

Wir werden von der Natur reich beschenkt. Mit gesunden und wunderbar aromatischen Genussmitteln, kraftvollen Heilmitteln und selbstgemachten Wellnessprodukten holen wir uns die geballte Kraft aus dem Wald. Ohne lange Transportwege, ohne Verpackungsmüll, regional und saisonal haben unsere essbaren Wild- und Heilpflanzen eine Qualität, die es nirgends zu kaufen gibt.



©Barbara Dancs



©Barbara Dancs

TERMINE 2021

Freitag, 26. März 2021

1. Die Kraft der frischen Frühlings-Wildkräuter

Dieser Spaziergang ist besonders für **Einsteiger** geeignet: Die Natur erwacht und die Zahl der Kräuter ist noch überschaubar. Wir entdecken, erkennen und nutzen Wald- und Wiesenkräuter. Jede Pflanze wird unter verschiedenen Gesichtspunkten vorgestellt: Essbarkeit, Gesundheit und kosmetische Anwendungen.

Freitag, 16. April 2021

2. Die Kraft der Knospen und Blätter von Bäumen und Sträuchern

Im Frühling schlagen die Bäume kräftig aus, ein Schmaus für die Augen und den Gaumen. Denn Baumblätter haben einen sehr typischen, einmaligen Geschmack. Man kann sie nur für eine kurze Zeit im Jahr genießen. Wir wollen sie unter kulinarischen und gesundheitlichen Aspekten verarbeiten und probieren.

Freitag, 21. Mai 2021

3. Ein Kraftwerk der Natur: Brennnessel, Giersch & Co.

Wildkräuter, die auch gern „Gartenunkräuter“ genannt werden, sind eine leckere und gesunde Alternative zu Kulturpflanzen und können die regionale Küche bereichern. An diesem Termin wollen wir essbare Wildkräuter sammeln, gemeinsam Rezepte ausprobieren und sie verkosten.

Freitag, 25. Juni 2021

4. HeilKraft und Schönheit durch wilde Pflanzen

Naturkosmetik und natürliche Heilmittel selbst herstellen ist nicht schwer und macht Spaß. Wir werden lernen, heimische Heilpflanzen sicher zu bestimmen, um dann mit vorher angesetzten Kräuterölen und Tinkturen Salben, Deos oder Düfte herzustellen, die von allen Teilnehmenden in kleinen, unterschiedlichen Proben mitgenommen werden können.

Freitag, 03. September 2021

5. NaturKraft in Wasch- und Putzmitteln

Es gibt viele Möglichkeiten, die Umwelt mit pflanzlichen Mitteln zu entlasten. Viele Pflanzen enthalten die dafür nötigen Substanzen. Aus Kastanien, Efeu oder Apfelsinenschalen lassen sich etwa ganz einfach Wasch- und Putzmittel herstellen, die dann in kleinen Proben mitgenommen werden können.

Freitag, 08. Oktober 2021

6. WurzelKraft und Beerenstärke

Was die Natur uns zu bieten hat, nutzen wir, um gemeinsam etwas zu Heil- oder kulinarischen Zwecken herzustellen, z. B. eine Wildbeerenmarmelade oder Nelkenwurzinktur . . . Wir werden uns nach der Natur richten! Am letzten Termin fassen wir das Gelernte zusammen und es wird Raum für offene Fragen geben.



©Barbara Dancs

Kursinformationen

- **Zeit:** 18:00 - 20:00 Uhr
- **Ort:** Bürgermeister-Papen-Str. 17 d, Goslar
- **Kurskosten:** 120 €, inkl. aller benötigten Materialien
- **Hinweis:** Sollte ein Termin nicht wahrgenommen werden können, kann stattdessen eine andere Person teilnehmen.

Anmeldung bei:

Barbara Dancs
 Zertifizierte Waldpädagogin
 Bergwiesenführerin
 Kursleiterin für Waldbaden-Achtsamkeit im Wald
 Tel.: 05321 398810
info@waldfee-harz.de
www.waldfee-harz.de



Möchten Sie mehr über die Kraft unserer heimischen Pflanzen wissen?

in diesem Kurs treffen Sie sich in sechs Kräutermontaten mit Gleichgesinnten, um die Nutzung unserer kraftvollen wildwachsenden Pflanzen kennenzulernen und selbst praktisch auszuprobieren.

Dem Jahreslauf entsprechend steht jeweils ein Pflanzen-Thema im Mittelpunkt: Frühlings-Wildkräuter, Knospen und Blätter, essbare Wildkräuter, Heilkraft und Schönheit, Wasch- und Putzmittel, Wurzeln und Früchte.

Ich freue mich auf Sie!

©Barbara Dancs



In Zusammenarbeit mit den
 Niedersächsischen Landesforsten –
 Waldpädagogikzentrum Harz



Wildkräuter- und HeilpflanzenKraftwerk 2021



©Barbara Dancs

Ein Jahreskurs mit sechs Terminen

- ❖ Wildkräuter, Bäume und Heilpflanzen sicher bestimmen
- ❖ Leckere Rezepte ausprobieren
- ❖ Kräuteröle, Tinkturen und Salben herstellen
- ❖ Cremes, Deos oder Peelings ausprobieren
- ❖ Natürliche Wasch- und Putzmittel selber machen