Bei einer Wildkräuterwanderung durch unsere herrliche Natur können Sie die Vielfalt der Kräuter entdecken. Sei es als Betriebsausflug, Vereinsveranstaltung, Stammtisch, als Geburtstagsgeschenk oder mit Ihrem Freundeskreis - freuen Sie sich auf eine abwechslungsreiche Tour, bei der Sie die Welt mit neuen Augen sehen - und schmecken werden!

Termin auf Anfrage von Mai bis September.

Gruppenführung bis 12 Personen für eine zweistündige Kräuterführung: ab 80,00 €

Auch Kombinierbar mit einer Wildkräuterbrotzeit

Gerne können Sie unsere Wildkräuterwanderung auch mit einer leckeren Wildkräuterbrotzeit kombinieren, z. B. mit Wildkräuterpizza, Kräuter-Aufstrichen, Kräutertrunk und vielem mehr. Sonderwünsche nach Ihren eigenen Ideen werden - soweit machbar - sehr gerne erfüllt. Der Preis richtet sich nach Ihren Vorstellungen

Kontaktieren Sie unsere Kräuterführerinnen direkt:

Erika Bauer: 09236 / 1006 Monika Wastl: 0151 / 535 605 69 Marie Swakowski: 0157 / 829 893 91





Treffpunkt

für Kräuterwanderungen und Führungen am See ist der Parkplatz am Nageler See in der Straße "Zum See"

- Mindestteilnehmer für Kräuterwanderungen sind 5 Personen
- individuelle Termine sind ab 8 Personen möglich
- sollten Sie einen gebuchten Termin nicht einhalten können, bitten wir Sie um eine Absage (auch kurzfristig). Ist keine Absage erfolgt, sind die Kursgebühren zu bezahlen.
- Geschenkgutscheine erhalten Sie im Haus der Kräuter

Pure Lebensfreude

Ihrem Wohlbefinden tut es gut, dass Sie Ihren Körper, Ihren Geist und Ihre Seele in Einklang bringen. Gerne unterstütze ich Sie dabei:

- Erden in der Natur mit positiven Momenten (rieche.schmecke.fühle)
- Meditation (Zen- und Herzmeditation)
- Schamanische Reisen (auf Wunsch mit Trommelbegleitung)
- Jahreskreisfeste

Dazu begleite ich Sie gerne mit Kräuterräucherungen. Kräutertee, Orakel-Karten/Krafttiere, Runenwissen, Austausch und Gesprächen.

Termine: mittwochs von 18.30 bis 20.00 Uhr (je nach Jahreszeit), ab 4 Teilnehmern, Energieausgleich: 15 €

Veranstaltungsort

Schamanisches Zentrum "Raum der Ruhe" Brigitte Sieben (Physiotherapeutin/Heilpraktikerin) Am Grünschacht 1a, 95697 Nagel/OT Reissingerhöhe

Anmeldung

Brigitte Sieben. 209236 / 9696204 oder 0151 / 70860104

> Sehen, riechen, fühlen und schmecken Heil-, Gewürz- und Duftkräuter Spezialitäten - Besonderheiten

Biologisch, konventionell und aus Umstellung

Bei uns finden Sie eines der größten Sortimente Nordbayerns an Heil-, Gewürz- und Duftkräutern

mit zur Zeit über 450 Sorten. Besuchen Sie uns - 3 km von Nagel entfernt

Biologischer Gartenbau Richard Becher Bahnhofstr. 32, 95683 Ebnath, 09234 6247

DE-ÖKO-037 www.gartenbau-becher.de Sommeröffnungszeiten ab Mitte März: Mo - Sa 8-12 Uhr

Mo, Di, Do, Fr: 13-18 Uhr - Mi & Sa Nachmittag geschlossen

Samstag, 29. März, 17 - 20 Uhr

Suppenabend im Haus der Kräuter Natur- und Kräuterdorfverein Nagel e.V.



WIR SIND GENUSSORT 2018. www.100genussorte.bayern



Januar 2025

Donnerstag, 23. Januar, 19 Uhr

Haus der Kräuter. 30 € inkl. Material

Körper. Geist und Seele

ganzheitliche Reinigung.

befinden einsetzen können.

