


Wildkräutergarten  
Tannachweg 27  
4814 Altmünster  
Tel. 0664/8662861  
www.der-kraeuterweg.at

Elisabeth Strauß  
Kräuterpädagogin  
Natur-Ton-Gestalterin 

Wohnanschrift  
Moosweg 66  
4812 Pinsdorf  
Tel. 07612/63211  
mail: estrauss@aon.at



## Der Kräuterweg 2018

Dieses idyllische Pflanzenparadies in 650 m Seehöhe

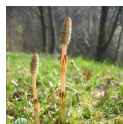
im **Naturpark Attersee-Traunsee**



bietet eine Vielfalt an Möglichkeiten, die Fülle von Mutter Erde wahrzunehmen und bewusst zu nutzen. Bewegung in der Natur sowie die ausgewogene Nährstoff-Kombination der Kräuter sind ein Segen für unsere Gesundheit.

## Jahresprogramm

Mi. 11.04.  
14.30 bis  
18.00 Uhr



**Die Knospen des Frühlings aus Feld und Flur** - Für eine stoffwechsellanregende, reinigende Frühjahrskur kann uns die Wildkräuterküche reichlich Wohlschmeckendes und Gesundes anbieten. Auf unserer Wanderung lernen wir Boten des Frühlings kennen und bereiten einen vorzüglichen Wildkrautspinat mit Beilage. (Inkl. Skript)

Do. 26.04.  
17.00 bis  
20.00 Uhr



**Im Rausch der Walpurgisnacht** ☼ Unsere Kräuterwanderung führt uns u.a. zum „Meister des Waldes“ und zum „Guten Mann“, welche uns in ihre Geschichten einhüllen. Wir rühren unseren eigenen Waldmeistersirup zum Mitnehmen und genießen kleine Kostproben. Aus der Serie „Kräuterzauber im Jahreskreis“ - (NATURSCHAUSPIEL)

Mo. 30.04.



**Walpurgis – der Waldmeister ruft!** - geschlossene Veranstaltung für Jahreskurs und langjährige Teilnehmer – Info auf Anfrage!

Mi. 09.05.  
09.15 bis  
12.30 Uhr



**Grüne Wildkräuter-Smoothies** Wir entdecken wertvolle Lebensmittel, welche uns im wahrsten Sinne des Wortes zu Füßen liegen. In vitaminreichen Smoothies werden sie zu wahren Kraftbomben. Kräuterwanderung mit Bestimmung der aktuellen Frühlingskräuter. Zubereitung verschiedener Smoothie-Varianten von süß bis herb. (Inkl. Skript)

Do. 17.05.  
10.00 bis  
13.00 Uhr



**Zauberhafter WILDKRÄUTERBRUNCH in der KALTWASSER-RUINE unterm Hollerbusch** ☼ Saisonale Wildkräuter kennen lernen, wertvolles Wissen über deren Gebrauch. Unser Sammelkorb füllt sich mit frischem Grün für Kräuteraufstrich und Smoothie. Dazu Fruchtaufstriche, Naturkaffee und Kräutertee. Aus der Serie „Wildes für Gaumen und Geist“ - – (NATURSCHAUSPIEL)

Mi. 30.05.  
13.15 bis  
18.00 Uhr



**Wilde Kräuter für die Hautpflege – ein genussvoller Tag für die Schönheit!** Kräuterwanderung mit Sammeln von Wildpflanzen, die Haut und Schönheit unterstützen. Wir lernen die unkomplizierte Herstellung von Frischkräuterkosmetik ohne künstliche Zusatzstoffe und bereiten darauf Maske, Creme, Lippenbalsam. (Inkl. Skript)

Do. 07.06  
17.00 bis  
20.00 Uhr



**Was brodelt da im Salbentopf** ☼ - Die Zutaten für unsere kleine Hausapotheke finden wir vor unserer Haustüre. Allgemeine Informationen zum richtigen Ansetzen helfen uns, diese wieder in den Alltag einzubauen. Im Reindl rühren wir eine „Kräutl-Schmier“ nach altem Rezept. Aus der Serie Kräuterzauber im Jahreskreis – (NATURSCHAUSPIEL)

Do. 21.06.  
17.00 bis  
20.00 Uhr




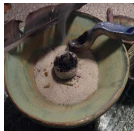






**Der Johanniskräuter-Buschen** ☼ - Die höchste Sonnenkraft – und zugleich auch der Wendepunkt. Viele Pflanzen entwickeln rund um die Sommersonnenwende ihr höchstes Potenzial. Wir binden unseren persönlichen Kräuterbuschen. Aus der Serie Kräuterzauber im Jahreskreis – (NATURSCHAUSPIEL)

Mi. 27.06  
09.15 bis  
12.30 Uhr



**Mein eigenes Teesackerl aus Wildsammlung** Die Belebung heimischer Teekultur: Sammeln saisonaler Teekräuter, Anleitung für angenehme Mischungen, richtiges Trocknen, Zubereiten und Verfeinern – gemütliche Teeverkostung. (Inkl. Skript)

