

„Der Natur auf der Spur - Zurück zur Natur“

November/ Dezember 2021



„Blicke abwärts, um die Wurzeln zu finden.
Blicke aufwärts, um die Sterne zu sehen.
Blicke vorwärts, um dein Glück zu finden.“

(Verfasser unbekannt)

"Schatzkammer Natur - Wurzeln und Früchte im Herbst und Winter"

Sonntag, 14. November 2021

14.00 - ca. 17.00 Uhr

Die Vegetationszeit der Natur geht langsam zu Ende - die Winterruhe beginnt. Rechtzeitig haben die Pflanzen ihre gesamten Kräfte in den Wurzeln gespeichert. Bei einer Wanderung schauen wir uns um, was es zu ernten gibt. Jetzt beginnt die Zeit der Wurzelernte. In der Basis der Pflanzen stecken viele heilsame Wirkstoffe und feine Aromen. Zum Abschluss gibt es leckere „Wurzel-Kostproben“. Wer mag kann eine Wurzeltinktur ansetzen.

- **Verbindliche Anmeldung bis Montag, 08.11.2021**
- **Evtl. Gartenschere, Korb oder Rucksack zum Sammeln mitbringen**
- **Kosten: 17,00 € inklusive Getränke und Kostproben zuzüglich Materialkosten zum Ansetzen**

"Brot selber backen"

Samstag, 11. Dezember 2021

9.00 - ca. 14.00 Uhr

Brotbacken wird immer beliebter! Damit das selbstgebackene Brot gut gelingt und auch bekömmlich ist, muss man einige Regeln beachten. In diesem Basiskurs erfahren Sie die Geheimnisse rund um den Sauerteig. Wir setzen 2 verschiedene Sauerteige an, die Sie mit nach Hause nehmen dürfen. Natürlich erfahren Sie auch, was man beim Kneten und Backen beachten muss. Jeder darf sein eigenes Brot kneten. Nach der „Gehzeit“ wird es im Holzofen gebacken. Zur Stärkung backen wir einen „Hitzplotz“, den wir uns gleich vor Ort schmecken lassen. Neugierig? – Dann melden Sie sich an!

- **Kosten: 40,00 € inklusive Rezeptmappe, 2 Sauerteige, 1 Brot zum Mitnehmen und eine Brotzeit, zuzüglich Getränke**
- **Verbindliche Anmeldung bis Freitag, 03. Dezember**
- **Mitbringen: Knetschüssel, Kochlöffel, Geschirrtuch, Schürze, kleines Schraubglas, Plastiktüte (1l) mit Verschlussgummi**

"Geheimnisvolle Raunachtwanderung"

Dienstag, 28. Dezember 2021

15.00 - ca. 19.00 Uhr

Raunächte - viele geheimnisvolle Bräuche und Sagen ranken sich um die Zeit zwischen der Wintersonnenwende und dem Dreikönigsfest. Wir treffen uns am Nachmittag zu einer Winterwanderung, um diesen Geheimnissen näher zu kommen. Mit Blick auf die winterliche Natur entdecken wir die ersten „Frühlingsboten“.

Sie hören schaurige Geschichten und erfahren von altem Brauchtum. Zum Abschluss wärmen wir uns am Feuer, stärken uns mit warmen Getränken, dampfender Suppe und anderen winterlichen Schmankerln. Kommen Sie mit!

- **Verbindliche Anmeldung bis Dienstag, 21. Dezember**
- **Kosten: 18,00 € inklusive Getränke und Imbiss**

"Kräuterlädchen"

Frische Kräuterprodukte wie Aufstriche (auf Bestellung), Kräuterschmalz (vegan),
Chutneys u. a.

Weiter biete ich viele Schätze aus der Natur an. Alles aus unserer wunderschönen Spalter Flur.
Liebevoll in

Handarbeit gesammelt und verarbeitet, für jede Gelegenheit und
jeden Geschmack!

Jetzt schon an Weihnachten denken!

- Senfe in großer Auswahl, im Kaltverfahren hergestellt
- Pesto, Chutneys
- Fruchtaufstriche
- Kräuter-, Frucht- und Blütenessige
- Kräuteröle für Gesundheit und Küche
- Kräuterkissen
- "Aufgesetzte" (Frucht- oder Kräuterliköre)
- Kräuterwaschstücke (Seifen)
- verschiedene Kräuterbücher, Broschüren
- Sirup, Säfte
- verschiedene "Hausmittelchen"
- Naturkosmetik
- Zahnputzpulver
- Räucherwerk
- Geschenkkörbe
- u. vieles andere mehr

Schauen Sie vorbei und überzeugen Sie sich selbst von der Fülle des Angebotes!

Bitte an der Haustüre klingeln oder vorher anrufen (09175/1330)

Ich freue mich auf Sie!

Nähere Informationen und Anmeldung bei:



Margot Löffler
Kräuterpädagogin & Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA
Bahnhofstraße 3a
91174 Spalt
09175/1330 oder 09175/9067954
Familie-loeffler@t-online.de
www.natürlich-margot.de

- ❖ **Bitte rechtzeitig, verbindlich anmelden!**
- ❖ Bitte den Geldbetrag passend mitbringen.
- ❖ Die Zahl der TeilnehmerInnen ist aufgrund der aktuellen Situation begrenzt!
- ❖ Für **Gruppen ab 12 Personen** biete ich gesonderte Veranstaltungen an! Gerne berücksichtige ich Ihre individuellen Termin- oder Themenwünsche.
- ❖ **Bitte denken Sie an festes Schuhwerk und achten Sie auf warme, wetterfeste Kleidung.**
- ❖ Gerne stelle ich Ihnen auch **Geschenkgutscheine** für Veranstaltungen oder einen Einkauf aus.

Treffpunkt:

Spalt, Bahnhofstraße 3a (falls nicht anders angegeben)