



Kräuterangebote 2022

„Kleine Helden – Beerenstark“

Mit der Natur auf Du und Du – Raus ins Grüne hinein ins Blaue und Gänseblümchen im Haar!

Datum/Beginn	Veranstaltung	Thema	Kosten	Referentin
März				
14.04., 27.04., 12.05.2022, 02.06., 23.06., 07.07., 21.07., 15.09., 29.09., 13.10.2022, 27.10.2022	Kräuterspaziergang am Feierabend	Kräuterspaziergang Treffpunkt: VitalZentrum Bad Tölz Wildkräuter im Frühling strotzen nur so vor Lebenskraft und bieten heimischen Insekten die erste Nahrung im Frühjahr. Kräuterpädagogin Andrea Winkler zeigt Ihnen, wie Sie diese sicher erkennen und bestimmen und erklärt Ihnen, wie Sie die heimischen Wildkräuter nachhaltig nutzen – in Garten, Küche und Hausapotheke. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt! Hunde müssen leider zuhause bleiben	20,00 € (2 Stunden) 30,00 € (3 Stunden) Incl. Herstellung und Skript	Naturwerkstatt Andrea Winkler 0152/21765298 info@wildkraeuter-erleben.de
April				
08.04.2022 09:00 Uhr	Idyllische Kräuterwanderung im Natura 2000- Gebiet Gaissacher Filze	Treffpunkt jeweils 09:00 Uhr am Wanderparkplatz vom Wanderparkplatz Gaissach OT. Lehen. Barrierefreier, gemütlicher Rundweg-Wissenswertes über Schutzgebiete sowie schutzbedürftige Pflanzen und Tiere – Weiblicke zum Innehalten und Durchatmen! Zwar dürfen im Naturschutz keine Kräuter gesammelt werden, dafür stellen wir im anschließendem outdoor Workshop aus unserem gesammelten Wissen ein paar schöne Dinge her – sowohl für den Gaumen als auch für die Sinne. Hunde müssen leider zu Hause bleiben!	45,00 € Dauer 3 Std. + 1,00 € Parkgebühr vor Ort	Alexandra Winzenhöller Alexandra.winzenhoeeller@yahoo.de
29.04.2022 13.00 Uhr	Kräuterspaziergang	Treffpunkt Ecke Isar/Marktstraße Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulissee auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge vermittele ich, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter,	25,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de

		wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.		
30.04.2022 13.00 – 17:00 Uhr	NAT® Technique Ausbildung	Gsund durch jedes Alter in der Familie. NEURO-AURICULAR TECHNIQUE® (NAT) Die schnelle Entspannungshilfe für zwischendurch am Arbeitsplatz oder in der Familie. Das Gleichgewicht der Nervenfunktionen wird wiederhergestellt und somit tritt psychisch, physisch und emotional Entspannung ein. Eine Kombination aus Akupressur und ätherischen Ölen für jeden leicht erlernbar. Kein Nagellack an Händen und Füßen!	50,00 € Max. 6 TN Incl. Skript, Getränke, Snack und Probieröle Set.	Christa Opitz-Böhm 08171/ 348 237 christa@opitz-boehm.de
Mai				
01.05.2022 10:00 – 14:00 Uhr	Baumpfade-Seelenpfade Treffpunkt bei Anmeldung!	An diesem Tag sind Bäume unsere Begleiter. Die tief Verwurzelten helfen uns, zurück zu unserer inneren Mitte zu finden und uns zu erden. Wir nähern uns den Bäumen spielerisch mit allen Sinnen, erkunden sie und lernen, wie unterschiedlich sie sich uns zeigen. Danach suchen wir unseren persönlichen Baumbegleiter für den Tag und erden uns dort. Die Erkenntnisse des Tages können wir im Anschluss mit kreativer Naturgestaltung (LandArt) abschließen.	30,00 € pro Erwachsene 15,00 € pro Kind	Ursula Stroux 0173/8464756 ursula@achtsame-baerin.org
06.05.2022 13.00 Uhr	Kräuterspaziergang	Treffpunkt Ecke Isar/Marktstraße Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge vermittele ich, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste. Hunde müssen leider zu Hause bleiben.	25,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de
06.05.2022 10:00 – 12:00 Uhr	Nachhaltiger Kräuterspaziergang mit Kneipp durch Wald und Wiese am Blomberg	Treffpunkt: Blombergbahn/Talstation Bad Tölz in die Natur Wasser suchen, Kneipp finden und Kräuter sammeln....	25,00 € pro TN Pro Kind 10,00 € (3,00 € Ermäßigung mit Kurkarte)	Alexandra Winzenhöller 0174-3158901 alexandra.winzenhoeller@yahoo.de Kerstin Germandi Kneipp Gesundheitstrainer
20.05.2022 14:00 – 16:00 Uhr	Wildes Knuspern	Knusper, Knusper Knäußchen wer knappert an meinem Häuschen; Hänsel und Gretel auf Knuspertour. Alles was Wald und Wiese so hergibt. Entsprechend der Knusperküche gibt es in diesem Kochangebot ganz viel Knusperglück. Flammkuchen mit Kräuter, Knusper - Kräuterecken und Kräuterhörnchen mit Käse Koch-und Back Kurs für Kinder ab 6 Jahre!	5,00 € pro TN	Ursula Schöller 08178-908 936 praxis@gesund-mit-ernaehrung.de