Leitung und Anmeldung bis 22.01.:

Samstag, 25. Januar, 10-13 Uhr

Bittertropfen und Bitterpulver.

Leitung und Anmeldung bis 22.01.:

Donnerstag, 30. Januar, 19 Uhr

Freitag, 31. Januar, 19 Uhr

Haus der Kräuter.

Haus der Kräuter, 59 € inkl. Material

Wozu braucht unser Körper Bitterstoffe?

und Hildegard von Bingen zu Bitterstoffen gesagt.

Ganzheitliche Entgiftung mit Ätherischen Ölen -

In diesem inspirierenden Workshop erfährst Du, wie ätherische

Öle auf allen Ebenen – körperlich, geistig und seelisch –

zur Entgiftung beitragen können. Tauche ein in die Welt der

natürlichen Heilkräfte und entdecke, wie Du Deinen Körper

sanft von Schadstoffen befreist. Deinen Geist klärst und

emotionale Blockaden löst. Gemeinsam erkunden wir die

reinigenden Eigenschaften ausgewählter ätherischer Öle und

entwickeln einfache, aber effektive Anwendungen für die

Dieser Workshop ist ideal für alle, die sich nach einer tiefen

Reinigung auf allen Ebenen sehnen und lernen möchten, wie

sie ätherische Öle gezielt für mehr Leichtigkeit und Wohl-

Vorstellung und Heilwirkung der Pflanzen mit Bitterstoffen.

verschiedene Rezepturen. Was haben bereits Paracelsus

Wir lernen detailliert die Pflanzen kennen, die Bitterstoffe

beinhalten und für zu Hause gibt es einzelne Rezepte inkl.

Räuchern mit Kräutern und Harzen für Körper und Seele

Am 2. Februar ist Mariä Lichtmess - ein besonderer Tag zum

Räuchern. Das Räuchern mit Kräutern und Harzen hat eine

lange Tradition. In gemütlicher Runde lernen die Teilnehmer die

vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten und Wirkungsweisen

verschiedener Kräuter und Harze kennen. Sie bekommen auch

Welches Räucherwerk für ieden einzelnen Teilnehmer in Frage

Marie Swakowski, Kräuterführerin, 20157 829 893 91

18 € inkl. Skript und Zutaten für einmal Räuchern

über Mariä Lichtmess interessante Informationen.

Leitung und Anmeldung: Erika Bauer, 2 09236 1006

Anmeldeschluss jeweils ein Tag vor der Veranstaltung

kommt ermitteln wir am Ende des Kurses.

Birgit Lenk, Aromafachberaterin, 20151 648 068 96

Samstag, 11. Januar, 10-14 Uhr Hildegard von Bingen:

Kräuterheilkunde in Theorie und Praxis

Haus der Kräuter. 79 € inkl. Material. Skript. Produkte

Die Kursleiterin zeigt uns. wie wir unsere Heilmittel nach Hildegard von Bingen selber herstellen können. Vorstellung der Bücher und Lebensgeschichte der hl. Hildegard, Rezepte. Verkostung, gemeinsames Kochen und Essen inkl. Heilmittel zum Mitnehmen.

Leitung und Anmeldung bis 08.01.:

Marie Swakowski, Kräuterführerin, 2 0157 829 893 91

Samstag, 18, Januar, 10-13 Uhr Reinigendes Oxymel

aus der Grünkraft der Wildkräuter und Wildfrüchten Haus der Kräuter. 59 € inkl. Material

Für Kinder oder auch alkoholabstinente Personen empfiehlt sich als Tinktur eine Zubereitung aus Honig und Essig, deren Anwendung entzündungshemmende, auswurfsfördernde, fiebersenkende, immunstärkende, wundheilende und stoffwechselregulierende Kräfte attestiert werden

Jede Jahreszeit hat in der Heilkunde ihre besondere Qualität. die sich in den verschiedenen Pflanzen und deren Teilen ausdrückt. In diesem Workshop lernen wir Oxymel als Naturarznei im Jahreskreis, sowie als Lebens- und Hautpflegemittel in seinen verschiedenen Facetten kennen und erkunden seine unterschiedlichen Anwendungen. Wir besprechen die Qualität der Inhaltsstoffe und stellen gemeinsam wirksame Oxymel-Zubereitungen für den Privatgebrauch her.

