

KURSPLAN: BIRGITS KRÄUTERKÜCHE

FEBRUAR – JULI 2025
KURS

Plantago

SCHULE DES ALTEN WISSENS

WO

WANN

DIENSTAG, 04.02.2025 18:45–21:00 UHR	NERVENKEKSE NACH HILDEGARD VON BINGEN UND ENTSPANNUNGSTEES Du machst dir oft Sorgen, bist am Grübeln, kraftlos und müde? Hildegard von Bingen hat eine wohltuende Keksrezeptur entwickelt. Sie sind einfach gemacht und können immer verfügbar sein. <i>Standarteilnahmegebühr zzgl. 9€ Lebensmittelumlage für Materialien, Gewürzmischung, Keks- und Teeverkostung.</i>	Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
DO, 13.02.2025 18:45–21:00 UHR	HUSTENSAFT AUS WILDKRÄUTERN, SAMEN UND WURZELN HERSTELLEN Du bist immer mal wieder erkältet und möchtest deinen eigenen Hustensaft selbst herstellen? Dann sei dabei, wenn wir verschiedenen Rezepte nach der Volksmedizin gemeinsam ausprobieren und verkosten. <i>Standarteilnahmegebühr zzgl. 9€ Lebensmittelumlage, Verkostung, Getränke & verschiedener Hustensäfte und eine 200ml Flasche selbst hergestellten Hustensaft zum Mitnehmen.</i>	Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
MI, 19.02.2025 18:45–21:00 UHR	HEILSAME VOGELMIERE IN DER HAUSAPOTHEKE UND KÜCHE Du möchtest eigenen Wintersalat sammeln und in deinem Essen integrieren? Vogelmiere als leckerer Wintersalat verarbeiten und gemeinsam mit frischem Brot genießen Außerdem Vogelmiere zu einer Heilsalbe aus der Volksheilkunde verarbeiten. <i>Standarteilnahmegebühr zzgl. 8€ Lebensmittelumlage, Getränke, Verkostung & selbst hergestellten Creme 40ml zum Mitnehmen.</i>	Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
DO, 27.02.2025 18:45–21:00 UHR	IMMUNSTÄRKUNG MIT OXYMEL Kennst du die immunstärkende Wirkung von Oxymel? Und weißt du, wie man verschiedene Varianten ganz leicht selbst herstellen kann? Ich zeige dir, wie du dein eigenes Einschlaf- und Beruhigungsoxymel zubereiten kannst. Außerdem ein erfrischendes Golden-Oxymel, sowie andere leckere Rezeptideen die immunstärkend sind. <i>Standarteilnahmegebühr zzgl. 7€ Lebensmittelumlage, Verkostung, Getränke & selbst hergestelltes Oxymel 200ml zum Mitnehmen.</i>	Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
MI, 12.03.2025 18:45–21:00 UHR	KOCHEN ZU KRISENZEITEN: LINSENSUPPE MIT HEILKRÄUTERN. Möchtest du lernen, wie man auch in Krisenzeiten leckere Gerichte kochen kann, wo die Zutaten lange haltbar sind, nicht viel Platz brauchen, Gesund, lecker und günstig? Dann sei dabei, wenn wir gemeinsam leckeren Linseneintopf mit Heilkräutern kochen und anschließend gemütlich in geselliger Runde essen. <i>Standarteilnahmegebühr zzgl. 7€ für Lebensmittelumlage & Getränke & Verkostung.</i>	Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
DI, 25.03.2025 16:30–18:00 UHR	KRÄUTERWANDERUNG IM ZEITIGEN FRÜHJAHR Brennnessel, Nelkenwurz, Löwenzahn und viele andere Heilpflanzen Erkennen der Pflanzen, was steckt in den Wurzeln und Blättern und wie können wir diese Kraft für uns nutzen. Teilnahmegebühr 15,-	Treffpunkt: Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
MI, 09.04.2025 18:45–21:00 UHR	KREATIVE KRÄUTERKÜCHE: DIE BLÄTTER, KNOSPEN, WURZELN & BLÜTEN DES LÖWENZAHNS. Hast du gewusst, dass der Löwenzahn in der Volksheilkunde zur Leberreinigung eingesetzt wurde. Ich zeige dir einige Ideen zur Verwendung des Löwenzahns in deiner Küche. <i>Standarteilnahmegebühr zzgl. 7€ für Lebensmittelumlage, Verkostung, Getränke & verschiedene Kräutervarianten zum Mitnehmen</i>	Treffpunkt: Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
DO, 10.04.2025 18:45–21:00 UHR	KREATIVE KRÄUTERKÜCHE: SIRUP AUS LÖWENZAHN UND GÄNSEBLÜMCHEN. Hast du gewusst, dass der Löwenzahn in der Volksheilkunde zur Leberreinigung eingesetzt wurde. Ich zeige dir einige Ideen zur Verwendung des Löwenzahns in deiner Küche. Hier ist eine leckere Variante für dich zum Genießen. <i>Standarteilnahmegebühr zzgl. 7€ für Lebensmittelumlage, Verkostung, Getränke & Sirup zum Mitnehmen</i>	Treffpunkt: Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
MI, 14.05.2025 17:30–19:00 UHR	KRÄUTERWANDERUNG IM MAI: GELBWEISSER BLÜTENTRAUM Mädesüß, Gilbweiderich, Kleesorten, Johanniskraut, erkennen, ernten und verwenden. <i>Teilnahmegebühr 15,-</i>	Treffpunkt: Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
DO, 15.05.2025 18:45–21:00 UHR	KREATIVE KRÄUTERKÜCHE IM MAI Mädesüß, Gilbweiderich, Kleesorten, Johanniskraut, zur Hausapotheke verarbeiten. Entdeckte diese wunderbare naturbunte Blütenpracht. Wir stellen gemeinsam ein Rotöl her, außerdem eine Tinktur für die Zahngesundheit. <i>Standarteilnahmegebühr zzgl. 7€ für Lebensmittelumlage, Verkostung, Getränke & Kräuterezeugnisse zum Mitnehmen.</i>	Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
DI, 22.07.2025 18:00–19:30UHR	SOMMER KRÄUTERWANDERUNG Schafgabe, Spitzwegerich, Sommerkleesorten erkennen, ernten und verwenden. Die Klassiker für Magen und Darm, Husten und Entzündungen in der Volksheilkunde incl. Signaturenlehre Teilnahmegebühr: 15,-	Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel
MI, 23.07.2025 18:00–21:00 UHR	KREATIVE KRÄUTERKÜCHE Likör und Sirup aus der Schafgabe. "Schafgabe im Leib, tut wohl jedem Weib", entdecke die wunderbaren Wirkstoffe und Heilwendungsmöglichkeiten der Volksheilkunde rund um die Schafgabe. <i>Standarteilnahmegebühr zzgl. 9€ für Lebensmittelumlage, Getränke, Verkostung & Kräuterezeugnisse zum Mitnehmen</i>	Eekenhoff Tagespflege Schafdamms 60, 26188 Klein Scharrel



JETZT ANMELDEN!

Scanne den QR-Code oder gib folgendes in den Browser

ein: <https://forms.office.com/r/TpUDVRjxhb>

Ich freue mich auf dich!