21.05.2022 10:00 – 14:00 Uhr	Baumpfade- Seelenpfade Treffpunkt bei Anmeldung!	An diesem Tag sind Bäume unsere Begleiter. Die tief Verwurzelten helfen uns, zurück zu unserer inneren Mitte zu finden und uns zu erden. Wir nähern uns den Bäumen spielerisch mit allen Sinnen, erkunden sie und lernen, wie unterschiedlich sie sich uns zeigen. Danach suchen wir unseren persönlichen Baumbegleiter für den Tag und erden uns dort. Die Erkenntnisse des Tages können wir im Anschluss mit kreativer Naturgestaltung (LandArt) abschließen.	30,00 € pro Erwachsene 15,00 € pro Kind	Ursula Stroux 0173/8464756 ursula@achtsame-baerin.org
27.05.2022 14:00 – 18:00 Uhr	Essbare Blüten	Lehrküche VitalZentrum Bad Tölz Der Sommer lockt mit Farben und Düften. Blüten bilden die Nahrung zahlreicher Insekten und stellen auch für uns einen zauberhaften Genuss und gesunden Genuss dar. Sie erlernen, welche Blüten für uns nutzbar sind, wie sie verwendet werden, aber auch, für welche Insekten sie eine wichtige Nahrung darstellen. Im Workshop stellen wir Blütenzucker, Blütenessig und Blütenbutter und einen Sirup her.	55,00 € Inkl. Lebensmittel, Material, Skript und Getränke	Naturwerkstatt Andrea Winkler 0152/21765298 info@wildkraeuter-erleben.de
Juni				
02.06.2022 09:00 Uhr	Kräuterspaziergang durch Wald und Wiese	mit schönen Aussichtspunkten zum Innehalten, am Stadtrand von Bad Tölz. Gerne auch auf Anfrage für private Gruppen Treffpunkt: an der Straßenecke Ludwig-Thoma-Str./ Theodor Körner Straße.	25,00 €	Alexandra Winzenhöller 0174/315 89 01 Alexandra.winzenhoeller@yahoo.de
03.06.2022 09:00 Uhr	Kräuterspaziergang	Treffpunkt Ecke Isar/Marktstraße Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge vermittele ich, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.	25,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de
03.06.2022 12:30 Uhr	Kräuterkochkurs	Lehrküche VitalZentrum In diesem Wildkräuterkochkurs erlernen wir gemeinsam das Backen von Brot und die Herstellung von leckeren Aufstrichen & Desserts mit saisonalen Wildkräutern aus der Region. Im Anschluss genießen wir gemeinsam unsere hergestellten Leckereien...	79,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de
04.06.2022 14:00 – 18:00 Uhr	Farbenfrohe Blütenküche	Kochkurs Die Blütenpracht des Sommers bezaubert uns mit ihrem frischen Duft und ihren Farben. Viele von ihnen sind essbar. Von der Vorspeise bis zum Dessert lässt sich mit ihnen ein komplettes Menü phantasievoll gestalten oder verschieden Zubereitungen für Küche, aber auch Naturkosmetik und Hausapotheke herstellen.	55,00 € Lebensmittel, Material, Skript und Getränke	Andrea Winkler Naturwerkstatt 0152/21765298 info@wildkraeuter-erleben.de
24.06.2022	Idyllische	Treffpunkt jeweils 09:00 Uhr am Wanderparkplatz vom Wanderparkplatz	45,00 €	Alexandra Winzenhöller

