

## Kräuter der Berge

Alpine Pflanzen und alte Bräuche

**Termin:** 14.07. – 16.07.2023  
Fr 18 Uhr – So 13 Uhr

**Kosten:** € 235 inkl. Vollpension im Zweibettzimmer  
Evtl. Fahrtkosten sind nicht im Preis inbegriffen

**Zzgl.:** Gästekarte € 7

**Referentin:** Katharina Fichtner  
Dipl. Sozialpäd. (FH)  
Naturpädagogin  
Wildwechsel Naturschule

**Orga:** Simone Deubel

### Bitte mitbringen:

- Wetterfeste Kleidung
- Wanderschuhe
- Tagesrucksack
- Trinkflasche,
- Taschenmesser
- ggf. Sitzunterlage,
- Korb/Baumwolltaschen zum Kräutersammeln,
- 3 - 4 Gläser mit Schraubdeckel

Weitere Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage  
[www.seminarhaus-grainau.de](http://www.seminarhaus-grainau.de)

## Anfahrtsbeschreibung zum Seminarhaus Grainau

### Mit dem Auto:

Autobahn A95 München Garmisch, von dort B23 nach Grainau, am Schild "Grainau/ Eibsee/Zugspitze" biegen Sie links ab, folgen dann der Loischachstraße und biegen nach links in den Unteren Dorfplatz (Richtung Kurverwaltung) ein. Nehmen Sie nun die zweite Straße links, nach 100 m auf der rechten Seite finden Sie das Seminarhaus Grainau. Die zweite Hofeinfahrt führt direkt zu unserer Villa Wetterstein. Folgen Sie auch der Beschilderung "Jungbauernschule".

### Mit der Bahn:

Vom Bahnhof Garmisch-Partenkirchen nehmen Sie den Eibseebus nach Grainau/Haltestelle "Unterer Dorfplatz" (Fahrzeit ca. 30 min). Von dort Richtung Kapelle und die nächste links in die Alpstützstraße abbiegen. (Gehzeit 2min).

Oder Sie nehmen von Garmisch-Partenkirchen die Zugspitzbahn und steigen am Zugspitzbahnhof Grainau aus.

Nun links die Waxensteinstraße entlang und rechts in die Alpstützstraße einbiegen (Gehzeit ca. 7 min).



### Anschrift

**Seminarhaus Grainau Jungbauernschule e.V.**  
Alpstützstr. 6, 82491 Grainau  
Tel. 08821/9669760  
Fax 08821/8443



## Kräuter der Berge



Alpine Pflanzen  
und alte Bräuche

14.07. – 16.07.2023

# Anmeldeformular

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar  
„**Kräuter der Berge**“ vom **14.07. – 16.07.2023** an:

Name/Vorname .....

Geburtsdatum .....

Straße .....

PLZ, Ort .....

Telefon/Fax .....

E-Mail .....

Anmeldeschluss: **3.07.2023**

Bei zu geringer Teilnehmerzahl behalten wir uns eine Absage bis etwa 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn vor.

Seminarpreis: € 235 inkl. Vollpension im Zweibettzimmer  
zzgl. Gästekarte € 7

- Ich möchte ein EZ (Zuschlag € 13/Nacht - je nach Verfügbarkeit).
- Fotos von mir, die während des Seminars entstanden sind, dürfen in den Print- und Onlinemedien des Seminarhaus Grainau veröffentlicht werden.
- Ich werde die Seminargebühr nach Erhalt der Rechnung überweisen.
- Ich wünsche eine Abbuchung mittels Lastschrift. Das Formular erhalte ich mit der Anmeldebestätigung.
- Ich willige ein, dass meine Kontaktdaten zum Zwecke von Bildung von Fahrgemeinschaften an andere Seminarteilnehmer\*innen übermittelt werden.

Sonstiges:

Ich erkläre hiermit die nach § 3a des EKD-Datenschutzgesetzes erforderliche Einwilligung zur Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten durch das Seminarhaus Grainau ausschließlich für die Organisation und Durchführung der Veranstaltung sowie für eigene Veranstaltungshinweise. Ich kann diese Einwilligung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen Geschäfts- und Datenschutzbestimmungen an (siehe [www.jungbauernschule.de](http://www.jungbauernschule.de)).

Ort, Datum .....

Unterschrift .....

# Kräuter der Berge

In den Bergen wachsen spezielle Kräuter und Pflanzen. Die alpinen Pflanzen sind extremen Witterungsbedingungen ausgesetzt und haben daher raffinierte Überlebensstrategien entwickelt. Dem Himmel ein Stück näher bilden sie mehr ätherische Öle als ihre "Kollegen" im Tal. Zudem riechen sie intensiver und haben oft eine starke Heilwirkung. Das uralte Kräuterwissen unserer Vorfahren sowie die besondere Rolle der Kräuter bei Jahreskreisfesten werden Thema sein. Bei einer Tour in die Berge werden wir Kräuter bestimmen, sammeln und anschließend in Schmackhaftes und Wohltuendes für die Gesundheit umwandeln. Wanderungen und beschauliche Momente in der Natur versprechen ein bezauberndes Bergwochenende.

Das Seminar wird gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten.

## Programm

### Freitag, 14.07.2023

18.00 Uhr  
19.00 Uhr

Abendausklang:  
bis ca. 21.00 Uhr

Abendessen  
Begrüßung und  
Kennenlernen  
**Kräuter im Alpenraum** –  
eine lange gemeinsame  
Geschichte wird lebendig.  
Spaziergang mit Übungen –  
Besonderheit der Berge und  
der Kräuter im Gebirge

### Samstag, 15.07.2023

7.30 – 9.00 Uhr  
9.00 Uhr

anschließend

12.00 Uhr

ca. 16.00 Uhr

anschließend:

18.00 Uhr  
abends

Frühstücksbuffet  
Morgenimpuls aus dem  
Reich der Kräuter  
**Ganztägige Wanderung  
in der Berglandschaft**  
mit Erkennen und Sammeln  
von Kräutern, Informationen  
über ihren Gebrauch und  
Übungen zum Verstehen der  
Lebensbedingungen im  
Gebirge  
Brotzeit unterwegs  
mit deftigen Kräutern  
verfeinert  
Kaffee und Kuchen an der  
Jungbauernschule  
Sortieren der gesammelten  
Pflanzen und näheres  
Kennenlernen einer Pflanze  
Abendessen  
**Räuchern von heimischen  
Kräutern** – bei gutem Wetter  
am Lagerfeuer

### Sonntag, 16.07.2023

7.00 Uhr

7.30 – 9.00 Uhr  
9.00 Uhr

12.00 Uhr

Morgenimpuls unter Bäumen  
(freiwillig)  
Frühstücksbuffet  
**Kräuterwerkstatt** mit  
Zubereitung von Salben, Ölen,  
Tinkturen und kulinarischen  
Köstlichkeiten  
Gemeinsamer Abschluss  
Mittagessen

