

## Vorläufige Termine der Kräuterwerkstatt Juli bis Dezember 2022

Alle Termine sind nur mit Voranmeldung (bis 1 Woche vor Kursbeginn) möglich und verbindlich.  
Weitere Informationen bei Petra Kramer in der Kräuterwerkstatt, 64319 Pfungstadt, Pfarrgasse 22.  
Tel.: 06157-2231 oder [www.diekraeuterwerkstatt.de](http://www.diekraeuterwerkstatt.de).

### Grünes Leben

Führung (2-3 Stunden) im Lehr- und Versuchsgarten der Kräuterwerkstatt. Im Rhythmus der Jahreszeiten mit dem jeweiligen saisonalen Pflanzenbestand stellen sich viele Pflanzenpersönlichkeiten vor:

- wild und frei
- heilsam und stärkend
- würzig und schmackhaft
- geheimnisvoll und magisch

Einheimische, regional vorkommende, mediterrane und außergewöhnliche Pflanzen erkennen lernen und etwas über den Einsatz in der Küche oder den Medizinschrank erfahren.

Samstag	16. Juli	ab 16.00 Uhr
Donnerstag	11. August	ab 17.00 Uhr
Montag	22. August	ab 17.00 Uhr
Dienstag	13. September	ab 16.00 Uhr

Kosten: 20 € pro Person  
Treffpunkt: im Lehr- und Versuchsgarten der Kräuterwerkstatt

### Donnerstag, 7. Juli - Workshop: Oxymel – die Heilkraft des Sauerhonigs

Oxymel ist seit Jahrhunderten Bestandteil unserer Heilkultur. Leider ist es in Vergessenheit geraten. So einfach wie er in der Herstellung und in der individuellen Zusammensetzung ist, so einfach ist er in der Handhabung. Oxymels können als wohlschmeckende Küchenzutat zur Gesunderhaltung oder als Heilmittel eingesetzt werden.

Uhrzeit: 16.00 – 18.30 Uhr  
Kosten: 35 € pro Person; Beinhaltet 1 Glas feinsten Imkerhonig, 1 Flasche Bio Apfelessig und Script.  
Bitte kleine Gefäße mitbringen.  
Treffpunkt: im Lehr- und Versuchsgarten der Kräuterwerkstatt

### Donnerstag, 14. Juli - Workshop: Kräuterlimonaden selbst gemacht

Viele Kräuter aus dem Garten, der freien Natur, Kübel oder auch von der Fensterbank ergeben mit wenigen Handgriffen und Zutaten leckere Erfrischungsgetränke. Abwechslungsreiche, kostengünstige und gesündere Alternative zu den käuflichen Softdrinks. Ob aus Ananasminze, Zitronenverbene, Lindenblüten, Schafgarbe, Labkraut, es ist für jeden Geschmack was dabei. Hat man genug frische Kräuter, kann man daraus auch Vorräte in Form von Sirup herstellen. Hier erfahrt ihr alles, was ihr darüber wissen müsst.

Uhrzeit: 16.00 – 18.30 Uhr  
Kosten: 25 € pro Person  
Treffpunkt: im Lehr- und Versuchsgarten der Kräuterwerkstatt

### Donnerstag, 21. Juli - Grünes Gestalten

Eintauchen in verschiedene Themengebiete des alternativen Gartenbaus.

- ökologische Zusammenhänge
- natürlicher Anbau von Würz- und Heilpflanzen für den Eigenbedarf
- Elemente der Permakultur
- kleine Kompostwirtschaft: das Gold des Gärtners
- Ansetzen und einsetzen von Pflanzenbrühen zur Stärkung des Pflanzenbestandes und zur Abwehr von Fraßfeinden

Uhrzeit: 17.00 – ca. 19.00 Uhr  
Kosten: 30 € pro Person, Ausführliches Script inbegriffen.  
Treffpunkt: im Lehr- und Versuchsgarten der Kräuterwerkstatt

## Kräuterwerkstatt Petra Kramer, Pfungstadt – Kurse 07-12/2022

### Montag 8 August - Alltagsblessuren lindern mit Hausmitteln aus dem Pflanzenreich

Kleine Wunden, blaue Flecken, kalte Füße, Kopfschmerzen und viele andere Alltagswehwehchen mit Kräutern lindern. Warum auch mit Kanonen auf Spatzen schießen....

Uhrzeit: 17.00 – 19.00 Uhr  
Kosten: 20 € pro Person  
Treffpunkt: im Lehr- und Versuchsgarten der Kräuterwerkstatt

### Dienstag, 16. August - Die Welt der Ritualpflanzen

Besuch im Schamanengarten der Kräuterwerkstatt zum Eintauchen in die Welt der geistbewegenden Pflanzen, zur Inspiration und Stimulation der Sinne.

Jede Kultur hat ihre eigenen „Zauberpflanzen“ die helfen sollen einen sakralen Raum zu schaffen oder Raum- und Körperenergien in den richtigen Fluß und Harmonie zu bringen. Durch das Verbinden mit diesen wunderbaren Gewächsen die in den jeweiligen Kulturen als beseelt gelten, zum Teil als Pflanzendivas oder auch Götterboten genannt, sollen Heilungsprozesse in Gang gebracht werden können und eine (Rück-) Verbindung mit Mutter Erde möglich sein.