Leitung und Anmeldung bis 15.01.:

Marie Swakowski, Kräuterführerin, 20157 829 893 91

Dienstag, 21. Januar, 19 Uhr Ätherische Öle für Anfänger

Haus der Kräuter, 30 € inkl. Material

Was sind ätherische Öle? Wie wirken sie? Wie wende ich sie richtig an? Diese und andere Fragen zum Thema Basiswissen ätherischer Öle werden in diesem Seminar beantwortet.

Außerdem werden Dir drei der beliebtesten ätherischen Öle ausführlich vorgestellt: Lavendel. Pfefferminze und Zitrone und deren vielfältige Anwendungsmöglichkeiten.

Leitung und Anmeldung: Birgit Lenk, Aromafachberaterin, 2 0151 648 068 96 Anmeldeschluss spätestens 1 Tag vor Kursbeginn

Dieser Kurs findet jeden dritten Dienstag im Monat statt.

Februar 2025

Donnerstag, 13. Februar, 19 Uhi Frühlingserwachen mit Ätherischen Ölen

Haus der Kräuter. 30 € inkl. Material

Wenn die Tage wieder länger werden, die Sonne vom Himmel strahlt und die Natur langsam wieder aus ihrem Winterschlaf erwacht, dann steht der Frühling vor der Tür - eine Zeit des Neubeginns und des Wachstums

Mit ausgewählten ätherischen Ölen kannst auch Du Deine Lebensgeister wecken, die Frühjahrsmüdigkeit überwinden und motiviert in den Frühling starten. Welche ätherischen Öle besonders geeignet sind für diese Jahreszeit und wie Du sie anwendest, erfährst Du in diesem Workshop. Am Ende des Workshops stellst Du Deine persönliche Frühlingsmischung her.

Leitung und Anmeldung bis 12.02. Birgit Lenk, Aromafachberaterin, 20151 648 068 96

Samstag, 15. Februar, 10-13 Uhr Auf den Spuren der Alchemie des Waldes -Dampfdestillation

Haus der Kräuter. 79 € inkl. Material

Seit Jahrtausenden wissen die Menschen um die Kraft der Pflanzen und setzen sie als sanfte Helfer für die Gesundheit und Schönheit ein. Gemeinsam begeben wir uns auf die Spuren der Alchemie und destillieren die Aromen des Waldes, wie z. B. Tanne, Fichte, Douglasie oder Kiefer, Alle diese ätherische Öle und Harze aus den Nadeln werden wir durch Dampfdestillation einfangen können und lernen ihre Verwendung zu Hause

Selbst destillierte Hydrolate sind eine sanfte Pflege für die Haut. erfrischen den Geist und sind der reinste Seelenbalsam. Besonders die Hydrolate aus den Nadeln erfrischen die Raumluft, helfen bei Erkältung und sind wahre Seelenstreichler.

Leitung und Anmeldung bis 12.02.

Marie Swakowski, Kräuterführerin, 20157 829 893 91

Dienstag, 18. Februar, 19 Uhr Ätherische Öle für Anfänger

Haus der Kräuter, 30 € inkl. Material

Was sind ätherische Öle? Wie wirken sie? Wie wende ich sie richtig an? Diese und andere Fragen zum Thema Basiswissen ätherischer Öle werden in diesem Seminar beantwortet. Außerdem werden Dir drei der beliebtesten ätherischen Öle ausführlich vorgestellt: Lavendel, Pfefferminze und Zitrone und deren vielfältige Anwendungsmöglichkeiten.

Leitung und Anmeldung: Birgit Lenk, Aromafachberaterin, 20151 648 068 96 Anmeldeschluss spätestens 1 Tag vor Kursbeginn

Freitag, 14. März, 19 Uhr Ätherische Öle für ein sauberes Zuhause -DIY-Reinigungsmittel selbst herstellen

Haus der Kräuter, 45 Euro inkl. Material

In diesem Workshop lernst Du, wie Du Dein Zuhause auf natürliche Weise frei von schädlichen Chemikalien halten kannst. Mit ätherischen Ölen und einfachen alltäglichen Zutaten zeige ich Dir Schritt für Schritt, wie Du umweltfreundliche und wirksame DIY-Reinigungsmittel selbst herstellen kannst. Gemeinsam schaffen wir nachhaltige Alternativen zu herkömmlichen Produkten und entdecken die kraftvolle Wirkung ätherischer Öle für ein gesundes, sauberes und toxinfreies Zuhause.

