

## *Jahresprogramm Natursula*

### März

20. März 2015 14.00-16.00 Uhr

#### **Kräuterenergie zum Frühlingsanfang**

Nach einem langen Winter lechzen Körper und Geist nach Erneuerung und Energie. Auf einer Wanderung durch die aufblühende Natur sammeln wir das erste frische Grün, das uns hilft unsere Vitalkräfte zu wecken. Daraus bereiten wir an Ort und Stelle einen Tee.

Anmeldeschluss: 18. März 2015 22,00 €

### April

24. April 2015 16.00-19.30 Uhr

#### **Frühlingskochen mit Wildkräutern**

Auf einer kleinen Exkursion sammeln wir die Zutaten für eine schmackhafte grüne Suppe. Brennnessel, Spitzwegerich, Girsch und Co. stärken unsere Abwehrkräfte und geben neuen Schwung. Dazu gibt es frischgebackenes Kräuterbrot.

Anmeldeschluss: 22. April 2015 35,00 €

### Mai

22. Mai 2015 16.00-19.30 Uhr

#### **Kräuterkulinarik im Wonnemonat**

Grüner wird's nicht mehr... und diese Fülle an Mineralstoffen genießen wir auf kulinarische Weise. Zusammen kochen wir ein feines, fleischloses Frühlingsmenü.

Anmeldeschluss: 20. Mai 2015 38,00 €

## Juni

26. Juni 2015 16.00-19.00 Uhr

### **Sommerliche Kräuterbrotzeit**

Die Natur zeigt sich jetzt von ihrer buntesten und vielfältigsten Seite. Aus Garten- und Wiesenkräutern bereiten wir eine sommerliche Brotzeit. Die Zutaten sammeln wir gemeinsam auf einer kurzen Wanderung.

Anmeldeschluss: 26. Juni 2015 33,00 €

## Juli

24. Juli 2015 17.00-20.00 Uhr

### **Exkursion zum Biotop Bergwiese**

Warum sind Bergwiesen so gesund und heilkräftig? Auf einer Wanderung auf den Kochelberg erfahren Sie Wissenswertes über dieses besonders wertvolle Naturprodukt. Zum Ausprobieren bekommen Sie ein duftendes Heukissen geschenkt.

Anmeldeschluss: 22. Juli 2015 28,00 €

## September

19. September 2015 14.00-16.30 Uhr

### **Spätsommerliche Wanderung auf den Kochelberg**

Schon unsere Vorfahren schätzten die Heilwirkung unserer heimischen Pflanzenwelt. Aus gesammelten Blättern und Blüten bereitet sich jeder eine Tinktur.

Anmeldeschluss: 17. September 2015 22,00 €

## Oktober

13. Oktober 2015 17.00-20.00 Uhr

### **Herbstliche Kräuterküche**

Natur und Mensch bereiten sich langsam auf den Winter vor. Mit würzigen Kräutern aus Garten und Wiese bereiten wir ein köstliches Drei-Gänge-Menü.

Anmeldeschluss: 11. Oktober 2015 40,00 €