- Do. 05.07.  
10.00 bis  
13.00 Uhr
- 
- Zauberhafter WILDKRÄUTERBRUNCH in der KALTWASSER-RUINE unterm Hollerbusch** ☼ Saisonale Wildkräuter kennen lernen, wertvolles Wissen über deren Gebrauch. Unser Sammelkorb füllt sich mit frischem Grün für Kräuteraufstrich und Smoothie. Dazu Fruchtaufstriche, Naturkaffee und Kräutertee.  
*Aus der Serie „Wildes für Gaumen und Geist“ – (NATURSCHAUSPIEL)*
- Mi. 11.07.  
13.30 bis  
18.00 Uhr
- 
- Altes Kräuterwissen – einfache Hausrezepte** - Wir kommen bei einer Kräuterwanderung dem Wissen unserer Vorfahren auf die Spur und stellen eine kleine, feine Sammlung an Pflanzenauszügen, Tees und „Schmierer“ für den Hausgebrauch her. Ein gutes Basiswissen über die verschiedenen Ansatzmöglichkeiten. (Inkl. Skript)
- Do. 19.07.  
17.00 bis  
20.00 Uhr
- 
- Kräutl, Harz & Zunderschwamm** ☼ - Bei unserer Wanderung tauchen wir ein in die Geschichte des Räucherns und finden auch die notwendigen Pflanzenteile dazu. Heimische Räucherdüfte schaffen besondere Behaglichkeit in unseren Räumen. Jeder Teilnehmer nimmt seine eigene Räuchermischung mit.  
*Aus der Serie „Kräuterzauber im Jahreskreis“ – (NATURSCHAUSPIEL)*
- Mi. 25.07.  
09.15 bis  
18.00 Uhr
- 
- Heimische Räucherdüfte** - Selbst gesammelt und aufbereitete Räucherstoffe schaffen uns einen liebevollen Zugang zu Mutter Erde. Viel ethnobotanisches Wissen rund um die Jahrtausende alte Tradition des Räucherns. Bei einer Wanderung sammeln wir unsere Rohstoffe für Räuchermischungen und töpfern entsprechendes Ritualgeschirr. (Inkl. Skript)
- Do. 02.08.  
10.00 bis  
13.00 Uhr
- 
- Zauberhafter WILDKRÄUTERBRUNCH in der KALTWASSER-RUINE unterm Hollerbusch** ☼ Saisonale Wildkräuter kennen lernen, wertvolles Wissen über deren Gebrauch. Unser Sammelkorb füllt sich mit frischem Grün für Kräuteraufstrich und Smoothie. Dazu Fruchtaufstriche, Naturkaffee und Kräutertee.  
*Aus der Serie „Wildes für Gaumen und Geist“ – (NATURSCHAUSPIEL)*
- Do. 16.08.  
17.00 bis  
20.00 Uhr
- 
- Der Frauendreißiger-Kräuterkranz** ☼ - Der Frauendreißiger beginnt mit dem kirchlichen Fest Maria Himmelfahrt und ist die beste Zeit um die Frauenkräuter zu sammeln. Bei unserem Rundgang schneiden wir die typischen Kräuter des Spätsommers und binden einen individuellen Kranz.  
*Aus der Serie „Kräuterzauber im Jahreskreis“ – (NATURSCHAUSPIEL)*
- Mi. 19.09.  
14.30 bis  
18.00 Uhr
- 
- Giftige Pflanzen in unserer Heimat** - Kräuter und Sträucher mit toxischen Inhaltsstoffen verlangen unsere besondere Achtsamkeit. Manche von ihnen gefährden bereits beim Berühren! An diesem Nachmittag beschäftigen wir uns mit den grünen Giftspezialitäten unserer Gegend. (Inkl. Skript)
- Mi. 17.10.  
09.15 bis  
18.00 Uhr
- 
- Zurück zu den Wurzeln** - Wanderung mit der Erkundung von Wurzelnahrung. Wir ernten einige von den so wertvollen, heilsamen Schätzen unter der Erde, kochen kleine Kostproben und bereiten nützliche Auszüge für den Winter vor. Umfassender theoretischer Teil rund um das Sammeln und Verarbeiten. (Inkl. Skript)

**Anmeldung:** für meine eigenen Angebote  
**unter obigen Kontaktdaten bis 2 Tage vor Termin**  
bzw. nach Möglichkeit früher - Kurse sind teilweise mit begrenzter Teilnehmeranzahl!

☼ **gekennzeichnete Angebote → bitte Anmeldung bei:**



<http://www.naturschauspiel.at/>

eventuell auch bei mir

Für weitere Informationen zum Programm stehe ich gern zur Verfügung!

**Wegbeschreibung:** Von Altmünster oder Reindlmühl kommend – immer den Schildern Richtung Gmundnerberg folgen. Auf der Edt-Kreuzung zunächst noch Richtung Gmundnerberg, dann aber gleich nach 400 m links in den Tannachweg (Güterweg) einbiegen. Eine schmale, jedoch neue Straße führt ca. 3,3 km, überwiegend durch Wald bergauf-bergab. An einer kritischen Stelle unterstützt ein verwittertes Holz-Schild „Der Kräuterweg“. Ein Navigationssystem ist von Vorteil.

**Besuche auf dem Grundstück OHNE Voranmeldung sind aus Erhaltungsgründen nicht möglich!**