woche

Rosmarin überzeugt seit dem Altertum als Heil- und Gewürzpflanze. Was macht ihn so spannend? Wieso macht er hellwach, warum gibt er Energie, fördert die Konzentration und die Kreislauf-tätigkeit? In dem Vortrag erfahren Sie von der Heilkraft, Wirkungsweise und Kulturgeschichte der Pflanze. Sie erstellen im Workshop selber ein Produkt mit Rosmarin und können dieses im Anschluss mitnehmen. Die Teilnahmegebühr beinhaltet das benötigte Material und eine kleine Verköstigung. (Bitte beachten Sie wegen des Termins den aktuellen Flyer der Alemannischen Woche!)

Referentin: Irmhild Haite – Voss

Teilnehmerzahl: maximal 10 Personen Dauer: 17 - 19 Uhr

Treffpunkt: Oberried, Gartenstube bei der Klosterscheune

Kosten: 12 Euro (Kinder halber Preis)

Anmeldung: kraeuterdorf-oberried@outlook.de



Fr. 16. August · 11 – 18 Uhr · Klosterschiere Oberried Kräuter- und Bauernmarkt



11 UHR ERÖFFNUNG:

Begrüßung durch Martha Riesterer,
1. Vorsitzende des Vereins
Kräuterdorf Oberried

GENIESSEN:

Kulinarisches aus der Kräuterküche,
Kräutertees, Kaffee und Kuchen und
vieles mehr

KRÄUTER- & BAUERNMARKT:

Kräuterkäse, Kräuterwurst, und
andere Kräuterspezialitäten,
Honig, Früchte, Pflanzenmarkt,
Bauernbrot, Gemüse, Säfte,
Salben, Seifen, Körbe,
und vieles mehr

AKTIONEN:

Kräuterbüschel binden,
Körbe flechten,
Kräuterkissen nähen

KINDER-PROGRAMM

FÜHRUNGEN
DURCH DEN KRÄUTERGARTEN