Leitung und Anmeldung bis 13.03.: Birgit Lenk, Aromafachberaterin, 20151 648 068 96

Dienstag, 18. März, 19 Uhr: Ätherische Öle für Anfänger Beschreibung siehe 21. Januar

Leitung und Anmeldung bis 17.03.:

Birgit Lenk, Aromafachberaterin, 20151 648 068 96

April 2025

März 2025

Samstag, 5. April, 10-13 Uhr Welche Heilbotschaften verstecken sich hinter Bockshornklee, Kapuzinerkresse, Galgant, Zitronengras? Haus der Kräuter. 59 € inkl. Material

Immunstärker, Magenwärmer, Gelenkschmerzen, natürliches Antibiotika, Blutdrucksenker, Arthrose Helferin, Herzschwäche, Konzentration - alles wird erklärt und natürlich stellen wir einige Produkte aus diesen wunderbaren Pflanzen zusammen in der Küche her.

Nach Hause nehmen Sie sich nicht nur Skript und Rezepte, auch Samen und Setzlinge von Kapuzinerkresse, Zitronengras für's Beet mit, damit auch zu Hause die Pflanzen ihre Anwendung finden.

Leitung und Anmeldung bis 02.04.: Marie Swakowski, Kräuterführerin, 20157 829 893 91

Dienstag, 15. April, 19 Uhr: Ätherische Öle für Anfänger Beschreibung siehe 21. Januar Leitung und Anmeldung bis 14.04.: Birgit Lenk, Aromafachberaterin, 20151 648 068 96

Kemnather Straße 3 - 95697 Nagel

Öffnungszeiten Kräuterlädchen von Mai bis Oktober Samstag & Sonntag von 14.00 - 16.00 Uhr



Parkmöglichkeiten:

- gegenüber dem "Haus der Kräuter", Kemnather Str. 3
- am "Zeit- und Erlebnisgarten", Wunsiedler Str. 5
- Parkplatz am See. Straße "Zum See"



Schneebergweg 7

95682 Brand Tel: 09236-376

Mail: kontakt(

Mail: kontakt@gp-waldfrieden.de

CON TOTAL

Homepage: www.gasthof-pension-waldfrieden.de

Gasthof & Pension

Valdfrieden

April 2025

Freitag, 25, April, 19 Uhr Bärlauch & Co - frische Energie für Körper und Geist Haus der Kräuter. 8 € inkl. Skript

Der Vortrag soll auf die kommende Wildkräutersaison einstimmen. Die ersten Kräuter sprießen, die Natur entfaltet ihre gewaltige Energie. Im Frühjahr sind die jungen Wildkräuter voll mit Vitaminen, ätherischen Ölen und vielem mehr. Die zarten Pflänzchen schmecken lecker und schenken uns iede Menge Energie.

Die Teilnehmer erfahren Wissenswertes über das Sammeln und Trocknen, über die Verwendung in der Küche und in der Volksheilkunde. Die geläufigsten Wildkräuter werden per Power-Point vorgestellt.

Leitung und Anmeldung bis 24.04.: Erika Bauer, Kräuterführerin, 2 09236 1006

Mai 2025

Freitag, 2. Mai, 18 Uhr Alchemie im Frühling - selbst hergestellte Hydrolate für Immunstärke und Haut

Haus der Kräuter. 79 € inkl. Material

In unserer heutigen Zeit erfahren Pflanzenwässer - so gen. Hydrolate wieder eine Renaissance. Durch ihre vielfältigen und stark wirksamen Eigenschaften sind sie als wunderbare Alltagsbegleiter einsetzbar. Jede Jahreszeit bietet Hydrolate aus Pflanzen an und besonders im Frühling hilft die Grünkraft der Pflanzen bei Hautunreinheiten. Hautreizungen. Akne. Erkältungen, Allergien,

Im "Duft- und Schmetterlingsgarten" suchen wir entsprechende Blüten, Blätter, Stängel, die wir gemeinsam vor Ort destillieren. Aus dem Endprodukt Hydrolat werden wir Gesichtswasser, Parfüm, Raumspray, Salbe oder Insektenspray herstellen und mit nach Hause nehmen.

