

## Kursangebot Naturpark-Haus Oberschönenfeld

### Bitte beachten Sie:

Anmeldung für die Kurse **A – C** per E-Mail:

[anmeldung@naturpark-augsburg.de](mailto:anmeldung@naturpark-augsburg.de) oder **Tel. (0 82 38) 30 01-32**,

bis zwei Tage vor Veranstaltungsbeginn. Die Kosten sind ohne Museumseintritt und vor der Veranstaltung direkt bei der Referentin zu entrichten. Treffpunkt für die Kurse A – C ist das Naturpark-Häusle am Spielplatz in Oberschönenfeld.

### **A** Samstag, 7. Mai, 14 – 16 Uhr „Was uns gesund erhält“

Mit der Kräuterkraft, dem Lebenselixier Wasser, gesunder Ernährung, Bewegung und Lebensfreude haben wir viele Möglichkeiten, vital und geistig aktiv zu bleiben. Freuen Sie sich auf die wichtigsten Wildkräuter im Frühjahr, individuelle Kräutermischungen und auf Tipps für einen gesunden Lebensstil.

**Referentin:** Sieglinde Bobinger-Widmann, Heilpraktikerin und Kräuterpädagogin

**Kosten:** 12,00 EUR



### **B** Sonntag, 26. Juni, 10 – 11.30 Uhr Die Königin der Wildkräuter

Kalium, Kalzium, Eisen und einen hohen Nährstoff- und Vitamingehalt hat die Heilpflanze des Jahres 2022 uns zu bieten. Die Kräuterpädagogin Waltraud Stölzle kann stundenlang aus ihrem Erfahrungsschatz über das Wundermittel – die Große Brennnessel – erzählen.

**Referentin:** Waltraud Stölzle, Kräuterpädagogin

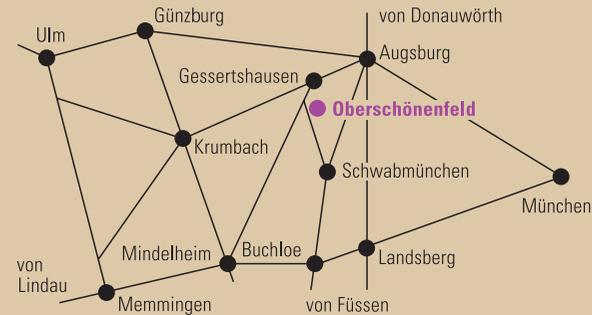
**Kosten:** 10,00 EUR

### **C** Samstag, 16. Juli, 15 – 17.30 Uhr Wilde Blüten – nicht nur ein Augenschmaus

Überall blüht es bunt und vielfältig um uns herum. Wir betrachten die Blüten genauer und erfahren viel über sie. Wie können sie als Schätze in der Küche, Hausapotheke oder zur Dekoration eingesetzt werden? Buntes Blütensalz selbst herstellen, so kann es gelingen.

**Referentin:** Sophie Bösel, Kräuterpädagogin

**Kosten:** 12,00 EUR



Veranstalter



**Museum Oberschönenfeld**

Oberschönenfeld 4  
86459 Gessertshausen  
[mos@bezirk-schwaben.de](mailto:mos@bezirk-schwaben.de)  
[www.museum-oberschoenenfeld.de](http://www.museum-oberschoenenfeld.de)



**Naturpark-Haus**

Oberschönenfeld 4a  
86459 Gessertshausen  
[anmeldung@naturpark-augsburg.de](mailto:anmeldung@naturpark-augsburg.de)  
[www.naturpark-augsburg.de](http://www.naturpark-augsburg.de)

Fotos: MOS/Oda Bauersachs (Titelbild), pixabay/Gestaltung: designwerk urban

# 15. Oberschönenfelder Kräutersommer Programm 2022

Museum Oberschönenfeld  
Naturpark-Haus



## Kursangebot Museum Oberschönenfeld

### Bitte beachten Sie:

Eine Anmeldung für die Kurse **1 – 7** ist erforderlich:

**Tel. (0 82 38) 30 01-0**, bis zwei Tage vor Veranstaltungsbeginn.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt! Die Kosten sind inkl. Museumseintritt (Öffnungszeiten 10 – 17 Uhr) und vor der Veranstaltung im Besucherzentrum zu entrichten. Dort ist auch der Treffpunkt.

### 1 Sonntag, 12. Juni, 10 – 16 Uhr Die Rose – Königin der Düfte

Ihr wunderbarer Duft hebt die Stimmung, wirkt harmonisierend und ausgleichend! Aus Blüten und Blättern wurde früher Medizin hergestellt, wobei man sich die kühlende, adstringierende und antibakterielle Wirkung der Rose zunutze machte. Wir stellen gemeinsam u. a. eine Rosentorte, -sirup, -likör und eine wunderbar duftende Gesichtscrème her. Die Kostproben, alle Rezepte und ein Manuskript gibt es zum Mitnehmen.

