

## Kräuterfest

10.5.20

### Saisonstart Digitale Kräuterspur 2020

Sie möchten mehr über unsere einheimischen Kräuter und deren unzählige Verwendungsmöglichkeiten erfahren? Dann sind Sie bei uns genau richtig. Am 10. Mai 2020 findet von 10 bis 17 Uhr das 2. Kräuterfest in Oberweißbach statt. Nicht nur am Fröbelhaus Oberweißbach (Markt 10), sondern auch auf dem Kräuterpfad erwartet Sie ein interessantes Programm rund um das Thema Kräuter.

Verkauf von  
Kräuterpflanzen der  
Kräutergärtnerei  
Valeriana Erfurt

**Kräuterwanderungen finden um 11:00, 13:00 Uhr und 15:00 Uhr und Führungen zu Olitäten im Museum um 10:00 und 14:00 Uhr statt.**

#### Gebühr Kräuterwanderungen:

Kinder bis vollendetes 13. Lebensjahr: frei  
Schüler, Studenten bis vollendetes 17. Lebensjahr: 8 €  
Erwachsene: 12,50 €

#### Gebühr Führung Olitäten:

Kinder bis vollendetes 13. Lebensjahr: frei  
Erwachsene: 4,00 €



## Kräuterwanderungen

20.06.2020 / 18.7.2020 / 05.09.2020

### Kräuterlehrpfad Oberweißbach – Entdecken und erleben Sie die Welt der Kräuter im Olitätenland

Wo: am Fröbelhaus Oberweißbach, Markt 10  
Kurszeit: 10:00 – ca. 12:30 Uhr  
Kosten: 25 € pro Person inklusive Wildkräuterimbiss  
Referentin: Kräuterpädagogin Sylvia Sperschneider

## Workshops

21.3.2020

### Plastik sparen

Wir zeigen Ihnen nachhaltige Alternativen mit Anleitungen und Ideen für sinnvolles Plastik sparen im Alltag.

Referentin: Franziska Bucher  
Kurszeit: 13:00 Uhr – ca. 17:00 Uhr  
Gebühr: Kurs: 45 € zuzüglich Materialkosten: 15 € inklusive Pausengetränke, Seminarunterlagen

4.7.2020

### Wilde Kräuter in der Küche – Kochkurs

Wildkräuter in Kombination mit Gartenkräutern und Obst- und Gemüsevarianten aus Kulturanbau verarbeiten wir gemeinsam.

Referentin: Kerstin Lanz  
Kurszeit: 9:00 – ca. 14:00 Uhr  
Gebühr: 60 € inklusive Getränke und Wildkräuteressen

10.7.2020

### Kräuterkörbe wickeln

Referentin: Anita-Maria Neupert  
Kurszeit: 14:00 – ca. 17:00 Uhr  
Gebühr: 25 € inklusive Material, Getränke

27.8.2020

### Spinnen-Schnupperkurs

Entdecken Sie am Vorabend unseres Kräuterseminars das alte Handwerk wieder neu.

Referentin: Anita-Maria Neupert  
Kurszeit: 16:00 – ca. 18:00 Uhr  
Gebühr: 15 € inklusive Getränke, Spinnräder werden gestellt

07.11.2020

### Natürliche Geschenke selber machen

Wir fertigen verwöhnende Körper- und Gesichtskosmetik, die hübsch verpackt die Augen ganz bestimmt zum Leuchten bringen.

Referentin: Jana Griebel  
Kurszeit: 14:00 – ca. 17:00 Uhr  
Gebühr: 30 € zuzüglich Materialkosten

25.11.2020

### Weihnachtliche Dekoration – selbst gestaltet

Wir gestalten Tür- und Adventskränze sowie Gestecke passend zur Adventszeit unter Anleitung unserer Floristin.

Referentin: Konstanze Marquardt  
Kurszeit: 16:00 – ca. 18:30 Uhr  
Gebühr: 12 € inklusive Materialkosten, inklusive einem Heißgetränk

05.12.2020

### Wohlgerüche in der Adventszeit

Lassen Sie sich von uns in die Welt des Räucherns, der ätherischen Öle und der sinnlichen Düfte verführen. Erfahren Sie viel Wissenswertes, wie Sie sich in der Vorweihnachtszeit wohlige Wärme in Ihr Zuhause zaubern oder über reinigende Rituale, um vor Krankheiten zu schützen.