Leitung und Anmeldung bis 29.04.:

Marie Swakowski, Kräuterführerin, 20157 829 893 91

Wildkräuterwanderung, 15-17 Uhr

Sonntag, 11. Mai Mittwoch. 21. Mai

Treffpunkt: Parkplatz am Nageler See

Beschreibung siehe 1. Juni

Leitung und Anmeldung: Monika Wastl

Anmeldeschluss spätestens ein Tag vor der Wanderung

Samstag, 17. Mai, 14-16 Uhr Kräuterwanderung Nageler See und Kräutergärten

Treffpunkt: Parkplatz Nageler See

10 € inkl. kleiner Kostprobe, Kinder sind kostenfrei

Genießen Sie den Zauber der Natur bei einer Wanderung rund um den Nageler See. Es erwarten Sie verschiedene Wildkräuter an ihren natürlichen Standorten. Weiter geht es mit Kulturkräutern, Stauden und Gehölzen im "Zeit- und Erlebnisgarten" sowie im "Duft- und Schmetterlingsgarten". Tauchen Sie ein in die Geschichte, Botanik, Volksheilkunde und Verwendung unterschiedlicher Nutzpflanzen.

Leitung und Anmeldung:

Marie Swakowski, Kräuterführerin, 20157 829 893 91 Anmeldeschluss spätestens ein Tag vor der Wanderung

Dienstag, 20. Mai, 19 Uhr: Ätherische Öle für Anfänger Beschreibung siehe 21. Januar

Wildkräuterwanderung, 15-17 Uhr Sonntag. 25. Mai Donnerstag, 29. Mai

Treffpunkt: Parkplatz am Nageler See 10 € inkl. kleiner Kostprobe. Kinder sind kostenfrei

Bei einer Wanderung rund um den Nageler See und zum Bibergebiet lernen Sie zahlreiche Wildkräuter an ihren natürlichen Wuchsorten kennen.

Es gibt interessante und fast vergessene Informationen über die unerschöpfliche Vielfalt der Wildkräuter, ihre Verwendung in der Volksheilkunde oder auch in der Küche. Leitung und Anmeldung:

Erika Bauer, Kräuterführerin, 2 09236 1006 Anmeldeschluss spätestens ein Tag vor der Wanderung

Samstag, 31. Mai, 10-13 Uhr

Ich will die Heilpflanzen zu Hause selbst kultivieren Haus der Kräuter. 79 € inkl. Material. Pflanzen. Samen

Du lernst die Heilkraft der Heilpflanzen wie Kapuzinerkresse, Ringelblume, Quendel, Dost, Kornblume, Gewürztagetes u.v.m. und ihre Heilrezepte für die Immunstärke, als natürliches Antibiotika bei Blasenentzündung. Kräuter für die Haut. Augen, Magen, Verdauung und viele andere Beschwerden. Du nimmst nicht nur die Rezepte und Skript mit nach Hause, sondern auch Samen und Setzlinge.

Leitung und Anmeldung bis 28.05.:

Marie Swakowski, Kräuterführerin, 2 0157 829 893 91

Juni 2025

Wildkräuterwanderung, 15-17 Uhr

1. Juni Donnerstag, 19. Juni 25. Juni Mittwoch.

Treffpunkt: Parkplatz am Nageler See

10 € inkl. kleiner Kostprobe, Kinder sind kostenfrei

Bei einer Wanderung rund um den Nageler See und zum Bibergebiet lernen Sie zahlreiche Wildkräuter an ihren natürlichen Wuchsorten kennen. Es gibt interessante und fast vergessene Informationen über die unerschöpfliche Vielfalt der Wildkräuter, ihre Verwendung in der Volksheilkunde oder auch in der Küche.

Leitung und Anmeldung:

Monika Wastl, Kräuterpädagogin, 2 0151 535 605 69 Anmeldeschluss spätestens ein Tag vor der Wanderung

Samstag, 7. Juni, 10-13 Uhr

Einführung in das Leben und Werk des Sebastian Kneipp Haus der Kräuter, 59 € inkl. Material

Wer war Sebastian Kneipp? Die fünf Säulen der Kneipptherapie. Wasserheilkunde und Wasseranwendungen.

