

EINLADUNG

Unsere Kräuterwoche bietet viel Zeit, um Wild- und Heilpflanzen intensiv kennenzulernen, sie zu sammeln und in leckere Mahlzeiten und wirksame Heilmittel umzuwandeln. Mit theoretischen Hintergrundinformationen, praktischen Sessions, Kräuterspaziergängen um den Sankelmarker See, durch den Wald und in die abwechslungsreiche Umgebung tauchen Sie in die Vielfalt der Wildkräuter, Heilpflanzen und Bäumen ein.

Herzlich willkommen zum Bildungsurlaub am Sankelmarker See!

Dr. Christian Pletzing
Akademiedirektor

Iris Bein
Studienleiterin

Bildungsurlaub:

Die Anerkennung der Veranstaltung als Bildungsurlaub ist für die Bundesländer Schleswig-Holstein und Hamburg beantragt.

Anmeldung: Bitte melden Sie sich schriftlich oder telefonisch an. Sie erhalten umgehend Nachricht.

Seminarorganisation:

Büro: Bianca Clasen, Tel.: 04630-55 0,
E-Mail: classen@sankelmark.de

Kosten: Die Seminargebühr beträgt je Person: mit Übernachtung und Mahlzeiten

im Einzelzimmer.....€ 594,00

im Zweibettzimmer.....€ 570,00

ohne Übernachtung/Frühstück.....€ 439,00

Stornierung:

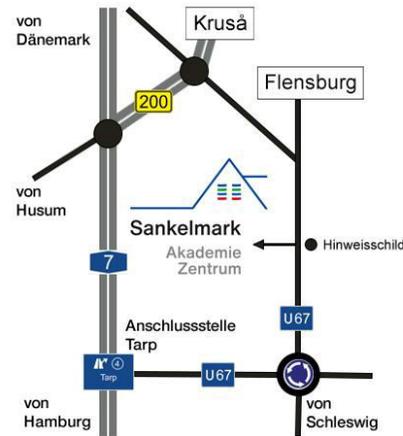
Bei einer Absage 10–4 Tage vor Beginn der Veranstaltung berechnen wir 15 % der Tagungsgebühr, bei 3–1 Tag(en) vor Beginn 25 %, ab dem Anreisetag 50 %.

Reist eine angemeldete Person ohne Mitteilung nicht an, ist der gesamte Veranstaltungspreis fällig.

Titelillustration: Iris Bein beim Sammeln von Kräutern

ANREISE

Autofahrer erreichen die Akademie am einfachsten über die Autobahn Hamburg-Flensburg-Kolding (A7), Abfahrt Anschlussstelle Nr. 4 Tarp. Weiter auf der U 46 Richtung Sörup bis zum Kreisverkehr: Von dort der U 67 in Richtung Flensburg folgen, bis nach ca. 6 km ein Hinweisschild den Weg zur Akademie weist. Falls Ihr Navigationsgerät den Akademieweg nicht kennt, geben Sie bitte „Bundesstraße 76 Haus Nr. 6“ ein und folgen der Beschilderung.



REFERENTIN

Iris Bein prägt eine tiefe Verbindung zur Natur. Ihre große Leidenschaft ist es, die Begeisterung für die Pflanzen, Tiere und Landschaften mit anderen zu teilen, altes Wissen aufleben zu lassen, sich auszutauschen und Erfahrungsmöglichkeiten anzubieten, dies alles gemeinsam zu. Seit 2006 bietet die zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin Naturerlebnisse an und ist als Referentin tätig.

Weitere Information über Frau Bein erfahren Sie auf Ihrer Homepage: <https://www.kraeuterfuehrungen-ostholstein.de/>.