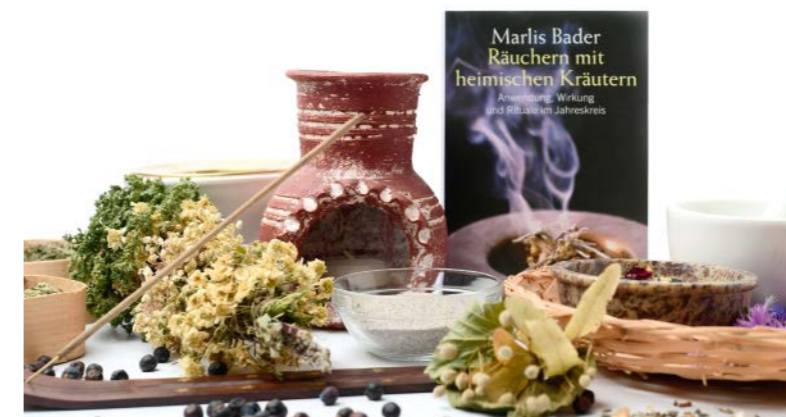
Referentin: Renate Möller-Hesse  
Kurszeit: 16:00 – ca. 18:00 Uhr  
Gebühr: 15 € inklusive einem Heißgetränk nach Art des Hauses, zuzüglich Materialkosten

21.12.2020

### Die Rauhächte – Zeit außerhalb der Zeit 12 Nächte – 12 Rituale!

Sie erfahren die Bedeutungen der einzelnen Rauhächte und wie die Energie durch die verschiedensten Rituale erkannt, verstärkt und genutzt werden kann.

Referentin: Iris Lorek  
Kurszeit: 16:00 – ca. 20:00 Uhr  
Gebühr: 45 € inklusive Getränke und Seminarunterlagen



PROGRAMM 2020

**FRÖBELSTÄDTER  
KRÄUTERSEMINARE**

IN OBERWEISSBACH/THÜRINGEN







## Wochenendseminare

**27. – 29.3.2020**

### Heilkraft der Knospen von Bäumen und Sträuchern

Gemmotherapie, die heilende Kraft der Bäume und Sträucher und Bienenprodukte in der Hausapotheke sind neben einer Rüchküche die Themen des Wochenendes.

Referenten: Susanne Heller, Jana Griebel, Ralf Götze



**15. – 17.5.2020**

### Frühlingskräuter – Fit mit heimischen Wildpflanzen

Ausleitung und Regeneration des Körpers, Aroma-Praxis, Kneipp, Gesundheit aus einem Guss und Aktivierung des Immunsystems stehen neben einer Kräuterwanderung und Kosmetikherstellung mit dem Gänseblümchen in diesem Seminar auf dem Plan.

Referenten: Iris Lorek, Kerstin Lanz, Andrea Limp, Gerald Clemens Kraus, Isabell Nawratil



**5. – 7.6.2020**

### Das wilde 1 x 1 der grünen, heilsamen Wildkräuter; Grundlagen der Heilpflanzenkunde

Wir laden Sie ein, die faszinierende und einzigartige Heilpflanzenflora des Thüringer Waldes kennenzulernen. Wir vermitteln Ihnen die theoretischen Grundlagen der Pflanzenheilkunde und geben praktische Hinweise zu deren fachgerechten Anwendung im häuslichen Bereich. Bei einer Kräuterwanderung können Sie die Heilpflanzen entlang unseres Kräuterlehrpfades kennenlernen.

Referenten: Jana Griebel, Andrea Limp

**12. – 14.6.2020**

### Waldbaden, Fußgesundheit und Destillation

Lassen Sie sich überraschen, wie sie allein über ihre Füße zu mehr Gesundheit und Lebensfreude finden, erleben Sie einen Waldspaziergang mit Eröffnungsritual und Achtsamkeitsübungen. Lassen Sie sich in die Geheimnisse der Destillation wohlriechender Kräuter- und Pflanzenwässer einweihen.

Referenten: Isabell Nawratil, Thomas Geiß, Ulrike Große, Jana Griebel

**28.8. – 30.8.2020**

### Frauenzeiten und Färben mit Pflanzen

Lassen Sie sich von uns durch die verschiedenen Phasen im Leben einer Frau begleiten, lernen Sie die Kräuterverreibung als Konservierungsart von Kräutern kennen und färben Sie mit uns im Kloostergarten Paulinzella Wolle.

