



Plantago

SCHULE DES
ALTEN WISSENS

BIRGITS KRÄUTERKÜCHE

**HEILPFLANZENWISSEN AUS DER
VOLKSHEILKUNDE, KÜCHENANWENDUNGEN UND
SIGNATURENLEHRE**

**Meine Kurse & Veranstaltungen
von Februar bis Juli 2025**

Anmeldung bei Birgit unter:

<https://forms.office.com/r/TpUDVRjxhb>

FEBRUAR 2025

WANN

WAS

WO

**DIENSTAG ,
04.02.2025
18:45–21:00 UHR**

NERVENKEKSE NACH HILDEGARD VON BINGEN UND ENTSPANNUNGSTEES

Du machst dir oft Sorgen, bist am Grübeln, kraftlos und müde? Hildegard von Bingen hat eine wohltuende Keksrezeptur entwickelt. Sie sind einfach gemacht und können immer verfügbar sein. *Standarteilnahmegebühr zzgl. 9€ Lebensmittelumlage für Materialien, Gewürzmischung, Keks- und Teeverkostung.*

Eekenhoff Tagespflege
Schafdammm 60, 26188
Klein Scharrel

**DO, 13.02.2025
18:45–21:00 UHR**

HUSTENSAFT AUS WILDKRÄUTERN, SAMEN UND WURZELN HERSTELLEN

Du bist immer mal wieder erkältet und möchtest deinen eigenen Hustensaft selbst herstellen? Dann sei dabei, wenn wir verschiedenen Rezepte nach der Volksmedizin gemeinsam ausprobieren und verkosten. *Standarteilnahmegebühr zzgl. 9€ Lebensmittelumlage, Verkostung, Getränke & verschiedener Hustensäfte und eine 200ml Flasche selbst hergestellten Hustensaft zum Mitnehmen.*

Eekenhoff Tagespflege
Schafdammm 60, 26188
Klein Scharrel

**MI, 19.02.2025
18:45–21:00 UHR**

HEILSAME VOGELMIERE IN HAUSAPOTHEKE UND KÜCHE

Du möchtest eigenen Wintersalat sammeln und in deinem Essen integrieren? Vogelmiere als leckerer Wintersalat verarbeiten und gemeinsam mit frischem Brot genießen Außerdem Vogelmiere zu einer Heilsalbe aus der Volksheilkunde verarbeiten. *Standarteilnahmegebühr zzgl. 8€ Lebensmittelumlage, Getränke, Verkostung & selbst hergestellten Creme 40ml zum Mitnehmen.*

Eekenhoff Tagespflege
Schafdammm 60, 26188
Klein Scharrel

[KLICKE HIER, UM DICH ANZUMELDEN >>](#)

MÄRZ 2025

WANN

WAS

WO

MI, 12.03.2025
18:45–21:00 UHR

KOCHEN ZU KRISENZEITEN: LINSENSUPPE MIT HEILKRÄUTERN.

Möchtest du lernen, wie man auch in Krisenzeiten leckere Gerichte kochen kann, wo die Zutaten lange haltbar sind, nicht viel Platz brauchen, Gesund, lecker und günstig? Dann sei dabei, wenn wir gemeinsam leckeren Linseneintopf mit Heilkräutern kochen und anschließend gemütlich in geselliger Runde essen. *Standarteilnahmegebühr zzgl. 7€ für Lebensmittelumlage & Getränke & Verkostung.*

Eekenhoff Tagespflege
Schafdammm 60, 26188
Klein Scharrel

DI, 25.03.2025
16:30–18:00 UHR

KRÄUTERWANDERUNG IM ZEITIGEN FRÜHJAHR

Brennnessel, Nelkenwurz, Löwenzahn
und viele andere Heilpflanzen Erkennen der Pflanzen, was steckt in den Wurzeln und Blättern und wie können wir diese Kraft für uns nutzen.

Teilnahmegebühr 15,-

Treffpunkt: Eekenhoff
Tagespflege Schafdammm
60, 26188 Klein Scharrel

[KLICKE HIER, UM DICH ANZUMELDEN >>](#)

APRIL 2025

WANN

WAS

WO

MI, 09.04.2025
18:45–21:00 UHR

KREATIVE KRÄUTERKÜCHE: DIE BLÄTTER, KNOSPEN, WURZELN & BLÜTEN DES LÖWENZAHNS.

Hast du gewusst, das der Löwenzahn in der Volksheilkunde zur Leberreinigung eingesetzt wurde. Ich zeige dir einige Ideen zur Verwendung des Löwenzahns in deiner Küche.

