



# *Leben mit und aus der Natur*

*Gesine Müller*

*Kräuterpädagogin, Natur- und Landschaftsführerin  
Ganzheitliche Ernährungsberatung, Fastenurse, Waldbaden*

*Saalgasse 2, 07927 Hirschberg*

*Im Naturpark Thüringer Schiefergebirge / Obere Saale*

*036644/435277; 0176/67657247; [www.kraeutersine.info](http://www.kraeutersine.info); [info@kraeutersine.info](mailto:info@kraeutersine.info)*

**Kräutersine's Ernährungs- und Kräuterwerkstatt  
Olitätenstübchen**

**Mittwoch bis Freitag von 14 bis 17 Uhr  
und auf Anfrage**

## **Wanderungen**

**Sonntag, 14. April 2024, Start 10.00 Uhr**

### **Frühlingsspaziergang**

Vom Eise befreit sind Strom und Bäche. Durch des Frühlings holden, belebenden Blick..... - ein Frühlings(Oster)spaziergang.

Wir treffen uns am Museum für Gerberei und Stadtgeschichte und werden dann an den Ausgangspunkt unserer Wanderung am „Grünen Band“ nach Mödlareuth gebracht. Es erwartet uns eine fast unberührte Natur, viele tolle Aussichtspunkte auf die Saale und die ersten Kräuter des Frühlings mit ihren spezifischen Anwendungen.

Bitte der Witterung entsprechende Kleidung und Schuhwerk tragen und für die Rast Verpflegung und ausreichend zu trinken mitnehmen.

In Hirschberg am Museum für Gerberei und Stadtgeschichte angekommen, haben sie die Möglichkeit das Museum zu besuchen und im KreativCafè sich bei einer Kaffee und Kuchen zu erholen.

**Preis pro Person: 20,00 €**

**Sonntag, 26. Mai 2024, Start 10.00 Uhr**

### **Geschichte und Geschichten am Grünen Band**

Das Grüne Band - die ehemalige innerdeutsche Grenze - viel Geschichte, auch viel Geschichten. Viel davon schon erzählt, es gibt ebenso viele Geschichten aus der Zeit des kalten Krieges die von den Medien noch nicht verarbeitet wurden. Kleine Dinge, von den Anwohnern und aus der alltäglichen Arbeit im Grenzgebiet. Kommen sie mit uns auf eine neue Entdeckertour am „Grünen Band“

**Preis pro Person: 20,00 €**

*Sonntag, 30. Juni 2024, Start: 10.00 Uhr*

## **Kräuterwanderung am Grünen Band**

Wir treffen uns am Museum für Gerberei und Stadtgeschichte und werden dann an den Ausgangspunkt unserer Wanderung am „Grünen Band“ nach Mödlareuth gebracht. Es erwartet uns eine fast unberührte Natur mit vielen seltenen Kräutern, Büschen und Bäumen. Während unserer Wanderung lernen wir einige davon kennen und werden sie sammeln, um an Ende unserer Wanderung ein feines Kräutersalz zubereiten zu können. Des Weiteren haben sie im Anschluss an unsere Wanderung die Möglichkeit das Museum zu besuchen und im KreativCafè sich bei einem Kaffee und Kuchen zu erholen.

**20,00 pro Person**

*Sonntag, 28. Juli 2024, Start 10.00 Uhr*

## **Wanderung: Heimische Heil- und Giftpflanzen**

Wer das Wort „Giftpflanzen“ hört, denkt vielleicht eher an Pflanzen aus entfernten Ländern. Doch auch in unserer Heimat gibt es einige Exemplare, die teilweise hochgiftige Substanzen enthalten und sogar tödlich wirken können. Viele dieser Pflanzen sind vor allem für Kinder gefährlich, da sie oft hübsch aussehen oder mit ähnlichen, ungiftigen Pflanzen verwechselt werden können.

Auf dieser Wanderung lernen wir unsere heimischen Giftpflanzen und ihre Wirkung kennen. Bitte der Witterung entsprechende Kleidung und Schuhwerk tragen und für die Rast Verpflegung und ausreichend zu trinken mitnehmen.

In Hirschberg am Museum für Gerberei und Stadtgeschichte angekommen, haben sie die Möglichkeit das Museum zu besuchen und im KreativCafè sich bei einem Kaffee und Kuchen zu erholen.

**20,00 pro Person**

*Sonntag, 29. September 2024, Start 10.00 Uhr*

## **Geschichte und Geschichten am Grünen Band**

Das Grüne Band - die ehemalige innerdeutsche Grenze - viel Geschichte, auch viel Geschichten. Viel davon schon erzählt, es gibt ebenso viele Geschichten aus der Zeit des kalten Krieges die von den Medien noch nicht verarbeitet wurden. Kleine Dinge, von den Anwohnern und aus der alltäglichen Arbeit im Grenzgebiet. Kommen sie mit uns auf eine neue Entdeckertour am „Grünen Band“

Preis pro Person: 20,00 €