09:00 Uhr	Kräuterwanderung im Natura 2000-Gebiet Gaissacher Filze	Gaissach OT. Lehen. Barrierefreier, gemütlicher Rundweg-Wissenswertes über Schutzgebiete sowie schutzbedürftige Pflanzen und Tiere – Weiblicke zum Innehalten und Durchatmen! Zwar dürfen im Naturschutz keine Kräuter gesammelt werden, dafür stellen wir im anschließendem outdoor Workshop aus unserem gesammelten Wissen ein paar schöne Dinge her – sowohl für den Gaumen als auch für die Sinne. Hunde müssen leider zu Hause bleiben!	Dauer 3 Std. + 1,00 € Parkgebühr vor Ort	Alexandra.winzenhoeeller@yahoo.de
30.06.2022 09:00 Uhr	Kräuterspaziergang durch Wald und Wiese	mit schönen Aussichtspunkten zum Innehalten, am Stadtrand von Bad Tölz. Gerne auch auf Anfrage für private Gruppen Treffpunkt: an der Straßenecke Ludwig-Thoma-Str./ Theodor Körner Straße.	25,00 €	Alexandra Winzenhöller 0174/315 89 01 Alexandra.winzenhoeeller@yahoo.de
Juli				
01.07.2022 14:00 – 16:00 Uhr	Matsch-Termin Neuer Termin!	Sommerzeit – Regentage und Regenpfützenunsere kleinen Helden haben Gummistiefel an und auf die Plätze fertig loswer springt zuerst in die Pfütze... Quarkknödel mit Quarkmatsche und Kräuter, Kartoffelspalten + Kräuteröle, Gemüse Sticks, Smoothie, Chia Pudding, Quinoa Salat. Alles was matschig ist..... Koch-und Back Kurs für Kinder ab 6 Jahre!	5,00 €	Ursula Schöller 08178-908 936 praxis@gesund-mit-ernaehrung.de
01.07.2022 15:00 – 17:00 Uhr	Nachhaltiger Kräuterspaziergang mit Kneipp durch Wald und Wiese am Blomberg	Treffpunkt: Blombergbahn/Talstation Bad Tölz in die Natur Wasser suchen, Kneipp finden und Kräuter sammeln....	25,00 € Pro Kind 10,00 € (3,00 € Ermäßigung mit Kurkarte)	Alexandra Winzenhöller 0174-3158901 alexandra.winzenhoeeller@yahoo.de Kerstin Germandi Kneipp Gesundheitstrainer
07.07.2022 09:00 Uhr	Kräuterspaziergang	Treffpunkt Ecke Isar/Marktstraße Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge vermittele ich, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.	25,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de
07.07.2022 12:30 Uhr	Kräuterkochkurs	Wildkräutergenuss – Zauber des Holunders In diesem Wildkräuterkochkurs erlernen wir gemeinsam, wie wir mit Wildkräutern kochen, wie wir Holunderblüten verarbeiten können. Im Anschluss genießen wir unsere hergestellten Leckereien...	79,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de