**Bitte mitbringen:** kleine Flasche (ca. 100 ml), Schraubglas, kleiner Mörser

**Referentin:** Ernestine Verdura, Allgäuer Wildkräuterfrau

**Kosten:** 25,00 EUR zzgl. 5,00 EUR Materialgeld

**Hinweis:** eine Stunde individuelle Mittagspause



### 2 Freitag, 29. Juli, 14.30 – 16.30 Uhr Von Heilpflanzen, Hausmitteln und giftigem Grün

Welche Pflanzen kann man bedenkenlos verwenden? Welche Pflanzen enthalten Giftstoffe oder verursachen Nebenwirkungen? Welche Verwechslungen sind möglich? All diese Fragen werden nach einem kleinen Rundgang im Museums-Kräutergarten beantwortet.

**Referentin:** Sophie Bösel, Kräuterpädagogin

**Kosten:** 18,00 EUR zzgl. 5,00 EUR Materialgeld



### 3 Samstag, 30. Juli, 14 – 16.30 Uhr Salbe aus dem Kräutergarten

Viele Pflanzen in Kloostergärten sind nützliche Helfer bei kleinen Verletzungen. So gelten Schafgarbe, Johanniskraut und Beinwell auch heute noch als wertvolle Heilpflanzen, die unsere Hausapotheke bereichern und auch kulinarisch vielseitig eingesetzt werden können. Wir erkunden den Museums-Kräutergarten und stellen gemeinsam eine Salbe mit Schafgarbe und Johanniskraut her.

**Referentin:** Sophie Bösel, Kräuterpädagogin

**Kosten:** 20,00 EUR zzgl. 5,00 EUR Materialgeld

### 4 Mittwoch, 3. August, 10 – 14 Uhr Kinderferienkurs: Kräuterküche (7 – 12 Jahre)

Wir erkunden spielerisch den Museums-Kräutergarten und erleben die Vielfalt der Natur! Im Anschluss erfahren wir, wie früher Brot zubereitet wurde. Mit eigens hergestelltem Sauerteig backen wir knusprige Brote im Holzofen. Aus gesammelten Kräutern wird gemeinsam schmackhafter Kräuterquark und gesunder Kräutertee für eine leckere Brotzeit zubereitet!

**Referentin:** Oda S. Bauersachs, Museumspädagogin Museum Oberschönenfeld

**Kosten:** 10,00 EUR inkl. Material



### 5 Freitag, 26. August, 15 – 17 Uhr Bitterkräuter machen uns fit

Der Museums-Kräutergarten ist voller Pflanzen, die viele wertvolle Bitterstoffe enthalten. Sie unterstützen unseren Stoffwechsel und regen unsere Verdauung an. Entsprechende Pflanzen werden vorgestellt, und gemeinsam stellen wir einen Bitter-Ansatz her.

**Referentin:** Sophie Bösel, Kräuterpädagogin

**Kosten:** 18,00 EUR zzgl. 5,00 EUR Materialgeld

### 6 Samstag, 27. August, 14 – 17 Uhr Heilkräftiges aus dem Kräutergarten

Die Gärten in Klöstern waren lange Zeit nur den dort lebenden Nonnen oder Mönchen vorbehalten. Sie bewahrten die Geheimnisse der Kräutermedizin, erprobten ihre Wirkung, notierten wichtige Informationen und gaben das Wissen weiter. Heute haben wir oft Zugang zu diesen wertvollen Orten der Natur und können uns selbst auf die Suche nach ihren Heilkräften machen. Im Museums-Kräutergarten ernten wir einige Kräuter, um daraus ein wertvolles Elixier nach altem Rezept herzustellen.

**Referentin:** Sophie Bösel, Kräuterpädagogin

**Kosten:** 22,00 EUR



### 7 Samstag, 17. September, 14 – 18 Uhr Herbstfülle – mit wilden Früchten gesund durch den Winter

Sträucher und Bäume haben während des Jahres Sonne, Regen und Wind in kraftvolle Früchte und Samen verwandelt. Sie bieten uns heilkräftige, wohlschmeckende Nahrung, die sich gut für den Winter haltbar machen lässt. Nach einer Wanderung zu Hagebutte, Schlehe und Weißdorn gibt es leckere Aufstriche und Wildfruchtliköre zum Probieren. Gemeinsam stellen wir eine Pechsalbe, eine Wurzeltinktur und einen Ansatzlikör her.

**Bitte mitbringen:** Schnapsglas, kl. Schraubglas und Salbengläschen

**Referentin:** Ernestine Verdura, Allgäuer Wildkräuterfrau

**Kosten:** 25,00 EUR zzgl. 5,00 EUR Materialgeld