Referenten: Susanne Heller, Claudia Wallnisch, Jana Griebel

**18. – 20.9.2020**

### Heilwurzeln – die verborgenen Schätze unserer Heilpflanzen

Die Kräuterfrauen erklären, wie Sie aus den heilkräftigen Wurzeln Tee, Tinkturen, Wein, Heilöl, Salbe und Mischungen zum Räuchern und feine vegetarische Speisen aus Wurzeln von Heilpflanzen und alten Gemüsesorten herstellen. Gemeinsam stellen wir Hausteas zusammen, die die natürlichen Abwehrkräfte während der Erkältungszeit unterstützen.

Referenten: Andrea Limp, Iris Lorek, Ines Pack

**Kurszeiten:** jeweils Freitag/Samstag 9:00 – 17:00 Uhr und Sonntag 9:00 – 12:30 Uhr

**Gebühr:** je 175 € inklusive Getränke und Seminarunterlagen, zuzüglich Materialkosten in den Workshops

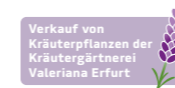
## Tageskurse

**18.4.2020**

### Essbare Wildpflanzen – Nahrung und Medizin

Sie erfahren, welche Frühjahrs- und Entschlackungskräuter für die Herstellung von Tees, grüner Wildkräutercocktails und die Verwendung in der Küche und für Fastenkuren geeignet sind.

Referentin: Renate Möller-Hesse

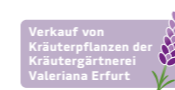


**30.5.2020**

### Ein Tag für Dich – Seele baumeln lassen

Wir erlernen verschiedenste Techniken zur Entspannung, um die Mitte wieder zu finden. Wir begeben uns auf Wanderung und Baumeditation.

Referentin: Iris Lorek



**11.7.2020**

### Lavendelschätze

Lavendel, der Meister der Entspannung, ist in gut gewählten Kombinationen bereits eine kleine Hausapotheke für sich.

Referentin: Dr. Elke Puchtler



**22.8.2020**

### Mit allen Sinnen – Rose

Lassen Sie sich faszinieren und verlieben Sie sich in eine ganz besondere Rose, die Damascena-Rose und freuen Sie sich auf ein Dufterlebnis und einen gemeinsamen Augen- und Gaumenschmaus.

Referentin: Antje Kochlett

**12.9.2020**

### Fit durch den Winter

Im Seminar lernen wir die Kraft der wilden Kräuter und ihre Anwendungsmöglichkeiten kennen. Die Kräuterfrau führt die kleine Wanderung über den Oberweißbacher Kräuterlehrpfad und gibt Informationen zum Erkennen, Sammeln und Aufbewahren der Heilpflanzen.

Referentin: Jana Griebel

**26.9.2020**

### Düfte und ätherische Öle gegen den Herbstblues

Die Aromathologin verweist auf die bedeutendsten ätherischen Öle und Basisöle in der Aromamassage oder präventiv eingesetzt in der Duftlampe, für Fuß- und Vollbäder und Massagen.

Referentin: Kerstin Lanz

**24.10.2020**

### Kurkuma – Gewürz des Lebens, wer „tanzt“ mit mir?

Wir werden Ihnen diese Frage im Seminar beantworten und stellen verschiedene Gewürzmischungen mit Kräutern, Gewürzen, Steinsalz nach traditionellen Verfahren her.

Referent: Dietrich Wolf



**Kurszeit:**

jeweils 9:00 – 17:00 Uhr

**Gebühr:**

je 75 € inklusive Getränke, Seminarunterlagen (zuzüglich individuelle Materialkosten)

Entdecken Sie unseren Thüringer Kräutergarten, das Olitätenland, von seiner schönsten Seite – in einem unserer Fröbelstädter Kräuterseminare.

### Anmeldung und Buchung unter:

Fröbelstadt Marketing GmbH  
Markt 10 | 98744 Schwarzatal OT Oberweißbach  
Tel.: 036705-62123

E-Mail: [froebelstadt@googlemail.com](mailto:froebelstadt@googlemail.com)

[www.kraeuterseminare-oberweissbach.de](http://www.kraeuterseminare-oberweissbach.de)  
[www.oberweissbach.de](http://www.oberweissbach.de)



### So finden Sie zu uns:

