



**Fr. 17. August. 11 - 18 Uhr  
Kräuter- und Bauernmarkt  
Klosterschiere Oberried**

**11 UHR ERÖFFNUNG**

Begrüßung  
durch Martha Riesterer  
1. Vorsitzende des Vereins  
Kräuterdorf Oberried

**GENIEßEN**

Kulinarisches aus der  
Kräuterküche, Kräutertees,  
Kaffee und Kuchen  
und vieles mehr

**KRÄUTER- & BAUERNMARKT**

Kräuterkäse, Kräuterwurst  
und andere Kräuterspezialitäten,  
Honig, Früchte,  
Pflanzenmarkt, Bauernbrot,  
Gemüse, Säfte,  
Salben, Seifen, Körbe  
und vieles mehr

**AKTIONEN**

Kräuterbüschel binden  
Körbe flechten  
Kräuterkissen nähen

**KINDER-PROGRAMM  
FÜHRUNGEN DURCH  
DEN KRÄUTERGARTEN**



**Vorschau**

**Termine 2019 / 2020**

Auf Grund der großen Nachfrage wird die Oberrieder Heilkräuterschulung fortgesetzt.

**5./6. April 2019**, Auf zu frischen Taten: Niere, Rheuma, Frühjahrskuren

**6./7. Juli 2019**, Schönheit kommt von innen: Haut und Wunden

**20./21. September 2019**, Darm mit Charme, Magen ohne Plagen: Verdauungswege

**18./19. Oktober 2019**, Mit Schwung in den Alltag: Herz-Kreislauf, Nervensystem, Elixiere

**15./16. November 2019**, Frei Durchatmen: Atemwege

**17./18. Januar 2020**, Ingwer, Zimt und Co: Heilkraft der Gewürze

**Referentinnen:** Michaela Girsch, Andrea Tellmann

\*

**Kontakt**

Kräuterdorf Oberried e.V., Martha Riesterer,  
1. Vorsitzende, Geroldstal 2, 79254 Oberried  
kraeuter-in-oberried@web.de

**Kräuter Erlebnis Pfad  
Oberried Hofgrund**

**Führungen - Termine 2018**

[www.kraeuter-erlebnispfad-oberried-hofgrund.de](http://www.kraeuter-erlebnispfad-oberried-hofgrund.de)



Weitere Infos unter  
[www.kraeuter-erlebnispfad-oberried-hofgrund.de](http://www.kraeuter-erlebnispfad-oberried-hofgrund.de)

*Kräuterdorf  
Oberried e.V.*

**KRÄUTERWISSEN**



**PROGRAMM  
2018**

[www.kraeuterdorf-oberried.de](http://www.kraeuterdorf-oberried.de)

## Fr 23. und Sa 24. Februar

### Wickel und Auflagen

Wickel und Auflagen sind komplementäre Methoden zur Verbesserung des Wohlbefindens sowie um Krankheiten vorzubeugen bzw. deren Symptome zu lindern. Das Seminar bietet die Möglichkeit, Wickel und Auflagen in Theorie und Praxis kennenzulernen und deren wohltuende Wirkung am eigenen Leib zu erfahren. Im Mittelpunkt stehen unter anderem die Anwendungen bei Erkältungskrankheiten, Ohren- oder Nasennebenhöhlenentzündung, Bauch- oder Rückenschmerzen. Natürlich kommen auch entspannende, schlaffördernde und wohltuende Auflagen nicht zu kurz. Die Teilnahmegebühr beinhaltet den Kurs inkl. Skript, Material sowie Getränke, Pausenverpflegung und Mittagessen. Max 18 Teilnehmer.

**Referentin: Andrea Tellmann**

**Ort:** Oberried, Klosterschiiere, Ratsstube

**Uhrzeit:** Fr 17-20 Uhr, Sa, 10-17

**Preis:** 100,- Euro

## Di 24. April

### Führung: Dem Bärlauch auf der Spur

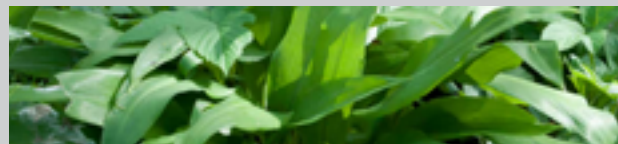
Der Bärlauch erfreut sich als heimische Heil- und Gewürzpflanze zunehmender Beliebtheit. Ihn zu erkennen, von giftigen Doppelgängern zu unterscheiden, zu sammeln und gemeinsam ein Pesto zuzubereiten ist Inhalt der Führung. Darüber hinaus wird die Biologie, Heilkraft und Kulturgeschichte der Pflanze thematisiert. Geeignet für alle Altersgruppen und besonders für Familien mit Kindern. Bitte festes Schuhwerk und ein verschließbares kleines Glas mitbringen. Max. 12 Teilnehmer. Dauer: 1,5 bis 2 Stunden