<p>08.07.2022</p> <p>14:00 – 16:00 Uhr</p>	<p>Hundstage</p>	<p><i>Raus ins Grüne – hinein ins Blaue, Sommer, Sonne, Seen - Gänseblümchen im Haar und in der Suppe. Freche Fröchtchen und Entdeckergeist sind bei den Mini Küchenmeistern gefragt. Eine bunte Vielfalt an Kräutern und essbaren Blüten stehen uns im Sommer voll zu Verfügung und warten darauf, von Euch in der Küche zubereitet zu werden.</i></p> <p><i>Kräuterquark, Gemüsesticks, Limonade, Kräutereis (2 verschiedene Eissorten aus Beeren und Kräuter, Vegan ohne Ei) Zitronensorbet, Wiesenkräuter, G`sunde süße Kekse, Würzige Törtchen aus Wildkräuter und Blüten und mehr....</i></p> <p>Koch-und Back Kurs für Kinder ab 6 Jahre!</p>	<p>5,00 €</p>	<p>Ursula Schöller 08178-908 936 praxis@gesund-mit-ernaehrung.de</p>
<p>09.07.2022</p> <p>14:00 – 18:00 Uhr</p>	<p>Hydrolate – duftende Pflanzen- und Blütenwasser selbst herstellen</p>	<p>Praxisworkshop <i>Der Sommer lockt mit Düften aus Blüten und aromatischen Pflanzen. In einem Hydrolat lassen sich diese, ihr und wertvollen Inhaltstoffen auf sanfte Weise einfangen. Sie erlernen den Umgang mit einer Kupferdestille, aber auch, wie Sie mit einfachen Mitteln zu Hause ein Hydrolat selbst herstellen können und worauf Sie bei gekauften Produkten achten sollen. Im Anschluß stellen wir aus den Hydrolaten ein Pflegeprodukt her</i></p> <p>Anmeldung erforderlich bis: 08. Mai 2022.</p>	<p>55,00 €</p> <p>Inkl. Material, Skript und Getränke.</p> <p>ab 6 Teilnehmer</p>	<p>Naturwerkstatt Andrea Winkler 0152/217 65 298 info@wildkraeuter-erleben.de</p>
<p>15.07.2022</p> <p>09:00 Uhr</p>	<p>Idyllische Kräuterwanderung im Natura 2000-Gebiet Gaissacher Filze</p>	<p>Treffpunkt jeweils 09:00 Uhr am Wanderparkplatz vom Wanderparkplatz Gaissach OT. Lehen. <i>Barrierefreier, gemütlicher Rundweg-Wissenswertes über Schutzgebiete sowie schutzbedürftige Pflanzen und Tiere – Weiblicke zum Innehalten und Durchatmen! Zwar dürfen im Naturschutz keine Kräuter gesammelt werden, dafür stellen wir im anschließendem outdoor Workshop aus unserem gesammelten Wissen ein paar schöne Dinge her – sowohl für den Gaumen als auch für die Sinne.</i></p> <p>Hunde müssen leider zu Hause bleiben!</p>	<p>45,00 €</p> <p>Dauer 3 Std. + 1,00 € Parkgebühr vor Ort</p>	<p>Alexandra Winzenhöller Alexandra.winzenhoeeller@yahoo.de</p>
<p>21.07.2022</p> <p>12:30 Uhr</p>	<p>Kräuterkochkurs</p>	<p>Wildkräutergenuss - Wildkräutervielfalt <i>In diesem Wildkräuterkochkurs werden wir ein 3-Gänge Gericht mit einer Vielzahl an Wildkräutern zubereiten. Im Anschluss daran genießen wir unser großartiges Essen...</i></p>	<p>79,00 €</p>	<p>Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de</p>
<p>28.07.2022</p> <p>09:00 Uhr</p>	<p>Kräuterspaziergang</p>	<p>Treffpunkt Ecke Isar/Marktstraße <i>Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge vermittele ich, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.</i></p>	<p>25,00 €</p>	<p>Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de</p>
<p>28.07.2022</p>	<p>Kräuterspaziergang</p>	<p><i>mit schönen Aussichtspunkten zum Innehalten, am Stadtrand von Bad Tölz.</i></p>	<p>25,00 €</p>	<p>Alexandra Winzenhöller</p>

