



# Begleitung durch das Kräutergartenjahr

## Wie wird es ablaufen?

### Liebe KräutergärtnerInnen,

Unser gemeinsames Kräutergartenjahr startet und ich freu mich sehr, dass ihr dabei seid. Der Schwerpunkt meiner Arbeit mit Euch liegt in der Begleitung. Ich möchte Euch regelmässige Impulse geben und für Euch da sein bei allem, was ihr schon immer im Kräutergarten und mit den Pflanzen machen wolltet. Deshalb notiert Euch am besten immer alle Fragen, die Ihr stellen möchtet für unsere Fragerunde bei den Online-Treffen. Dafür findet ihr **Memo-Blätter** im internen Bereich auf der Website zum Ausdrucken.

Für dringende Fragen stehe ich Euch natürlich auch gern zeitnah zur Verfügung und versuche diese immer sobald es geht zu beantworten. Grad im Sommer, wenn ich im Garten arbeite oder Führungen oder Kurse habe, geht das nicht immer sofort. Aber ich bemühe mich für eine rasche Beantwortung. Ich werde auch versuchen, die Fragen immer für die ganze Gruppe aufzubereiten.

Die Online-Post enthält Informationen und/oder Impulse und vor allem Tipps aus der Praxis und dem Alltag. Es gibt sehr viel, sehr gute Fachliteratur. Einige wenige dieser Bücher reichen aus, damit ihr mit umfassender Theorie versorgt seid. Diese Bücher, kombiniert mit dieser Begleitung in und aus der Praxis sind eine gute Kombination um ein lehr- und inhaltsreiches Gartenjahr zu erleben.

### EIN ÜBERBLICK

#### Samenpackerl

Zu Beginn unseres Gartenjahres kommt ein Samenpackerl zu Euch nach Hause.

#### Online Treffen

2 x monatlich Dienstag Abend, 19:00 Uhr eure Termine, Uhrzeit, Zoom-Link findet ihr im internen Bereich auf der Website aufgelistet.

#### Online Post

2 x monatlich Montags und alle Downloads im internen Bereich auf der Website

#### Online Austausch-Plattform

für alle die sich gerne austauschen  
Link im internen Bereich der Website

#### Unterlagen

Skripten, Rezeptesammlung, Pflanzenportraits, Kräuterkuren, Checklisten.

### WORKBOOK PRAXIS

Im Workbook gibt es kleinere und größere Übungen für Zwischendurch. Nur durch **aktives** Nachdenken, Aufschreiben und Umsetzen lernt man wirklich und nachhaltig.

Das **Samenpackerl** kommt am Anfang unseres Gartenjahres zu Euch. Es enthält Altbewährtes und Raritäten für Euren Garten

2 x im Monat treffen wir uns zu den **Live-Online-Treffen** die auch einen kleinen **Workshop** oder Vortrag enthalten. Ihr könnt bei den Workshops mitmachen, ihr kriegt dazu im Vorhinein eine Checkliste.

Es gibt ein **Memo-Sheet** wo Ihr für jedes Treffen Eure Fragen oder Ideen notieren und die Ihr für Notizen verwenden könnt. Die Treffen sollen ein aktiver Austausch sein und ich möchte Euch dabei bei Euren persönlichen Kräutertemen weiterhelfen. Dabei kann auch jede TeilnehmerIn von den Fragen und Themen der anderen profitieren.

**Die Online-Treffen werden aufgezeichnet** und ihr könnt sie bei Versäumnis nachschauen. Die Videos werden natürlich nicht öffentlich zu sehen sein, stehen Euch 1 Monat lang zur Verfügung und werden dann gelöscht.

2 x im Monat kommt auch die **Online Post** mit Infos, Impulsen und Erinnerungen.

Unsere **Online Plattform** soll Euch zum Austausch dienen. Ihr könnt Fotos und Ideen reinstellen. Und ihr könnt natürlich auch Fragen stellen.

Bitte gebt mir gern laufend Feedback bzw. Rückmeldungen, vor allem dann, wenn es Probleme gibt oder ihr euch andere Inputs wünscht!  
Ich kann gut mit Kritik umgehen und bin dankbar, wenn ich meine Arbeit verbessern kann.

## Literaturempfehlungen

Es gibt bereits eine Menge wundervoller Literatur zu Kräuter- und Gartenthemen:

### Kräuter richtig anbauen

Andrea Heistingner Arche Noah  
Löwenzahn Verlag

### Das große Boden ABC

Angelika Ertl

### Handbuch Pflanzenschutz im Biogarten

Fiona Kiss Andreas Steinert  
Löwenzahn Verlag

### Natürlich Gärtnern mit Terra Preta

Caroline Pfützner  
oekom

### Biodünger selber machen

Andrea Heistingner  
Löwenzahn Verlag

### Arznei und Gewürzpflanzen

Pelzmann  
avbuch

### Alles über Heilpflanzen

Ursel Bühring

### Mein Heilpflanzengarten

Rudi Beiser  
Ulmer Verlag



# Start in unser Gartenjahr

**Im internen Bereich auf der Website findet ihr bereits:**

- Etiketten
- Grundrezepte
- Memos
- Zutatenliste
- Terminsheet
- Whatsapp-Link

## **Etiketten:**

für eure Werke :-)

## **Grundrezepte**

die verschiedenen Verarbeitungstechniken nehmen wir im 2. Modul "Sommergarten" durch. Für alle, die schon früher Öle, Tinkturen etc. herstellen möchten, gibts hier die Grundrezepturen vorab.

## **Zutatenliste**

Wer diese Zutaten immer zu Hause griffbereit hat, kann laufend viele Produkte herstellen.



## Rubriken der Unterlagen

**Zu folgenden Rubriken bekommt ihr monatliche Online-Post**

- Skripten mit Infos zum Garten und den Wochenthemen
- Workbook
- Pflanzenportraits
- Rezeptesammlung
- Kräuterkuren
- Checklisten



## Teemischung für kalte Februartage

- Zitronenverbene
- ein bisschen Majoran
- Rosenblüten

Majoran ist sehr intensiv und besitzt eine warme Würze. Er harmoniert besonders gut mit Rosen.

Die Zitronenverbene bringt Frische in die Mischung und belebt den Geist.