**Referentin: Irmhild Haite-Voss**

**Ort:** Oberried, Treffpunkt Gartenstube bei der Klosterschiiere

**Uhrzeit:** 15 Uhr

**Preis:** 5 Euro



## Sa 23. Juni

### Foto-Workshop

Wie fotografiere ich eine schöne Pflanze? Wie stelle ich meine Kamera am besten ein? Was bedeuten Brennweite, Blende und Verschlusszeit? Dies und mehr ist Thema des Einführungskurses für Anfänger und leicht Fortgeschrittene. Er besteht aus Theorie- und Praxis und vermittelt Grundwissen zu Kamerahandhabung, Aufnahmetechniken, Bildgestaltung, Einsatz von Stativen und anderen Hilfsmitteln sowie Bildbearbeitung (Adobe Lightroom). Die Teilnahmegebühr beinhaltet den Kurs inkl. Skript und Leihzubehör sowie Getränke, Pausenverpflegung und Abendessen. Bitte mitbringen: eigenen Fotoapparat inkl. Bedienungsanleitung und ggf. Equipment. Maximal 8 Teilnehmer

**Referent: Sebastian Schröder-Esch**

**Ort:** Gartenstube bei der Klosterschiiere

**Uhrzeit:** 14-22 Uhr

**Preis:** 100 Euro



## Fr 6. Juli

### Vortrag

### Küchenapotheke

Manchmal wächst Medizin im Gemüsebeet oder hängt im Obstbaum. Jeder weiß: Obst und Gemüse sind gesund, doch wer weiß, WIE gesund die sie sind, wer weiß, für oder gegen was sie hilfreich sind, und in welcher Form ihre Heilkraft besonders zum Tragen kommt? Mit Kohlwickel kann man, äußerlich angelegt, Schmerzen lindern, mit lang gekochten Karotten Durchfall. Rote Bete senkt den Blutdruck und Quittensamen lindern Reizhusten. Solchen „Küchengeheimnissen“ kommen wir bei diesem Vortrag auf die Spur und entdecken: tägliches Genießen steckt voller Heilkraft.

**Referentin: Ursel Bühring**

**Ort:** Oberried, Klosterschiiere, Ratsstube

**Uhrzeit:** 18-20 Uhr

**Preis:** 30 Euro



## Fr 20. und Sa 21. Juli

### Doldenblütler bestimmen

Zu den Doldenblütlern zählen beliebte Nahrungs-, Heil- und Gewürzpflanzen, aber auch hochgiftige Arten. Beide sind nicht einfach voneinander zu unterscheiden. Doch wer das richtige Handwerkszeug und Geduld hat, kann trotz der großen Ähnlichkeit jede einzelne Vertreterin dieser Familie anhand spezifischer Unterscheidungsmerkmale bestimmen. Ziel dieses Kurses ist es, die Technik des Bestimmens anhand praktischer Beispiele zu lernen und zu üben. Die Teilnahmegebühr beinhaltet auch Getränke, Pausenverpflegung und Mittagessen. Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung, Schreibzeug, Lupe (Botanik-Lupe, Einschlaglupe), ggf. vorhandene Bestimmungsliteratur und Sitzunterlage. Max. 18 Teilnehmer

**Referentin: Andrea von Sengbusch**

**Ort:** Oberried-Hofsgrund, Bürgersaal

**Uhrzeit:** Fr 18-20 Uhr, Sa 10-17 Uhr

**Preis:** 85 Euro

## Fr 21. und Sa 22. September

### Baumheilkunde

In diesem besonderen Seminar geht es um unser Ökosystem Wald („wood-wide-web“), intelligente Bäume, Öko-Psychosomatik, Ameisenmedizin und die Verwendung von Bäumen in der Heilkunde. Gespickt mit praktischen Übungen und einer Exkursion tauchen wir tief in die Welt der Bäume ein. Die Teilnahmegebühr beinhaltet den Kurs inkl. Skript, sowie Getränke, Pausenverpflegung und Mittagessen. Max 18 Teilnehmer. Zusätzliche Materialkosten: 5 Euro.

**Referentin: Michaela Girsch**

**Ort:** Oberried, Klosterscheune, Ratsstube

**Uhrzeit:** Fr 17-20 Uhr, Sa, 10-17

**Preis:** 95 Euro

### Anmeldung

kraeuter-in-oberried@web.de, Tel. 07661 9899471

### Anmeldeschluss:

1 Woche vor Beginn des jeweiligen Seminars

**Weitere Infos:** [www.kraeuterdorf-oberried.de](http://www.kraeuterdorf-oberried.de)