



Foto: Christopher Schmid

Kräuterschule im Thüringer Kräutergarten/Olitätenland

Leckeres aus Kräutern kochen und backen, heilende Tinkturen und Salben zubereiten, Cremes und Lotionen für die Schönheit herstellen, Kreatives aus Kräutern anfertigen,

Alles, was Leib und Seele gut tut, vermitteln die Referentinnen in den Seminaren und Workshops der "Kräuterschule Großbreitenbach".

In der Kräuterstadt Großbreitenbach im Thüringer Kräutergarten -dem Olitätenland- wird die Tradition der Buckelapotheker,



www.lg-grossbreitenbach.de



Copyright: Fotos und Zeichnungen (9): Ruth Bredenbeck

ANMELDUNG

Thüringer Wald-Kreativ-Museum
Myliusstraße 6
98701 Großbreitenbach

Tel.: 036781-41815

Di - Fr 10:00 - 16:00 Uhr
Sa, So und Feiertage 13:00 - 16:00 Uhr

E-Mail:

museum@lg-grossbreitenbach.de

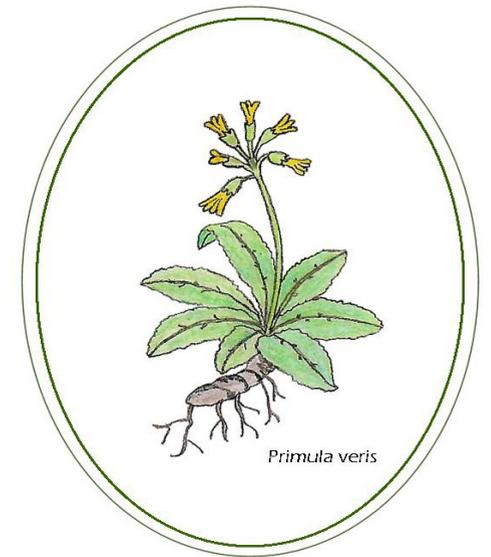


Übernachtungsmöglichkeiten
in der Herberge Marienschule und weiteren
Unterkünften in Großbreitenbach.

Kräuterschule Großbreitenbach

im Thüringer Wald-Kreativ-Museum

SEMINARE für
GESUNDHEIT, KÜCHE und KOSMETIK



Primula veris

Seminarprogramm 2024

PARTNER

Biosphärenreservat
Thüringer Wald



TAGESSEMINARE

Fit in den Frühling mit wilden Kräutern

20.4.2024
10:00-16:00 Uhr

Referentinnen: *Christine Kramp & Ruth Bredenbeck*

Wir erkunden Standorte heimischer Kräuter rund um Großbreitenbach und sammeln, was der Frühling uns schenkt. Dabei können wir ganz wunderbar entschleunigen. So genießen wir die Zeit im Hier und Jetzt.

Aus unseren Kräuterschätzen bereiten wir eine schmackhafte Kräuter-Mahlzeit, **backen Brot** und stellen ein **Frühlings-Oxymel** her.

Den Nachmittag lassen wir im Kräutergarten mit Kaffee, Tee und Blütenplätzchen ausklingen.



Köstliche Wildkräuterküche

4.5.2024
10:00 - 16:00 Uhr

Referentinnen: *Heike Mohr
& Ruth Bredenbeck*

Im Kräutergarten des Museums und in der Natur entdecken wir essbare Wildkräuter und Blüten, verkosten die wilden Aromen und erfahren viel Wissenswertes zum Sammeln, Verarbeiten und Aufbewahren.

In der Atelierküche kreieren wir **mit Heike Mohr vom mdr-Garten** allerlei frühlingfrische Köstlichkeiten.



In unseren Seminaren kochen und backen wir mit (Wild)-Kräutern und verwenden Produkte aus der Region.

1,5 –Tage-SEMINARE

Ätherische Öle zur Aromapflege

12.-13.7.2024

Referentinnen: *Ruth
Bredenbeck & Margarete Lang*

Düfte berühren die Seele und wirken über Nase und Haut. Wir lernen ihre Wirkungen kennen und stellen **individuelle Massageöle und Roll-Ons** für uns her. In der Fülle des Sommers spazieren wir durch blühende Bergwiesen und bereiten aus Kräuterschätzen köstliche Mahlzeiten. Mit Entspannungstrainerin Margarete Lang gelangen wir wieder zur inneren Balance.



Wildfrüchte - das Power-Food

27.-28.9.2024

Referentinnen: *Ruth
Bredenbeck & Christine Kramp*

Wild und fruchtig ist der Herbst. Wir entdecken die Schönheit dieser Jahreszeit bei einem Spaziergang durch Wiesen und Wälder und lernen saisonale Kräuter, Beeren und Früchte kennen. In der Atelierküche verarbeiten wir die **vitalstoffreichen Wildfrüchte** zu kulinarischen Gaumenfreuden, lernen Methoden des Haltbarmachens kennen und stellen selbst **Frischkäse** her.



Hildegard Kräuterwissen

11.-12.10.2024

Referentin: *Ruth Bredenbeck*

Eine gesunde Lebensführung mit Unterstützung der Naturkräfte wie den Kräutern und Gewürzen, diesen ganzheitlichen Blick hatte **Hildegard von Bingen** schon vor 800 Jahren, und das ist heute so aktuell wie damals. Wir lernen im Seminar ihre umfassende Heilslehre kennen und bereiten in den Praxiseinheiten typische Gerichte und Kräuterprodukte nach ausgewählten Rezepten wie **Habermus** und **Bärwurz-Birnen-Honig**.



TAGESSEMINARE

mind. 8 TN, max. 12 TN

Inklusive aller Materialien für die gemeinsame Zubereitung der Mahlzeiten und die Herstellung von Kräuterprodukten zum Mitnehmen, sowie Skripte und Rezepte: **75,- Euro**

1,5-Tage-SEMINARE

mind. 8 TN, max. 12 TN

Inklusive aller Materialien für die gemeinsame Zubereitung der Mahlzeiten und die Herstellung von Kräuterprodukten zum Mitnehmen, sowie Skripte und Rezepte: **145,- Euro**

Beginn: Freitag 17:00 Uhr

Ende: Samstag 16:30 Uhr

Veranstaltungs-ORTE:

- > Atelier Thüringer Wald-Kreativ-Museum
- > Gästehaus „Marienschule“
- > Kräutergarten, Wald und Wiese

I N F O

Mit einer weiteren Übernachtung gestalten Sie Ihr 1,5-Tage-Seminar zu einer **individuellen Wochenend-Auszeit** in Großbreitenbach und Umgebung.

Empfehlenswerte Ausflugsziele:

- 🌀 Wanderung zum Karl-Günther-Denkmal am Langen Berg
- 🌀 Meeresaquarium in Zella-Mehlis
- 🌀 Rennsteigmuseum, Neustadt am Rstg.
- 🌀 Biosphären-Ausstellung, Schmiedefeld
- 🌀 Gewürzmuseum, Schönbrunn
- 🌀 Naturkundemuseum, Erfurt
- 🌀 Bauernhäuser, Rudolstadt
- 🌀 Tropenhaus am Rennsteig in Klein-Tettau und Flaconmuseum