

Ganzheitliches Heil- und Wildkräuterwissen

Veranstaltungen 2026

TERMIN	THEMA	TREFFPUNKT	€ je Teilnehmer
SA: 18. April 14:00 bis ca. 16:30 Uhr	Erstes kraftvolles Grün, mit Kaffee und Kuchen Bei dieser Wildkräuterführung werden Sie die Schätze u. Kraftquellen vom Wegesrand kennenlernen, mit wertvollen Tipps und Kostproben. Findet auf dem Abteigelände statt. Im Anschluss Austausch bei Kaffee und Kuchen.	Kirschchletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	25.-€
SA: 25. April 13:30 – ca. 17:00 Uhr	Leuchtendes Gold trifft Bärlauch (Workshop) Diese Superstars der Wildkräuter mit allen Sinnen kennen und genießen lernen. Gemeinsames Kräuter sammeln um im Anschluss Köstlichkeiten u.a. einen Löwenzahnblüten-“honig“ u. mehr aus dem leuchtenden Gold zu zaubern.	Kirschchletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	37.-€
SA: 09. Mai 14:00 – ca. 16:30 Uhr	Klosterkräuter – Führung mit Kaffee und Kuchen Einladung in das einzigartige Ambiente des Klostergartens. Die besondere Kräutervielfalt ist sowohl als grüne Apotheke als auch kulinarisch sehr wertvoll. Viele Informationen über ihre Wirkung und Verwendung. Inkl. Kaffee und Kuchen.	Kirschchletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	25.-€
SA: 23. Mai 14:00 bis ca.17:30Uhr	Hildegard v. Bingen Kräuter und ganzheitlicher Ansatz, die Kräuter mit den Sinnen erfassen, dazu ihre Ver- u. Anwendung, gleichzeitig wie verschaffe ich mir Wohlbefinden nach dem ganzheitlichen Ansatz. Inkl. Kaffee und Kuchen.	Kirschchletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	37.-€
19. - 21. Juni Lichtzelt	Essbare Wildkräuter/pflanzen Lichtzelt – Friedenstage, Veranstaltung auf der Jahnwiese / Bamberg, näheres entnehmen Sie bitte dem Programm oder (www.lichtzeltimhain.de)	Jahnwiese am Wehr, Bamberg	
SA: 04. Juli 14:00 – 17:00 Uhr	Johanni- und Sommerkräuter Führung/Workshop Die Zeit der Sommer-Sonnwende lässt wertvolle Licht- und Sonnenpflanzen blühen. Auf dieser Exkursion werden wir Blätter und Blüten sammeln und daraus einen heilsamen Schatz für ihre Hausapotheke herstellen. Inkl. Materialkosten, Kaffee u. Kuchen.	Kirschchletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	32.-€
FR: 14. August 16:30 – ca. 19:30 Uhr	Wurzbüschel-Strauß binden und Lichterprozession Infos zu d.Wurzbüschelkräutern für den Strauß zu Maria Himmelfahrt und binden eines Kräuterstraußes. Zum Abschluss besteht die Möglichkeit gemeinsam an einer Lichterprozession teilzunehmen. Mit kleiner Kräutermahlzeit.	Kirschchletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	37.-€
SA: 19. September 13:30 – ca. 16:30 Uhr	Wilde Herbstfrüchte, Kräuter, Samen mit viel Vit. C Exkursion in einer farbenfrohen Jahreszeit zum entdecken wilder Früchtchen und vieles mehr. Mit Kaffee und Kuchen. Inkl. Kostproben, Kaffee u. Kuchen.	Kirschchletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	25.-€

SA: 3. Oktober 13:30 – ca. 18:30 Uhr	Herbstliches Wildkräuterkochen m. kleiner Exkursion Zuerst entdecken und sammeln wir saisonale Wildkräuter, um daraus im Anschluss ein herzhaftes Mehr-Gänge-Menü in fröhlicher Runde herzustellen. Inkl. aller Materialien.	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	57.-€
SA: 07. November 13:30 – ca. 17:00 Uhr	Naturkräfte für den Winter Mit heilkräftigen Kräuterschätzen das Immunsystem stärken, aktiviere Deine Selbstheilungskräfte mit entsprechender Einstimmung auf Körper, Geist und Seele, mit Atemübungen und Bewegung. Inklusive Kaffee und Kuchen	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	34.-€
SA: 12. Dezember 14:00 – ca. 19:00 Uhr	Die Bedeutung der Rauhnächte Wegweisende Info über die Bedeutung der Wintersonnwende und dem gleichzeitigen Beginn der Rauhnächte. Einstimmung und Vorbereitung auf den Jahreswechsel, um die Tage „zwischen den Jahren“ bewusster leben und zu genießen. Inkl. Kaffee, Kuchen	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	39.-€

Für alle Angebote gilt:

Eine Anmeldung ist immer erforderlich per Telefon oder E-mail. Für einige Veranstaltungen ist die Teilnehmerzahl begrenzt, deshalb bitte ich um rechtzeitige Anmeldung.

Bei Rücktritt ab 3 Tage vor Beginn wird die Kursgebühr fällig, außer es wird ein Ersatzteilnehmer gestellt.

Auf Anfrage können gerne noch Termine vereinbart werden.

Gartenbegehungen sind möglich, um in Ihrem eigenen Garten die Kräuter (vermeintliche Unkräuter) und Wildpflanzen bewusst wahrnehmen, erkennen und nutzen zu können.

Jeder Teilnehmer handelt auf eigene Verantwortung, es kann keine Haftung für Personen oder Sachschäden übernommen werden.

NEU: Jetzt auch Ausbildung zum zertifizierten ganzheitlichen Heil- und Wildkräuterexperten :-)

Kontakt und Anmeldung:

Christine Helmrich, Tel.: 0951 18 50 70 82, E-mail: christinehelmrich@gmx.de oder

M. Mechthild Thürmer OSB, Tel: 09547 9223 33, E-mail: abtei@abtei-maria-frieden.de

KräuterFaszination

Ganzheitliche Heil- und Wildkräuterkunde

Christine Helmrich

zertifizierte Heil- und Wildkräuterexpertin

Mentaltrainerin (a. PTB)

Meedensdorfer Straße 8a

96117 Memmelsdorf

Tel: 0951 18 50 70 82