09:00 Uhr	durch Wald und Wiese	Gerne auch auf Anfrage für private Gruppen Treffpunkt: an der Straßenecke Ludwig-Thoma-Str./ Theodor Körner Straße.		0174/315 89 01 Alexandra.winzenhoeller@yahoo.de
30.07.2022 14:00 – 18:00 Uhr	Färben mit heimischen Wildpflanzen	Kreativworkshop Zahlreiche Blüten, Blätter und Pflanzen unserer heimischen Wildpflanzen besitzen intensive Farbstoffe, die die Menschen jahrhundertlang zum Färben verwendet haben. In diesem Workshop erlernen Sie traditionelle Herstellungsverfahren, um aus Wildpflanzen Farben zu gewinnen. Damit lassen sich natürliche Stoffe wie Wolle, Seide oder Baumwolle und Leinen kreativ und individuell einfärben. Bitte mitbringen: Wäschekorb, Transportkiste und Tüten, Kittel oder alte Kleidung, Gummihandschuhe. Anmeldung erforderlich bis: 11. Mai 2022.	55,00 € Inkl. Material, Skript und Getränke.	Naturwerkstatt Andrea Winkler 0152/217 65 298 info@wildkraeuter-erleben.de
August				
*Ferienpass Angebot Landratsamt Bad Tölz! <u>Angebot Buchbar nur Über Landratsamt!!!</u>	Hundstage	Da wo der Hund und die Katz ned hibisselt Raus ins Grüne – hinein ins Blaue, Sommer, Sonne, Seen - Gänseblümchen im Haar und in der Suppe. Freche Fröchtchen und Entdeckergeist sind bei den Mini Küchenmeistern gefragt. Eine bunte Vielfalt an Kräutern und essbaren Blüten stehen uns im Sommer voll zu Verfügung und warten darauf, von Euch in der Küche zubereitet zu werden. Kräuterquark, Gemüse Sticks, Limonade, Kräutereis (2 verschiedene Eissorten aus Beeren und Kräuter, Vegan ohne Ei) Zitronensorbet, Wiesenkräuter, g`sunde süße Kekse, würzige Törtchen aus Wildkräuter und Blüten und mehr. Koch-und Back Kurs für Kinder ab 6 Jahre!	5,00 €	Referentin: Ursula Schöller Anmeldung nur über Ferienpass Landratsamt! Tel.: 08041/ 90 86 ferienpass@kjr-toelz.de
Datum Auf Anfrage! 14:00 – 19:00 Uhr	Bäume, Sträucher, Hecken und ihre Früchte	Praxisworkshop Der hält in seinen Beeren, Nüsse, Samen, Früchte, aber auch immer noch Wildkräutern, viele Schätze bereit – heimisches Superfood sozusagen, nur kaum noch bekannt. Bei einem Spaziergang lernen Sie die Heckenpflanzen kennen und sicher bestimmen. Sie lernen ihre Inhaltstoffe, wie Farb- und Vitalstoffe und essentielle Fettsäuren kennen sowie ihre Zubereitung. Im praktischen Teil stellen kandierte oder eingelegte Früchte, Liköre und/oder Fruchtaufstriche her. Anmeldung erforderlich bis: Hunde müssen leider zu Hause bleiben!	55,00 € Inkl. Material, Skript und Getränke.	Naturwerkstatt Andrea Winkler 0152/217 65 298 info@wildkraeuter-erleben.de



Kräuterangebote 2022


„Kleine Helden – Beerenstark“

Mit der Natur auf Du und Du – Raus ins Grüne hinein ins Blaue und Gänseblümchen im Haar!

	Veranstaltung	Thema	Kosten	Referentin
Datum/Beginn				
05.08.2022 15:00 – 17:00 Uhr	Nachhaltiger Kräuterspaziergang mit Kneipp durch Wald und Wiese am Blomberg	Treffpunkt: Blombergbahn/Talstation Bad Tölz in die Natur Wasser suchen, Kneipp finden und Kräuter sammeln....	25,00 € pro TN Pro Kind 10,00 € (3,00 € Ermäßigung mit Kurkarte)	Alexandra Winzenhöller 0174-3158901 alexandra.winzenhoeller@yahoo.de Kerstin Germandi Kneipp Gesundheitstrainerin
September				
23.09.2022 09:00 Uhr	Kräuterspaziergang	Treffpunkt Ecke Isar/Marktstraße Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulissee auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge vermittele ich, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.	25,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de
22.09.2022 09:00 Uhr	Idyllische Kräuterwanderung im Natura 2000-Gebiet Gaissacher Filze	Treffpunkt jeweils 09:00 Uhr am Wanderparkplatz vom Wanderparkplatz Gaissach OT. Lehen. Barrierefreier, gemütlicher Rundweg-Wissenswertes über Schutzgebiete sowie schutzbedürftige Pflanzen und Tiere – Weiblicke zum Innehalten und Durchatmen! Zwar dürfen im Naturschutz keine Kräuter gesammelt werden, dafür stellen wir im anschließendem outdoor Workshop aus unserem gesammelten Wissen ein paar schöne Dinge her – sowohl für den Gaumen als auch für die Sinne. Hunde müssen leider zu Hause bleiben!	45,00 € Dauer 3 Std. + 1,00 € Parkgebühr vor Ort	Alexandra Winzenhöller Alexandra.winzenhoeeller@yahoo.de
23.09.2022 12:30 Uhr	Kräuterkochkurs	Wildkräutergenuss - Wildkräutervielfalt In diesem Wildkräuterkochkurs werden wir ein 3-Gänge Gericht mit einer Vielzahl an Wildkräutern zubereiten. Im Anschluss daran genießen wir unser großartiges Essen...	79,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de