Sonstige Anwendungen nach Sebastian Kneipp in der Praxis. Ernährung und Kräuterheilkunde nach Sebastian Kneipp. Rezepte und Mitbringsel zum Mitnehmen.

Leitung und Anmeldung bis 04.06.:

Marie Swakowski, Kräuterführerin, 20157 829 893 91

Kräuterwanderung Nageler See und Kräutergärten

Samstag. 7. Juni. 14-16 Uhr Samstag, 14. Juni, 14-16 Uhr Beschreibung siehe 17. Mai

Leitung und Anmeldung: Marie Swakowski

Wildkräuterwanderung, 15-17 Uhr

Montag. 9. Juni Sonntag, 29. Juni

Treffpunkt: Parkplatz am Nageler See 10 € inkl. kleiner Kostprobe. Kinder sind kostenfrei

Bei einer Wanderung rund um den Nageler See und zum Bibergebiet lernen Sie zahlreiche Wildkräuter an ihren natürlichen Wuchsorten kennen. Es gibt interessante und fast vergessene Informationen über die unerschöpfliche Vielfalt der

Wildkräuter, ihre Verwendung in der Volksheilkunde oder auch in der Küche. Leitung und Anmeldung:

Erika Bauer, Kräuterführerin, 2 09236 1006

Anmeldeschluss spätestens ein Tag vor der Wanderung

Samstag, 14, Juni, 10-13 Uhr Heilpflanzen aus TCM und anderen Kulturen des Ostasien-, Südafrika- und Mittelamerikagebietes

Haus der Kräuter. 79 € inkl. Material. Pflanzen. Samen Ob Zimmerpflanze oder Staude, du lernst einige Pflanzen. die bei Erkältungen, Halsschmerzen, Migräne, Schnupfen, Konzentration etc. helfen und nimmst sogar Ableger mit nach Hause.

Leitung und Anmeldung bis 11.06.: Marie Swakowski, Kräuterführerin, 2 0157 829 893 91

Dienstag, 17. Juni, 19 Uhr: Ätherische Öle für Anfänger

Beschreibung siehe 21. Januar Leitung und Anmeldung bis 16.06.: Birgit Lenk, Aromafachberaterin, 20151 648 068 96

Sonntag, 22. Juni, 15 Uhr Wildkräuterwanderung mit Kräuterbrotzeit

Treffpunkt: Parkplatz gegenüber dem Haus der Kräuter, Kemnather Str. 3. Kosten: 34 €

Wir begeben uns auf eine Wildkräuterwanderung rund um den idyllischen Nageler See und zum Bibergebiet. Natur pur begleitet uns auf der Wanderung. Die Teilnehmer erfahren Interessantes und nahezu Vergessenes über die Verwendung der Wildkräuter in der Küche und in der Volksheilkunde Anschließend gibt es im Haus der Kräuter Wildkräuterleckereien und frisches Brot aus dem Holzofen.

Für Gruppen ab 10 Personen kann dieses Angebot individuell gebucht werden! Leitung und Anmeldung bis 21.06.: Erika Bauer, Kräuterführerin, 2 09236 1006

Samstag, 28. Juni, 15-18 Uhr Die Wildkräuter und ihre Heilkraft in der Kupferdampf-Destille

Haus der Kräuter, 79 € inkl. Material

Vorstellung der wichtigsten essbaren Wildpflanzen und ihren gesundheitlichen Wert in der Ernährung und Hausapotheke inkl. Hauskosmetik. Du lernst, was Destillieren der Heilpflanze ist und je nach Hauttyp erstellst du für dich dein eigenes Gesichtswasser, Hautcreme und Raumsprav.

Leitung und Anmeldung bis 25.06.:

Marie Swakowski, Kräuterführerin, 2 0157 829 893 91





riechen



fühlen

Veranstaltungsprogramm Kräuterführerinnen Herberia

schmecken

Januar - Juni

Gemeinde Nagel Wunsiedler Str. 25 | 95697 Nagel Telefon: 09236 98110 willkommen@erholungsort-nagel.de

www.erholungsort-nagel.de www.kraeuterdorf-nagel.de







