

Ganzheitliches Heil- und Wildkräuterwissen

Veranstaltungen 2024

TERMIN	THEMA	TREFFPUNKT	€ je Teilnehmer
DI: 26. März 2024 16:30 bis ca. 19 Uhr	Gründonnerstagsuppe: „Die Neunstärke“ Ob wir schon die nötigen 9 Kräuter für die traditionelle Suppe finden? Zuerst kleine Exkursion und danach gemeinsame Zubereitung der Suppe. Inkl. Suppe u. Brot.	Kirchsletten 27, Pilgerheim der Abtei Maria Frieden 96199 Zapfendorf	29.-€
SA: 13. 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.	Kirchsletten 27, Abtei Maria Frieden 96199 Zapfendorf	22.-€
SA: 20. April 14:00 bis ca. 16.30 Uhr	Leuchtendes Gold, Wildkräuterführung Gerade jetzt ist es möglich kraftspendende Wildkräuter zu begegnen, kennenlernen um unter anderen kulinarisch den Speiseplan aufzuwerten.	Pünzendorfer Tal, genauen Treffpunkt erfahren Sie bei der Anmeldung	15.-€
SA: 27. April 14:00 bis ca. 18:00 Uhr	Löwenzahnfrühlingserwachen (Workshop) Diesen Superstar der Wildkräuter mit allen Sinnen kennen und genießen lernen. Gemeinsames Kräuter sammeln um im Anschluss Köstlichkeiten aus dem leuchtenden Gold zaubern.	Kirchsletten 27, Pilgerheim der Abtei Maria Frieden 96199 Zapfendorf	34.-€
SA: 11. Mai 14:00 – ca.16:30Uhr	Klosterkräuter – Führung mit Kaffee und Kuchen Einladung in das einzigartige Ambiente des Klostersgartens. Die besondere Kräutervielfalt ist sowohl als grüne Apotheke als auch kulinarisch sehr wertvoll. Viele Informationen über ihre Wirkung und Verwendung. Inkl. Kaffee und Kuchen.	Kirchsletten 27, Abtei Maria Frieden 96199 Zapfendorf	22.-€
SA: 18. Mai 14:00 bis ca. 17:30 Uhr	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. Inklusive Kaffee und Kuchen	Kirchsletten 27, Abtei Maria Frieden 96199 Zapfendorf	39.-€
SA: 8. Juni 14:00 bis ca. 16:30 Uhr	Klosterkräuter – Führung mit Kaffee und Kuchen Einladung in das einzigartige Ambiente des Klostersgartens. Die besondere Kräutervielfalt ist sowohl als grüne Apotheke als auch kulinarisch sehr wertvoll. Viele Informationen über ihre Wirkung und Verwendung. Inkl. Kaffee und Kuchen.	Kirchsletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	22.-€
SA: 15. Juni 14:00 bis ca. 17:30 Uhr	Die Kraft der Natur zum Auftanken nutzen Auszeit zum Ankommen bei sich, ist in unseren schnell lebigen Zeit so wertvoll und wohltuend um im Beruf/Privatleben seinen „Mann/Frau“ zu stehen .Inne halten und Kraftquellen erfahren. Inkl. Kaffee u. Kuchen	Kirchsletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	39.-€
21. - 23. 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: 13 Juli 14:00 – ca. 19:00 Uhr	Wildkräuterkoche mit kleiner Exkursion Zuerst entdecken und sammeln wir saisonale Wildkräuter, um daraus im Anschluss ein herzhaftes Mehr-Gänge-Menü in fröhlicher Runde zu zubereiten. (Inkl. aller Materialien).	Kirchsletten 27, Pilgerheim der Abtei Maria Frieden 96199 Zapfendorf	54.-€
SA: 20. Juli 10:00 – ca. 17:00 Uhr	Ein Tag für Dich - Tagesseminar Du bist der Mittelpunkt Deines Lebens, bewusster und achtsamer Umgang mit Dir selbst. Für Alle mit dem Willen zur Entfaltung. (Jedesmal ein anderes Thema) Inkl. Mittagessen, mit Kaffee und Kuchen.	Kirchsletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	112.-€
SA: 14. August 10:00 bis ca.12:30 Uhr	Wurzbüschelkräuter – mit binden eines Straußes Infos zu d.Wurzbüschelkräutern für den Strauß zu Maria Himmelfahrt und binden eines Kräuterstraußes Inkl. aller Materialien	Kirchsletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	29.-€
SA: 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	Kirchsletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	29.-€

