

Veranstaltungen 2018

Winterlicher Bratapfelbrunch

Ich lade ein, zu einem gemütlichen Zusammensein mit aromatischen Bratapfelkreationen. Blini mit Bratapfelmarmelade, Bratapfelsüppchen, Bratapfelschmalz, Bratapfeleis, ... Am offenen Feuer in unserem Kräutergarten genießen wir unseren Bratapfelpunsch.

**Sonntag, den 21.01. um 10.00 Uhr bis ca. 14.00 Uhr
in der Roßstraße 23
17,50 Euro pro Person
nur mit Voranmeldung und Vorkasse**

Wildkräuter im Winter nutzen

Auch im Winter gibt es Wildkräuter, die wir sammeln und nutzen können. Brunnenkresse, Löwenzahn, Gänseblümchen, Schafgarbe und Co. lugen zart aus der winterlichen Erde. Lassen Sie sich auf einer winterlichen Kräuterwanderung davon überraschen

**Sonntag, 04.02. um 14.00 Uhr bis ca. 16.00 Uhr
10 Euro pro Kräuterfan
Treffpunkt: meine Praxis in der Roßstraße 23**

Heilsames vom Bienenvolk für unseren Alltag

Dass Honig nicht nur lecker ist, sondern heilende Eigenschaften hat, wissen viele. Doch wie konkret Honig angewendet werden kann, ist zumeist nicht so bekannt. Das wundervolle Naturantibiotikum Propolis kennen auch viele Menschen nicht.

Imker Alexander Zeuch und Heilpraktikerin Heike Tetzl-Glößner stellen die verschiedenen Bienenprodukte mit ihren vielfältigen heilenden Anwendungsmöglichkeiten vor. Besonders interessant werden Stocklufttherapie, Propolisverdampfer und Honigmassage sein.

**Sonntag, 25.02. um 15.00 Uhr bis ca. 17.30 Uhr im Stadtmuseum Kahla
Eintritt 4,50 Euro, Voranmeldung bei:
Hofcafe Stadtmuseum Kahla, Margarethenstraße 7/8, Tel. 0163 6404740
Naturheilpraxis Kahla, Roßstraße 23, Tel. 036424/76773**

Vom vollen Korn zum eigenen Brot Brotbackseminar mit Silke Grieger

Immer mehr Menschen leiden unter Glutenunverträglichkeit oder Weizensensitivität. Die meisten Brote im Handel werden mit überzüchteten Getreide ohne große Reifezeit zu bereitet.

In unserem Brotbackkurs wird gelernt, wie ein gut verträgliches Sauerteigbrot ohne Hefe und Zucker gebacken wird, stellen Brötchen „Gewürzschleifen“ und Französisches Fougasse her, die mit Süppchen und verschiedenen Aufstrichen gleich gekostet werden.

Dazu gibt es jede Menge Wissen rund um Getreide und Glutene.

Neben dem eigenen gebackenen Brot nimmt jeder einen Sauerteig für künftige zu Hause zu bereitere Brote mit.

Am Samstag, den 03.03. von 10.00 bis 16.00 Uhr

**Preis: 115 Euro pro Person; max. 6 Personen Teilnehmerzahl, nur mit Anmeldung
nur mit Voranmeldung und Vorkasse**

Frühlingskräuterwanderung

Milzkraut, Scharbockskraut, Löwenzahn, Huflattich – Kräuter vor allem mit viel Vitamin C und Bitterstoffen, mit denen uns Mutter Natur nach dem Winter neue Kräfte geben will und als Tee, Salat, Süppchen von uns genutzt werden können. Wir schauen, was die Natur uns schon bietet, z.Bsp. auch Knospen von Bäumen und Sträuchern, aus denen kraftvolle Tinkturen hergestellt werden können.

Sonntag, 29.04. 10.00 bis ca. 14.00 Uhr 20 Euro pro Kräuterfan

Kräutergarten zur Maiblüte

Workshop „Grüne Küche im Mai“ mit Übernachtung unter freiem Himmel im Kräutergarten

Ein ganz entspanntes Seminar in unserem Kräutergarten. Wir tauchen ein in die Welt der Wild- und Gartenkräuter, lernen essbare Blüten kennen und bereiten daraus kleine Gerichte, die wir unter dem Kirschbaum genießen. Abends gibt es Kräutersüppchen am Lagerfeuer und Stockbrot. Wer möchte, kann im Garten unter freiem Himmel übernachten und ein stimmungsvolles Frühstück genießen.