Akademie Sankelmark

AKADEMIEZENTRUM SANKELMARK
Akademieweg 6, 24988 Oeversee, Deutschland
Telefon 04630-550, Fax 04630-551-99
www.sankelmark.de, akademie@sankelmark.de

Wildkräuter, Heilpflanzen und Bäume

Natur erforschen und erfahren



Seminar mit **Exkursionen**
7. bis 11. Juli 2025



PROGRAMM

Montag, 7. Juli 2025

- 9.00 **Begrüßung und Einführung in das Seminar**
Iris Bein, Lübeck,
Dr. Christian Pletzing, Akademie
Sankelmark
- 9.30 **Was sind Wildpflanzen?**
Geschichten und Nutzen heimischer
Wildpflanzen
- 10.00 **Rechtlicher Rahmen, Umgang mit Ri-
siken und Gefahren bei der Verwen-
dung von Wildpflanzen**
- 10.30 Tee, Kaffee und Erfrischungen
- 11.00 **Wiesen-Kräuterspaziergänge zu ess-
baren und heilsamen Pflanzen**
- 12.30 Mittagessen
- 14.30 **Pflanzenkunde**
Einführung in die Grundlagen der Be-
stimmung von Pflanzen
- 16.00 Kaffee, Tee und Kuchen
- 16.30 **Waldspaziergang zu den Kräutern
und Bäumen**
- 18.00 Abendessen

Dienstag, 8. Juli 2025

- 7.30 Frühstück
- 9.00 *Eine Reise durch das Kräuterjahr*
* **Welche Pflanzen und Pflanzenteile
lassen sich in welcher Jahreszeit
verwenden?**
Pflanzen kennenlernen, begleiten, ver-
wenden
* **Jahreskreisfeste im Rhythmus der
Natur und mit Pflanzen feiern**
- 9.45 **Giftpflanzen**
Definition, gefährliche Doppelgänger und
der Umgang mit ihnen

- 10.30 Tee, Kaffee und Erfrischungen
- 11.00 **Kräuterspaziergang**
Erfahren mit allen Sinnen und Sammeln
von Pflanzen für die Wildkräuterküche
- 12.30 Mittagessen
- 14.30 **Sammeln, Haltbarmachen und Verar-
beiten von Wildkräutern in Theorie und
Praxis**
- 16.00 Tee, Kaffee und Kuchen
- 16.30 **Zubereitung von unkomplizierten Ge-
richten in der Wildkräuterküche**
- 18.00 Abendessen

Mittwoch, 9. Juli 2025

- 7.30 Frühstück
- 9.00 **Heilkräuter und Bäume für die Haus-
apotheke**
Traditionelle Heilkunde, rationale
Phytotherapie, Wirkstoffe
- 10.30 Tee, Kaffee und Erfrischungen
- 11.00 **Kräuterspaziergang am See**
Pflanzen in Feuchtgebieten mit Heilwirkun-
gen kennenlernen und sammeln
- 12.30 Mittagessen
- 14.30 **Tees, Salben, Öle, Tinkturen und Co.**
Theorie und Praxis des Verarbeitens
und Haltbarmachens von Heilpflanzen
- 16.00 Tee, Kaffee und Kuchen
- 16.30 **Praxis**
Heilmittel aus Kräutern herstellen
- 18.00 Abendessen

Donnerstag, 10. Juli 2025

- 7.30 Frühstück

- 9.00 **Welchen Beitrag kann die Nutzung hei-
mischer Wildpflanzen bei der Umsetzung
der 17 Nachhaltigkeitsziele (SDGs)
leisten?**
- 9.45 **Kreativ sein mit Wildpflanzen**
LandArt und mehr
- 10.30 Tee, Kaffee und Erfrischungen
- 11.00 **Kräuter-Märchen und Geschichten unter
Bäumen**
- 12.30 Mittagessen
- 14.30 **Meine Jahrespflanze**
Unterschiedliche Facetten einer ausgewählten
Pflanze durch das Jahr hindurch erforschen
Projektarbeit, Teil 1
- 16.00 Tee, Kaffee und Kuchen
- 16.30 **Meine Jahrespflanze**
Unterschiedliche Facetten einer ausgewählten
Pflanze durch das Jahr hindurch erforschen
Projektarbeit, Teil 2
- 18.00 Abendessen

Freitag, 11. Juli 2025

- 6.30 **Allem Anfang wohnt ein Zauber inne**
Morgenspaziergang zur Heilkraft des Waldes
- 7.30 Frühstück
- 9.00 **Teilen wichtiger Erkenntnisse aus dem
Projekt**
Kurzpräsentation, Teil 1
- 10.30 Kaffee, Tee, Erfrischungen
- 11.00 **Teilen wichtiger Erkenntnisse aus dem
Projekt**
Kurzpräsentation, Teil 2
- 12.30 Mittagessen, anschließend Abreise

Programmänderung vorbehalten.