	teilzunehmen.		
SA: 14. September 13:30 – ca. 16:30 Uhr	Die ersten Herbstfrüchte, viel Vitamin C Die Natur hält bereits jetzt schon vieles zur Verfügung um uns auf die kalte Jahreszeit vorzubereiten. Wildkräuterführung. Im Anschluss Austausch möglich bei Kaffee und Kuchen.	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	22.-€
SA: 21. September 13:30 – ca. 16:30 Uhr	Klosterkräuter – Führung mit Kaffee und Kuchen Einladung in das einzigartige Ambiente des Klostersgartens. Die besondere Kräutervielfalt ist sowohl als grüne Apotheke als auch kulinarisch sehr wertvoll. Viele Informationen über ihre Wirkung und Verwendung. Inkl. Kaffee und Kuchen.	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	22.-€
SA: 27. September 13:30 – ca. 16:30 Uhr	Wilde Herbstfrüchte, Kräuter, Samen und Wurzeln Exkursion in einer farbenfrohen Jahreszeit zum entdecken wilder Früchtchen und vieles mehr. Mit Kaffee und Kuchen. Inkl. Kostproben.	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	22.-€
SA: 12. Oktober 14:00 – ca. 19:00 Uhr	Herbstliches Wildkräuterkochen mit kleiner Exkursion Zuerst entdecken und sammeln wir saisonale Wildkräuter, um daraus im Anschluss ein herzhaftes Mehr-Gänge-Menü in fröhlicher Runde zu zubereiten. (Inkl. aller Materialien).	Kirschletten 27, Pilgerheim der Abtei Maria Frieden 96199 Zapfendorf	54.-€
SA: 26. Oktober 10:00 – ca. 17:00 Uhr	Ein Tag für Dich - Tagesseminar Du bist der Mittelpunkt Deines Lebens, bewusster und achtsamer Umgang mit Dir selbst. Für Alle mit dem Willen zur Entfaltung. (Jedesmal ein anderes Thema) Inkl. Mittagessen, mit Kaffee und Kuchen.	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	112.-€
SA: 9. November 13:30 – ca. 18:00 Uhr	Salben rühren mit Wurzel graben Salben für Gesundheit, Wellness und Wohlbefinden. Es werden zwei unterschiedliche Herstellungs-Methoden angewendet. Inklusiv Kaffee und Kuchen	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	45.-€
SA: 16. November 14:00 bis ca. 17:30 Uhr	Gut durch den Winter aktiviere Deine Selbstheilungskräfte mit entsprechender Einstimmung auf Körper, Geist und Seele, mit Atemübungen und Bewegung. Inklusiv Kaffee und Kuchen	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	39.-€
SA: 30. November 14:00 – ca. 19:00 Uhr	Räuchern, Einstimmung auf die bevorstehende Advents- und Weihnachtszeit Rechtzeitig zum Advent werde ich viele Informationen rund um das Thema Räuchern weitergeben, u. a. zu den gesammelten „Räucherkräutern“ vom Jahr mit ihrer Wirkung u. Verwendung. Natürlich räuchern wir auch mit dem Kräuterbuschen. Inkl. aller Materialien und Kaffee mit Kuchen.	Kirschletten 27, Maria Frieden 96199 Zapfendorf	39.-€
SA: 7. Dezember 14:00 – ca. 19:00 Uhr	Die Bedeutung der Rauhnächte Wegweisende Info über die Bedeutung von 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.	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.

Gruppenpreise ab 10 Personen möglich.

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

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