

Kräuterkunde im Opfermoor – Wildkräutertag



Das Sammeln von Kräutern ist die älteste Nahrungsgrundlage überhaupt und der Umgang mit Heilpflanzen eine der ältesten Heilpraktiken. An diesem Wildkräutertag begegnen wir vielen Frühjahrespflanzen. Anhand der Kräuter vor Ort wird altersgerecht, Wissenswertes aus alter und neuer Zeit vermittelt. Bärlauch, Brennnessel,

Giersch und andere Wildkräuter werden gesammelt und verarbeitet. Am Feuer wird eine Suppe gekocht, außerdem eine Pesto und ein Kräutersalz zum mitnehmen hergestellt. Brötchen aus dem Lehmbackofen bereichern das Essen. Schöner praxisnaher Kräutertag, mit einem Hauch von Abenteuer, den die Kinder aktiv mitgestalten.

Kosten: mit Eintritt Freigelände 6,90€/Teilnehmer

Zeit: ca.3h, **Teilnehmer:** max. 25, **Zeit:** ab Ende März, April und Mai

Kräuterkunde im Opfermoor – Grüne Hausapotheke



Birke und Spitzwegerich stehen an diesem Kräutertag im Mittelpunkt. **Die Birke** - ein Baum dessen Kräfte von Alters her genutzt werden. **Der Spitzwegerich**, seine Spuren hat er bereits in der Steinzeit hinterlassen.

Beide Pflanzen sind als Nahrungs- und Heilpflanze nutzbar. Aus den Blättern der Birke wird ein Ölauszug hergestellt und aus dem Spitzwegerich ein Hustenpulver bereitet. Die vermittelten Kenntnisse bieten Grundlage für weitere Kräuterezubereitungen. Mit Kräuterpesto, Tee und einem Brötchen aus dem Lehmbackofen kann man sich anschließend stärken.

Kinder sammeln und verarbeiten selbständig und können beide Zubereitungen mit nach Hause nehmen.

Kosten: mit Eintritt Freigelände 6,90€/Teilnehmer

Zeit: ca.3h, **Teilnehmer:** max. 25, **Zeit:** Mai

Kräuterkunde im Opfermoor – Kräutersalbe



In Salben lassen sich Kräuterkräfte auffangen und verarbeiten. Mit selbst gerührten Salben kann man auf die eigenen Bedürfnisse eingehen und mit hochwertigen Zutaten wertvolle Produkte herstellen.

An diesem Kräutertag werden anhand einfacher Rezepturen die Grundlagen des Salben Rührens vermittelt. Die Auswahl der Kräuter richtet sich nach der Jahreszeit.

Mit Bedacht und Ruhe dürfen die Schüler selbst aktiv werden und die fertige Salbe mit nach Hause nehmen.

Mit Kräuterpesto, einem Brötchen aus dem Lehmbackofen und Kräutertee kann man sich anschließend stärken.

Meine Erfahrung zeigt, dass dieses Thema mit großem Interesse von Kindern angenommen wird.

Kosten: mit Eintritt Freigelände 6,90€/Teilnehmer

Zeit: ca.3h, **Teilnehmer:** max. 25, **Zeit:** Juni bis Oktober

Kräuterkunde im Opfermoor – Die Brennnessel



Kaum eine andere Pflanze ist allgemein so bekannt und oftmals unbeliebt, wie die Brennnessel. Durch Jahrhunderte spinnt sie ihre Fäden und erzählt aus ihrer langen Geschichte. Sie ist heilsam und nahrhaft, dient als Kleidung, Kosmetik und mehr.

Dieser Kräutertag widmet sich dieser erstaunlichen Pflanze, die uns Menschen seit jeher begleitet.

Die Vielfalt der Brennnessel wird aufgezeigt und verschiedene Zutaten hergestellt, wovon eine die

Kinder mit nach Hause begleitet. Mit Brennnesselbutter und -pesto, einem Brötchen aus dem Lehmbackofen und Kräutertee kann man sich anschließend stärken.

Die Anwendungsmöglichkeiten sind der Brennnessel sind erstaunlich, wer das weiß, sieht diese Pflanze mit anderen Augen.

Kosten: mit Eintritt Freigelände 6,90€/Teilnehmer

Zeit: ca.3h, **Teilnehmer:** max. 25, **Zeit:** April bis September

Kräuterkunde im Opfermoor – Räuchern



Räuchern und der Umgang mit Räucherwerk ist wahrscheinlich so alt wie die Menschheit.

Heute verbinden viele von uns mit diesem Thema das Haltbarmachen von Lebensmitteln.

Duft beeinflusst unsere Stimmung und kann beruhigen, anregen oder harmonisieren. Dieser althergebrachte Umgang mit Pflanzen oder Harzen von Bäumen und Sträuchern vermittelt eine andere Sichtweise auf die

Anwendung von Pflanzen.

Verschiedenes Räucherwerk wird vorgestellt, die Schüler dürfen probieren, riechen und ihr eigenes Räucherwerk herstellen und mitnehmen.

Ein kleiner Kräuterimbiss, Tee und Brötchen aus dem Lehmbackofen dienen als Stärkung. Dieses spannende Thema bietet Möglichkeiten zum Experimentieren und Testen und wird von „Kindernasen“ gern angenommen.

Kosten: mit Eintritt Freigelände 6,90€/Teilnehmer

Zeit: ca.3h, **Teilnehmer:** max. 25, **Zeit:** Juni bis Oktober

Hier eine Auswahl der möglichen Themen. Die gemeinsame Kräuterzeit dient dem Kennenlernen der heimischen Kräuterwelt einst und heute und wird altersgerecht vermittelt. Das historische Umfeld und die praxisnahe Herangehensweise erleichtern eine Annäherung an germanische Lebens- und Nahrungswelten.

Nach Absprache können die Themen erweitert und kombiniert, oder spezielle Kräuterthemen gestaltet werden.

Natürlich sind auch ein- oder mehrtägige Kräuterprojekte möglich.

Ines Welsch, Opfermoor Vogtei

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.