29.09.2022 09:00 Uhr	Kräuterspaziergang durch Wald und Wiese	mit schönen Aussichtspunkten zum Innehalten, am Stadtrand von Bad Tölz. Gerne auch auf Anfrage für private Gruppen Treffpunkt: an der Straßenecke Ludwig-Thoma-Str./ Theodor Körner Straße.	25,00 €	Alexandra Winzenhöller 0174/315 89 01 Alexandra.winzenhoeller@yahoo.de
Oktober				
06.10.2022 09:00 Uhr	Idyllische Kräuterwanderung im Natura 2000-Gebiet Gaissacher Filze	Treffpunkt jeweils 09:00 Uhr am Wanderparkplatz vom Wanderparkplatz Gaissach OT. Lehen. Barrierefreier, gemütlicher Rundweg-Wissenswertes über Schutzgebiete sowie schutzbedürftige Pflanzen und Tiere – Weiblicke zum Innehalten und Durchatmen! Zwar dürfen im Naturschutz keine Kräuter gesammelt werden, dafür stellen wir im anschließendem outdoor Workshop aus unserem gesammelten Wissen ein paar schöne Dinge her – sowohl für den Gaumen als auch für die Sinne. Hunde müssen leider zu Hause bleiben!	45,00 € Dauer 3 Std. + 1,00 € Parkgebühr vor Ort	Alexandra Winzenhöller Alexandra.winzenhoeeller@yahoo.de
07.10.2022 14:00 – 16:00 Uhr	Wald Termin	Die Waldküche ist gefragt. Kleine Helden aus dem Wald – ein Männlein steht im Walde ganz still und staad. Knisterndes Feuer und der Geruch von heißen Maroni (Kastanien) zieht durch den Wald. Pilze, Pilzsteaks und Salat, Waldheidelbeeren bzw. Moosbeeren, Waldhonig, Chia Samen und Hafer- oder Kokosmilch werden verarbeitet... Koch- und Back Kurs für Kinder ab 6 Jahre!	5,00 €	Ursula Schöller 08178-908 936 praxis@gesund-mit-ernaehrung.de
16.10.2022 09:30 – 18:00 Uhr	Raindrop Technique® Ausbildung	G`sund und unabhängig sein – nutzen Sie das Angebot eine Raindrop Massage zu erlernen und tun Sie Freunden und Familie etwas Gutes. Die effektive Entgiftungsmassage mit ätherischen Kräuterölen auf den Fußsohlen und an der Wirbelsäule ist zusätzlich entspannend und regenerierend. Die Öle landen wie Regentropfen auf der Haut und werden mit speziellen Massagegriffen eingearbeitet. Ideal je nach Ölzusammenstellung eine wohltuende und gesunde Unterstützung in der Familie. Es muss nicht immer die Massage in der Praxis sein. Greifen Sie selbst in Ihre Gesunderhaltungskiste. Mitzubringen: 4 x Handtücher, 1 Laken als Schutz für den Massagetisch, Gummihandschuhe, kein Nagellack an Händen und Füßen.	89,00 € Max.6 TN Incl. Skript, Getränke, Snack und Probieröle Set.	Christa Opitz-Böhm 08171/ 348 237 christa@opitz-boehm.de
20.10.2022 09:00 Uhr	Kräuterspaziergang durch Wald und Wiese	mit schönen Aussichtspunkten zum Innehalten, am Stadtrand von Bad Tölz. Gerne auch auf Anfrage für private Gruppen Treffpunkt: an der Straßenecke Ludwig-Thoma-Str./ Theodor Körner Straße. Hunde müssen leider zu Hause bleiben.	25,00 €	Alexandra Winzenhöller 0174/315 89 01 Alexandra.winzenhoeller@yahoo.de
21.10.2022 13:00 Uhr	Kräuterspaziergang	Treffpunkt Ecke Isar/Marktstraße Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge vermittele ich, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.	25,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de