Samstag, 26.05., ab 10.30 Uhr

**115 Euro Workshop mit Übernachtung, 85 Euro nur Workshop pro Person, max. 10 Personen
nur mit Voranmeldung und Vorkasse**

Veranstaltung findet nicht bei Regen statt

Einige Schlafsäcke und Isomatten können gestellt werden

Basentage

Workshop zur basischen Ernährung

Stoffwechselblockaden lösen, Gewebe entlasten und abnehmen, nicht mehr so schnell müde und geschafft sein – das klappt mit basischer Ernährung. Wenn man weiß wie, ist das auch noch ein Gaumenschmaus und macht satt.

Während unserer Basentage lernen Sie nicht nur basische Lebensmittel aus dem Laden kennen, sondern welche Wild- und Gartenkräuter sowie Gewürze Sie verwenden können. Ganz praktisch bereiten wir uns gemeinsam Frühstück, Mittag und Abendbrot zu und backen Kuchen. Wir gehen einkaufen, so daß Sie wissen, wo ist was zu finden.

Wir machen Kräuterwanderungen oder sammeln gleich Kräuter im Garten. Dazu gibt es jede Menge Infos rund um unterstützende Maßnahmen zu Entgiftung und Entsäuern. Mit verschiedenen meditativen Anwendungen und aromatischen Räucherungen „entsäuern“ wir Psyche und Seele vom Alltagsmüll.

Termin: 02.06. bis 06.06.2018

Zeit: 08.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Preis pro Person: 620 Euro

nur mit Voranmeldung und Vorkasse

Mindestteilnehmer 4, maximale Teilnehmerzahl 10

Übernachtungsmöglichkeiten in unserer Ferienwohnung: www.fewo-kraeutergarten.de

Kräuterwanderung zur ersten Kräuterweihe

Der Johannistag gilt als der Sammeltag für das Johanniskraut. Zu dieser Zeit haben viele Kräuter den höchsten Wirkstoffgehalt und die größte Heilwirkung. Wir lernen wichtige Heilkräuter kennen, basteln einen Kräuterstab und nehmen Kräuter mit für eine Heiltinktur.

Sonntag, 24.06. 10.00 bis ca. 14.00 Uhr 22 Euro pro Kräuterfan
Treffpunkt vor meiner Praxis

Weibertrekking auf dem Grünen Band

Ein Erlebnis der besonderen Art für weibliche Naturfreunde. Wir fahren mit dem Zug bis Probstzella. Von dort wandern wir auf der ehemaligen deutsch-deutschen Grenze entlang. Schlafen und Essen unter freiem Himmel. Orientieren uns mit Karte und Kompass. Trinken klares Quellwasser und Tee aus gesammelten Kräutern. Machen uns ein Pilzsüppchen. Und lernen, mit Feuerstein und Naturmaterialien Feuer zu machen.

Start: Freitag, 31.08. irgendwann am Vormittag
bis Sonntag, 02.09. irgendwann am Nachmittag
295 Euro pro Person
nur mit Voranmeldung und Vorkasse

Herbstliche Wildfrüchte und Sämereien

Spätsommer und Herbst sind die Sammelsaison für Wildfrüchte, Samen und Wurzeln. Begleiten Sie mich auf einer Kräuterwanderung dieser speziellen Art am Tag des Mabon-Jahreskreisfestes.

Sonntag, 23.09. 10.00 bis ca. 14.00 Uhr 22 Euro pro Kräuterfan
Treffpunkt wird noch bekannt gegeben

Kräuterwanderung zur ersten Kräuterweihe

Der Johannistag gilt als der Sammeltag für das Johanniskraut. Zu dieser Zeit haben viele Kräuter den höchsten Wirkstoffgehalt und die größte Heilwirkung. Wir lernen wichtige Heilkräuter kennen, basteln einen Kräuterstab und nehmen Kräuter mit für eine Heiltinktur.

Sonntag, 24.06. 10.00 bis ca. 14.00 Uhr 22 Euro pro Kräuterfan
Treffpunkt vor meiner Praxis

15jähriges Jubiläum meiner Naturheilpraxis

Die Treue und das Vertrauen meiner Patienten hat mich 15 Jahre in Kahla als Heilpraktikerin tätig sein lassen. Ich lade Sie ein, zu ein paar entspannten Stunden in unseren herbstlichen Kräutergarten mit kleinen kräutrigen Snacks und Getränken.

Sonntag, 07.10. , um 14.00 bis ca. 17.00 Uhr