

Wilde Kerne und Samen - die Geschenke des Herbstes

Wie lässt sich der Herbst besser genießen als auf einem Spaziergang durch den Wald? Umgeben von Farben, kühler Luft und tausend Herbstdüften tauchen wir ein in den herbstlichen Wald und lassen uns verzaubern und vom Herbst beschenken.

Nicht nur die Tiere sammeln zu dieser Jahreszeit allerlei Nüsse und Kerne für ihren Wintervorrat, sondern auch für unsere Vorfahren war der Herbst eine Zeit des Sammeln und Vorräte Anlegens. Unterwegs lernen wir allerlei wilde Samen und Kerne, wie Bucheckern, Eicheln, Haselnüsse, Esskastanien, Walnüsse, Brennesselsamen, Fichtensamen, Wegerichsamen, Hagebuttenkerne und Co. kennen und sammeln, was wir finden können. Ich erzähle euch, wie sie früher genutzt wurden, und nehme euch mit in die Welt der Sagen und Legenden, denn über so manch eine Pflanze wurden sich magische Geschichten erzählt, die ich mit euch teilen möchte.

Danach treffen wir uns am Naturerlebnishof und verarbeiten unsere gesammelten Kostbarkeiten teilweise über dem Feuer zu leckeren Knabbereien, einem Brotaufstrich und wildem Kaffeersatz.

Wir lassen den Tag in einer gemütlichen Runde mit der Verköstigung unserer Kreationen ausklingen. Und ich hoffe, dass ihr nach diesem Tag mit einem Vorrat voll Herbstglück in euren Herzen nach Hause gehen werdet.

Art der Veranstaltung: Diese Veranstaltung setzt sich aus der Wanderung, der Zubereitung und der Verköstigung zusammen. Dieser Kurs dient der Wissensvermittlung, lässt jedoch auch viel Zeit für Entspannung und persönliche Gespräche.

Termin: Samstag, 19.10.2024

Uhrzeit: 11.00 bis 16.00 Uhr

Preis pro Person: 49 €

Ihr könnt das Geld bar zur Veranstaltung mitbringen oder vorab überweisen, dann gebe ich euch meine Bankdaten.

Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen

Treffpunkt:

Zuerst treffen wir uns am Wald in der näheren Umgebung von Aplerbeck. Wo genau das sein wird, teile ich euch noch mit. Das liegt daran, dass ich kurz vor unserem Termin nachsehen werde, in welchem Wald wir am meisten finden können, denn das kann ich jetzt noch nicht vorhersagen. Danach treffen wir uns am Naturerlebnishof. Die genaue Adresse gebe ich bei der Anmeldung bekannt.

Führung durch: Lara Malin Mönch (Heilpädagogin, Phytaro Kräuterefachfrau und medizinisch therapeutische Wald- und Naturgesundheitstrainerin)

Voraussetzungen: Wir werden ca. 1 1/2 Stunden unterwegs sein und dabei ungefähr 1,5 Kilometer laufen. Ein sicherer Gang, auch auf unebenem oder matschigem Boden, ist Voraussetzung.

Kleidung und Sonstiges: Bitte zieht feste, bequeme und wasserabweisende (Wander-)Schuhe für unsere Kräuterwanderung an. Ich empfehle euch mehrere Schichten anzuziehen oder mitzubringen (z.B. eine Regenjacke und ggf. noch einen extra Pullover). Je nach Bedarf könnt ihr euch eine Kopfbedeckung, Sonnencreme, etwas zum Trinken und eine tragbare Sitzgelegenheit für die Wanderung mitnehmen.

Da wir draußen sind und mit Feuer arbeiten, kann es sein, dass eure Kleidung dreckig wird. Dafür übernehme ich keine Haftung. Zieht euch also bitte Kleidung an, die dreckig werden darf. und nicht schnell entflammbar ist (Ein Fleece Pulli z.B. ist bei der Feuerküche ungeeignet). Bitte beachtet auch, dass eure Kleidung nach unserem Termin nach Rauch von unserem Lagerfeuer riechen wird!

Weitere Hinweise: Wir werden uns ausschließlich draußen aufhalten. Bitte bedenkt dies bei der Wahl eurer Kleidung. Wenn es sehr stark regnet oder gewittert, haben wir die Möglichkeit uns in einen überdachten Raum zurückzuziehen.

Bitte teilt mir Unverträglichkeiten (wie z.B. Glutenunverträglichkeit) oder Allergien (z.B. Nussallergie, Pferdehaarallergie, aber auch eine Allergie z.B. gegen Birke oder Haselnusspollen) direkt bei der Anmeldung mit, damit ich die Zutaten dementsprechend einkaufen oder die Rezepte anpassen kann! Eine Nussallergie ist bei diesem Termin unter Umständen schwierig zu berücksichtigen.

Teilt mit bitte auch mit, falls ihr keine Unverträglichkeiten habt (Ein kurzer Satz bei der Anmeldung „Ich habe keine Unverträglichkeiten oder Allergien.“ genügt, damit ich weiß, dass ihr diesen Teil gelesen habt).

Ernährung: Alle zubereiteten Speisen sind vegan.

Getränke: Ich stelle Wasser ohne Kohlensäure (aromatisiert durch frische Kräuter oder Früchte) und nicht aromatisiertes Wasser, sowie Tee zur Verfügung. Solltet ihr etwas anderes trinken möchten, bringt euch dieses bitte selbst mit.

Anmeldung unter: naturerlebnishof.malinara@gmail.com