*Standarteilnahmegebühr zzgl. 7€ für
Lebensmittelumlage, Verkostung, Getränke &
verschiedene Kräutervarianten zum Mitnehmen*

Treffpunkt: Eekenhoff
Tagespflege Schafdammm
60, 26188 Klein Scharrel

DO, 10.04.2025
18:45–21:00 UHR

KREATIVE KRÄUTERKÜCHE: SIRUP AUS LÖWENZAHN UND GÄNSEBLÜMCHEN.

Hast du gewusst, das der Löwenzahn in der Volksheilkunde zur Leberreinigung eingesetzt wurde. Ich zeige dir einige Ideen zur Verwendung des Löwenzahns in deiner Küche

.Hier ist eine leckere Variante für dich zum Genießen. *Standarteilnahmegebühr zzgl. 7€ für
Lebensmittelumlage, Verkostung, Getränke & Sirup
zum Mitnehmen*

Treffpunkt: Eekenhoff
Tagespflege Schafdammm
60, 26188 Klein Scharrel

[KLICKE HIER, UM DICH ANZUMELDEN >>](#)

MAI 2025

WANN

WAS

WO

MI, 14.05.2025
17:30–19:00 UHR

KRÄUTERWANDERUNG IM MAI: GELBWEISSER BLÜTENTRAUM

Mädesüß, Gilbweiderich, Kleesorten,
Johanniskraut, erkennen, ernten und
verwenden.

Teilnahmegebühr 15,-

Treffpunkt: Eekenhoff
Tagespflege Schafdam
60, 26188 Klein Scharrel

DO, 15.05.2025
18:45–21:00 UHR

KREATIVE KRÄUTERKÜCHE IM MAI

Mädesüß, Gilbweiderich, Kleesorten,
Johanniskraut, zur Hausapotheke verarbeiten.
Entdeckte diese wunderbare naturbunte
Blütenpracht. Wir stellen gemeinsam ein Rotöl
her, außerdem eine Tinktur für die
Zahngesundheit. *Standarteilnahmegebühr zzgl.
7€ für Lebensmittelumlage, Verkostung, Getränke
& Kräutererzeugnis zum Mitnehmen.*

Eekenhoff Tagespflege
Schafdam 60, 26188
Klein Scharrel

[KLICKE HIER, UM DICH ANZUMELDEN >>](#)

Plantago

SCHULE DES ALTEN WISSENS

DER PERFEKTE MUTTERTAG

FRÜHLINGSMARKT

Delfshausen

**Jungpflanzen: Gemüse, Kräuter, Sträucher,
Stauden, Saatgut & Selbstgemachtes:**



Gehäkeltes, Gestricktes, Wolle, Honig, Seifen,
Cremes inkl. Kinderschminken & Kinderspielen

11.05.2025

11 bis 17 Uhr

FREIER EINTRITT

**DELFSHAUSER STR. 141,
26180 RASTEDE**

Mit Kaffee, Kuchen, Kaltgetränken
& Frühstücksbuffet von 9-11 Uhr im
Dorfkrug Delfshausen. Anmeldung
zum Frühstück:

04402 7727



Plantago

SCHULE DES ALTEN WISSENS

JULI 2025

WANN

WAS

WO

DI, 22.07.2025
18:00–19:30UHR

SOMMER KRÄUTERWANDERUNG

Schafgabe, Spitzwegerich, Sommerkleesorten erkennen, ernten und verwenden. Die Klassiker für Magen und Darm, Husten und Entzündungen in der Volksheilkunde incl. Signaturenlehre
Teilnahmegebühr: 15,-

Eekenhoff Tagespflege
Schafdam 60, 26188
Klein Scharrel

MI, 23.07.2025
18:00–21:00 UHR

KREATIVE KRÄUTERKÜCHE

Likör und Sirup aus der Schafgabe. "Schafgabe im Leib, tut wohl jedem Weib", entdecke die wunderbaren Wirkstoffe und Heilanwendungsmöglichkeiten der Volksheilkunde rund um die Schafgabe.
Standarteilnahmegebühr zzgl. 9€ für Lebensmittelumlage, Getränke, Verkostung & Kräuternerzeugnisse zum Mitnehmen

Eekenhoff Tagespflege
Schafdam 60, 26188
Klein Scharrel

[KLICKE HIER, UM DICH ANZUMELDEN >>](#)



Teilnahmegebühren

Kräuterwanderungen: 15 €

Praxis- & Theoriekurse: 21 € +

Lebensmittelumlage inkl. Handout

Ich freue mich auf dich!

**Mit unseren Plantago-Kanälen bleibst du
immer auf dem Laufenden:**

[Klicke hier für WhatsApp >>](#)

[Klicke hier für Telegram >>](#)

Birgit Melius

Kräuterkundlerin & Selbstversorgerin

Mobil: 01573-7292908

E-Mail: Birgit.Plantago@gmx.de