28.10.2022 13:00 Uhr	Kräuterspaziergang	Treffpunkt Ecke Isar/Marktstraße <i>Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge vermittele ich, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.</i> Hunde müssen leider zu Hause bleiben.	25,00 €	Angelika Spöri 08176/ 999 12 99 info@angelika-spoeri.de
November				
03.11.2022 18:00 – 20:00 Uhr	Gut durchdacht und selbstgemacht – der wilde Kräuterworkshop Räucherkegel herstellen	Novemberblues Wenn zäh sich hält der Morgennebel. Hilft, so sagt man, in der Regel. Gerne der Räucherkegel! Das ist auch so verständlich – Finde, ich, Denn Sie kommen ja von Herzen unsere selbstgemachten Räucherkerzen. <i>Aus natürlichen Zutaten stellen wir Räucherkegel her. Dabei können je nach Auswahl der Kräuter ganz individuelle Duftnoten kreierte werden. Die Räucherkegel eignen sich wunderbar, um für sich selbst den Moment besinnlich und achtsam zu gestalten. Sie können zum Begehen der Raunächte zum Einsatz kommen und sie eignen sich natürlich als ganz besonderes Weihnachtsgeschenk.</i>	25,00 € Incl. Punsch	Alexandra Winzenhöller 0174/315 89 01 Alexandra.winzenhoeller@yahoo.de
16.11.2022 09:00 – 11:30 Uhr	Kinderworkshop Meisenknödel herstellen	Knödel für Vögel <i>Für unsere heimischen Wildvögel stellen wir verschiedene Sorten leckeres Winterfutter her. Und weil unser Futter ganz ohne Plastiknetz daherkommt, basteln wir dazu noch hübsche Aufhänge-vorrichtungen!</i> <i>Wie gut, dass wir nur die besten Zutaten verwenden, da zweigen wir uns doch gleich ein wenig davon ab und backen, während die fertigen Knödel noch trocknen, für uns selbst ein paar superleckere Haferflockenkekse! ☺</i> Kinder ab 8 Jahre bis 12 Jahre! VitalZentrum Bad Tölz, Lehrküche	20,00 €	Alexandra Winzenhöller 0174/315 89 01 Alexandra.winzenhoeller@yahoo.de
20.11.2022 13:00 – 17:00 Uhr	NAT® Technique Ausbildung	G`und durch jedes Alter in der Familie. NEURO-AURICULAR TECHNIQUE® (NAT) <i>Die schnelle Entspannungshilfe für zwischendurch am Arbeitsplatz oder in der Familie. Das Gleichgewicht der Nervenfunktionen wird wiederhergestellt und somit tritt psychisch, physisch und emotional Entspannung ein. Eine Kombination aus Akupressur und ätherischen Ölen für jeden leicht erlernbar.</i> Kein Nagellack an Händen und Füßen!	50,00 € Max. 6 TN Incl. Skript, Getränke, Snack u. Probier-öle Set.	Christa Opitz-Böhm 08171/ 348 237 christa@opitz-boehm.de
23.11.2022 16:00 – 18:30 Uhr	Kinderworkshop Naturkosmetik (Weihnachtsgeschenke für die Familie)	„Gut durchdacht und selbst gemacht“ – der wilde Kräuterworkshop Gänseblümchen für die Haut, Brennessel für das Haar? Na klar!! <i>Ein Naturkosmetik-Workshop für Kinder, in dem wir ganz kinderleicht schöne Produkte für Haut und Haare herstellen wollen. Bei einem Begrüßungsdrink lernen wir uns kennen und planen auch gleich die weiteren Schritte. Duftend und bunt und noch dazu ganz ohne Plastikverpackung</i>	35,00 €	Alexandra Winzenhöller 0174/315 89 01 Alexandra.winzenhoeller@yahoo.de

