

**1. Frühjahrsputz und Suppenteller**

**04. – 06. April 2025**  
**Fr 18 – So 15 Uhr**

**Leisenhof**  
**77978 Schuttertal**

Welche kulinarischen Köstlichkeiten sind vor Ort schon zu entdecken? Das frische Grün und die neu erwachende Kraft der Frühjahrspflanzen unterstützen die Entschlackung des Körpers. Sie helfen gegen Frühjahrsmüdigkeit und füllen uns den Teller mit allerlei Leckereien.

**Seminarthemen:** kulinarische Kräuter-Köstlichkeiten im Frühjahr – die Kraft der Frühjahrspflanzen zur Stoffwechselanregung und gegen Frühjahrsmüdigkeit – verantwortungsbewusste Sammelpraxis – Einführung in die Botanik – gesundheitliche Aspekte/Gefahren beim Sammeln und Verwenden von Wildpflanzen – Einführung in Naturpädagogik – Kennenlernen der Teilnehmenden und der Organisationsstruktur.

*Coco Burkhardt und pädagogische Begleitung*

**2. Vom Wert der „Unkräuter“**

**16. – 18. Mai 2025**  
**Fr 18 – So 15 Uhr**

**Haus Sonnhalde**  
**79853 Lenzkirch-Kappel**

Gerade die Pflanzen, die zu den „Unkräutern“ gezählt werden, gehören zu den wertvollsten Wegbegleitern des Menschen. Wir nähern uns respektvoll den helfenden und kulinarischen Seiten dieser Pflanzen und entdecken ihre vergessenen Qualitäten. Botanische Bestimmungsübungen weisen Pfade durch die grüne Vielfalt im Frühjahr.

**Seminarthemen:** Verkannte „Unkräuter“ als wertvolle Wegbegleiter wahrnehmen – respektvolle Annäherung an das Lebewesen „Pflanze“ – naturheilkundliche Anwendungsmöglichkeiten der Frühlingskräuter – Unkrautleckereien – rechtliche Vorschriften – grundlegende botanische Bestimmungsübungen.

*Astrid Fiebich und pädagogische Begleitung*

**3. In voller Blüte**

**04. – 06. Juli 2025**  
**Fr 18 – So 15 Uhr**

**Haus Sonnhalde**  
**79853 Lenzkirch-Kappel**

Zu Beginn der Hohen Zeit können wir aus dem Vollen schöpfen: Wiesen und Hecken stehen in Blüte. „Wiesenspflaster“ und andere hilfreiche Pflanzen können für unsere Hausapotheke gesammelt, verarbeitet und haltbar gemacht werden. Blüten zieren unsere Teller und bereichern die Speisen.

**Seminarthemen:** Kraft und Nutzen von Blütenpflanzen – Herstellung von Salben und weiteren Heilmitteln – Verarbeitung und Haltbarmachung – Kulinarisches aus Blütenpflanzen – ziel- und altersgruppengerechte Zugänge zur Pflanzenwelt (Didaktik).

*Lisa Hermann und pädagogische Begleitung*

**4. Wilde Früchte**

**19. – 21. September 2025**  
**Fr 18 – So 15 Uhr**

**Freizeithof Langenhard**  
**77933 Lahr**

Die Kräuter-Sammel-Saison geht zu Ende. Feuerrot und glänzend schwarz leuchten und locken jetzt reich die Früchte und signalisieren: wir strotzen vor Vitaminen! Als Vorrat für den langen Winter ernten wir die letzten Kräuter und Blüten sowie die ersten Früchte und bereiten Fruchtsäfte und -liköre zu.

**Seminarthemen:** Liköre, Beerenmus und andere Fruchtzubereitungen – botanische Bestimmungsübungen – konzeptionelle Entwicklung von Veranstaltungen – Rechtliches bezüglich Verarbeitung, Vermarktung und Heilanwendungen – Haftpflicht – Merkmale von Pflanzenfamilien – Vergabe der Prüfungsaufgaben für die schriftliche Arbeit.

*Coco Burkhardt und pädagogische Begleitung*

**5. Die Ernte einfahren/Abschluss**

**28. – 30. November 2025**  
**Fr 18 – So 15 Uhr**

**Freizeithof Langenhard**  
**77933 Lahr**

Die Pflanzenpracht zieht sich zurück – in den Wurzeln und Samen schlummert nun die Kraft für das nächste Vegetationsjahr. In häuslicher Gemütlichkeit werden nun die gesammelten Schätze des Jahres verarbeitet und schöne, gesunde, „kräuterige“ Weihnachtsgeschenke produziert. Darüber hinaus beschäftigen wir uns mit dem Räuchern. An diesem letzten Seminar findet auch die schriftlich-mündliche Abschlussprüfung statt.

**Seminarthemen:** Ernte und Verarbeitung von Wurzeln und getrockneten Kräutern zu Genuss- und Heilmitteln – Räuchern mit Heilpflanzen – mündliche Prüfung und Präsentation der schriftlichen Arbeit – Überreichung der Zertifikate – persönliche Ausblicke.

*Lisa Hermann, Astrid Fiebich und pädagogische Begleitung*