Seit Urzeiten werden Pflanzen von Menschen auf der ganzen Erde rituell verwendet und schamanisch genutzt. Sei es zum Türen öffnen zur Innenschau, Energieharmonisierung oder Verstärkung der feinstofflichen Wahrnehmung. Es werden einheimische Pflanzen vorgestellt in Mythen und Tatsachen, sowie Pflanzen aus verschiedenen Erdteilen.

Auch medizinisch gesehen haben uns diese Pflanzen einiges zu bieten. **Nur die Menge macht das es ein Gift sei!** Allerdings dient dieser kleine Exkurs nicht zur Anstiftung zum Konsum dieser Pflanzen zur Berauschung!

Uhrzeit: 18.00 - ca.20.30 Uhr  
Kosten: 20 € pro Person  
Treffpunkt: Im Lehr- und Versuchsgarten der Kräuterwerkstatt

### Donnerstag, 25. August - Praktische Übungen mit der Einhandrute

Die Einhandrute als radiästhetisches Instrument verstehen und anwenden. Hilfestellung im Alltag zum Austesten von Lebensmitteln u.s.w.

Uhrzeit: 19.00 - ca. 21.30 Uhr  
Kosten: 25 € pro Person  
Treffpunkt: Kräuterwerkstatt

### Dienstag, 30. August - Die Hauskäseerei

Die Grundlagen der Käseherstellung vom Quark zum Käse und halbfesten Schnittkäse. Vortrag mit Vorführung und Verkostung von schon vorbereiteten Käsevariationen. Aus technischen Gründen kann an diesem Abend nur eine Käsesorte vollständig hergestellt werden. Mit Anleitung für zu Hause.

Uhrzeit: 19.00 - 21:30 Uhr  
Kosten: 30 € pro Person  
Treffpunkt: Kräuterwerkstatt  
Leitung: Iris Strehlow

Voranmeldung bis eine Woche vor Kursbeginn in der Kräuterwerkstatt oder direkt bei Iris Strehlow unter 06152-858616,

## Kräuterwerkstatt Petra Kramer, Pfungstadt – Kurse 07-12/2022

### Donnerstag 8. September – Workshop Senf- Heilmittel und Würze

Alles Wissenswerte über die Pflanze, ihre Inhaltsstoffe und Heilkräfte sowie deren Verarbeitung zu lukullischen Spezereien. Jeder darf „seinen“ Senf mit nach Hause nehmen. Es werden drei verschiedene Sorten, passend zur Jahreszeit hergestellt. Zur Bereicherung der heimischen Tafel, Geschenkidee oder individuelles Mitbringsel. Viele Rezeptideen mit Anleitung.

Uhrzeit: 18.30 - 20.30 Uhr  
Kosten: 30 € pro Person mit Skript  
Treffpunkt: Kräuterwerkstatt

### Samstag 1. Oktober - Feuer brenne - Kessel glühe! Kleines Erntedankfest im Garten

Kleiner Rundgang im Garten, einsammeln der Früchte und Kräuter zum Kochen im Kessel und verteilen von rituellen Dankesgaben an Mutter Natur.

Geselliges Beisammensein mit dem frisch zubereiteten Eintopf und Getränke je nach Wetterlage am kleinen Feuer. Iris wird uns dabei mit ihren Erzählungen die Seele nähren.

Uhrzeit: ab 17.00 Uhr  
Kosten: 20 € pro Person  
Treffpunkt: Im Lehr- und Versuchsgarten der Kräuterwerkstatt

### Montag 24. Oktober - Balsame aus eigener Herstellung

Balsame für Schönheit und Gesundheit selbst herstellen aus reinsten Zutaten der Natur. Duftendes Bienenwachs, feinste Öle, Kräuter, Blüten und ätherische Öle. Die selbst hergestellten Balsame dürfen mit nach Hause genommen werden.

Uhrzeit: 17.00 - 19.30 Uhr  
Kosten: 30 € pro Person  
Treffpunkt: Kräuterwerkstatt

### Dienstag 6. Dezember - Nikolausmarkt von 17.00 – 20.00 Uhr

Schönes, Leckeres und Nützlich für die Adventszeit und das Weihnachtsfest bei Plätzchen und Punsch. Einiges schon fertig zusammengestellt, verpackt oder auch in Sondereditionen. Hier kann man nicht nur Geschenke für Andere finden sondern auch sich selbst für die kalte Jahreszeit Gutes tun.



Eventuell werden weitere Termine für Kräuterführungen nach gereicht; bitte ab August nochmal informieren.

### Öffnungszeiten:

	März bis Oktober	November bis Februar
Donnerstag	10.00 – 13.00 Uhr	10.00 – 13.00 Uhr      16.00 – 19.00 Uhr
Freitag	10.00 – 13.00 Uhr      16.00 – 19.00 Uhr	10.00 – 13.00 Uhr      16.00 – 19.00 Uhr
Samstag	10.00 – 13.00 Uhr	10.00 – 13.00 Uhr