		<i>kommt unsere eigene Seife daher, für die Haut wie auch als Shampoo! Eine Pomade für schöne Lippen, ein frisches Deodorant und eine geschmeidige Bodylotion stehen auf dem Programm. Wer möchte, darf nach getaner Arbeit bei einer Schokoladen-Gesichtsmaske entspannen.</i>		
24.11.2022 14:00 bis ca. 3 Stunden!	Weihnachtselfen backen	Flori, der Ober Elf vom Weihnachtsmann lädt Euch in der Elfenbackstube zum großen Backschabernack ein. Kleine Elfen backen in der Nordpolbackstube magische und zuckersüße Leckereien... Weihnachtsplätzchen und kunterbuntes Gebäck werden hergestellt dazu gibt es das Lieblingsgetränk vom Weihnachtsmann – Heißer Kakao mit Zimt und Orange oder heißer Punsch Koch-und Back Kurs für Kinder ab 6 Jahre!	10,00 € Kinder ab 6 Jahre! Schürze, Tupper Box	Ursula Schöller 08178-908 936 praxis@gesund-mit-ernaehrung.de
25.11.2022 14:00 bis ca. 3 Stunden!	Weihnachtselfen backen		10,00 € Kinder ab 6 Jahre! Schürze, Tupper Box	Ursula Schöller 08178-908 936 praxis@gesund-mit-ernaehrung.de
Dezember				
04.12.2022 09:30 – 18:00 Uhr	Raindrop Technique® Ausbildung	<i>G`gesund und unabhängig sein – nutzen Sie das Angebot eine Raindrop Massage zu erlernen und tun Sie Freunden und Familie etwas Gutes. Die effektive Entgiftungsmassage mit ätherischen Kräuterölen auf den Fußsohlen und an der Wirbelsäule ist zusätzlich entspannend und regenerierend. Die Öle landen wie Regentropfen auf der Haut und werden mit speziellen Massagegriffen eingearbeitet. Ideal je nach Ölzusammenstellung eine wohltuende und gesunde Unterstützung in der Familie. Es muss nicht immer die Massage in der Praxis sein. Greifen Sie selbst in Ihre Gesunderhaltungskiste. Mitzubringen: 4 x Handtücher, 1 Laken als Schutz für den Massagetisch, Gummihandschuhe, kein Nagellack an Händen und Füßen.</i>	89,00 € Max.6 TN Incl. Skript, Getränke, Snack und Probieröle Set.	Christa Opitz-Böhm 08171/ 348 237 christa@opitz-boehm.de

**Alle Angaben unter Vorbehalt!*



Kräuterangebote 2022

	Dozenten/Referenten:	Telefon	Mail	Ausbildung/Beruf
	Hollerfeen vom Tölzer Land	08041/9067	info@malerhaus-badtoelz.de	Burgi Heufelder, Margot Strötz und Christa Schuster Die Räucherfeen vom Tölzer Land
	Christa Opitz-Böhm	08171/348 237	christa@opitz-boehm.de	Heilpraktikerin, Präventionsmedizin, Augentherapeutin, Ätherische Öle, Massagen, Autorin
	Anneliese Sailer	08022/70 60 92 oder 0151/65 11 87 02	info@tegernsecreative.de	Waldbaden, Zertifizierte Heimatführerin
	Ursula Schöllner	08178/908 936	praxis@gesund-mit-ernaehrung.de	Master of Arts, Univ. Zürich, Ganzheitliche. Ernährungsberaterin, Fachberaterin für Darmgesundheit
	Claudia Schneider	0177/ 15 90 700	info@mythos-stein.de	Kräuterpädagogin, Räucherfee, praktizierende Schamanin, Steinbildhauerin
	Angelika Spöri	08176/999 1299	info@angelika-spöri.de	Dipl. Oecotrophologin Kräuterpädagogin mit Zusatzqualifikation Phytotherapie
	Ursula Stroux	0173/8464756	ursula@achtsame-baerin.org	Naturcoach, Wildnispädagogin, Erlebnispädagogin, Erzählerin, Magister Kulturwissenschaften, Anglistik, Romanistik, Sprachdozentin, Reiseleiterin. Englische- und Französische Führungen
	Tanja Wassmann	0170 / 89 59 447	kontakt@natur-verbinding-erleben.de	Kräuterpädagogin, Naturcoach, Kursleiterin Waldbaden, Wildnispädagogin, Erlebnispädagogin, Dipl. Oecotrophologin



Kräuterangebote 2022

	Dozenten/Referenten:	Telefon	Mail	Ausbildung/Beruf
	Angelika Welter	0152/295 788 18	kontakt@anjali-yoga.de	Heilpraktikerin, Yogalehrerin
	Andrea Winkler	0152/217 65 298	info@wildkraeuter-erleben.de	Kräuterpädagogin, Naturpädagogin und Waldexpertin
	Alexandra Winzenhöller	0174//3158901	alexandra.winzenhoeller@yahoo.de	Sportwissenschaftlerin M.A. und Kräuterpädagogin, Volksheilkunde

***Alle Angaben unter Vorbehalt!**

**Alle Koch- und Backkurse sind für Kinder ab 6 Jahre buchbar.
Mitzubringen sind, Schürze, Tupperboxen, Topflappen und gute Laune.**

Bitte melden Sie sich zu allen Kursen bei den jeweiligen Dozenten persönlich an. Bei Kräuterspaziergängen denken Sie bitte an wetterfeste Kleidung und feste Schuhe. Ggf. Regenschirm, kleiner Rucksack und Gartenschere.

***Hunde müssen bei allen Kursen leider zu Hause bleiben.**