

**Heil-Kräuter-Garten Riegenhof,  
Riegenhof 4,  
74535 Riegenhof/Mainhardt**



*Noch sind wir auf dem Weg..., auf dem Weg einen eigenen, eingetragenen, gemeinnützigen Verein zu gründen.*

*Mit anderen Kulturengagierten waren wir schon seit Jahren auf dem Weg einen solchen Verein zu gründen, doch wir traten irgendwie auf der Stelle, drehten uns im Kreis und verfielen dann in einen Dornröschenschlaf.*

*Doch wir vom Kräutergarten wollten nicht weiterschlafen und wurden für uns aktiv*

*Der „Heil-Kräuter-Garten Riegenhof“ ist nun gegründet. Als Vorsitzende wurde einstimmig Frau R.M. Pfrombeck gewählt, ebenso als Stellvertreterin Frau H. Könecke (Künstlerinnenname Diana Monson). KassiererIn ist Juliana Schütze und Schriftführerin Jasmin Zubrod.*

*Viele spannende und gut besuchte Veranstaltungen hat das KräutergartenTeam in den letzten Jahren in Mainhardt angeboten.*

*Auch für das Jahr 2020 sieht unsere Planung schon wieder prall gefüllte Veranstaltungen vor.*



*So gründeten Maia Pfrombeck und Diana Monson eine Kinder-Kräuter-Schule und Jasmin Zubrod, Mihaela Walter, Heidrun Gundacker und Doris Braun haben in diesem Jahr die KräuterWerkstatt übernommen, mit vielen, vielen spannenden, kräuterigen Angeboten (siehe weiter unten).*

*Wir freuen uns über die Fülle, die wir präsentieren können und hoffen viele Kräuterinteressierte nutzen diese Möglichkeit unsere heimischen Heilkräuter und den Umgang mit ihnen ein wenig kennenzulernen.*

*Zudem wird es auch in 2020 wieder die beliebte Tauschbörse geben, wir werden an dem Naturschutztag, am 26. Juli teilnehmen und am Tag des Schwäbischen Waldes, am 20. Septembe werden wir mit einem großen Kräutergartenfest dabei sein. Freuen sie sich auf die Vielfältigkeit der Angebote.*



# Kinder-Kräuter-Schule

**Verschoben auf 29. Mai**

**(17. April )2020 um 16 Uhr**

Kräuter die uns stärken  
Kräutersuppe  
am Lagerfeuer kochen

**19. Juni 2020 um 17 Uhr**

Kräuter,  
die bei Insektenstichen helfen  
Herstellen eines Anti-Juck

**3. Juli 2020 um 17 Uhr**

Kräuter für heilende Salben  
Ringelblumensalbe selbst herstellen

**7. Aug. 2020 um 18 Uhr**

Kräuter- Abenteuer-Dinner  
am Lagerfeuer  
mit Vorspeise, Hauptspeise,  
Getränk und Nachtsch  
Ab 19.30 Uhr können die Eltern  
zum Essen, nach Anmeldung,  
dazu kommen

**25. Sept.2020 um 16 Uhr**

Spielerisch Kräuter kennenlernen  
Wir basteln uns ein Foto-Kräuter-Memory



**Leiterinnen:** Diana Monson & Maia Pfrombeck

**Dauer:** 1 ½ - 2 Stunden

**Kosten:** 60 € für alle Termine

15 € für Einzelveranstaltungen

**Mindestteilnehmerzahl:** 7 Kinder max. 15 Kinder

**Anmeldungen:** [pfrombeck@naturheilpraxis-alchemilla.de](mailto:pfrombeck@naturheilpraxis-alchemilla.de)

**Ort:** Heil-Kräuter-Garten Riegenhof,  
Riegenhof 4,  
74535 Mainhardt

# Kräuterwerkstatt mit Jasmin, Mihaela, Doris und Heidrun

## Kräuterwerkstatt des Kräutergartens im Riegenhof

Ganz herzlich wollen wir, die Kräuterfrauen des Heilkräutergartens Riegenhof, dich zu unserer Kräuterwerkstatt einladen. Veranstaltungsort ist der Heil-Kräuter-Garten, Riegenhof 4, 74535 Mainhardt. Der Preis für jede Veranstaltung beträgt für dich **25 Euro** und beinhaltet die Materialien, Skripte und eine kleine Verkostung. Wenn du dich zu allen Terminen anmeldest, bekommen wir 150 Euro von dir. Bitte melde dich mit einer E-mail unter [hkg-riegenhof@gmx.de](mailto:hkg-riegenhof@gmx.de) oder unter der Nummer **0152/56926268** bei uns an, wenn du eine Veranstaltung besuchen möchtest. Wenn du die hergestellten Dinge anschließend mit nach Hause nehmen möchtest, bring dir bitte selbst Gläser oder andere Behältnisse mit.

Bärlauch, Brennnessel und Co.  
13. März 16-18,00 Uhr  
Leckere Rezepte und einfache Kochideen

**Abgesagt**

03. April, 17-19 Uhr  
Gründonnerstagsuppe oder Neunkräutersuppe

Johanniskraut  
26. Juni, 17 - 19 Uhr  
Wir schauen uns das heilkräftige Kraut an und lernen es in seinem Aussehen und seiner Heilwirksamkeit kennen. Zusammen stellen wir Johanniskrautöl her.

09. Mai Pflanzentauschbörse

Pflanzenwasser, Duftwasser  
10. Juli 17 - 19 Uhr  
Wir destillieren Lavendel in der Topfdestille und hören dabei interessantes über die Anwendung und die Wirksamkeit der Pflanzenwässer.

26. Juli Naturschutztag, wir sind dabei

Kräuter fürs Wochenbett  
14. August 17 -19 Uhr  
Wir hören vom Kräuterteissen, welches Frauen seit Jahrhunderten im Wochenbett begleitet. Im Anschluss können eigene Kräuterteissen zusammengestellt werden.

Räuchern mit einheimischen Wildkräutern  
18. September, 16 - 18 Uhr  
Wir sammeln Wildkräuter und binden diese zu einem Räucherstab. Wir räuchern verschiedenen einheimische Wildkräuter, lernen und erproben deren Wirksamkeit.

20. Sept Kräutergartenfest Tag des Schwäbischen Waldes

Wurzeln und Kräuter in der Küche  
09. Oktober 17-19 Uhr  
Was gibt es, ausser Karotten, noch für Wurzeln um eine bunte Fülle im Winter auf den Teller zu bringen. Dazu die letzten Herbstkräuter vor dem Winter. Wurzelsuppe kochen und Pesto herstellen.

Heil-Kräuter-Garten Riegenhof, Riegenhof 4,  
74535 Mainhardt

**Ort: Heil-Kräuter-Garten Riegenhof  
Riegenhof 4  
74535 Mainhardt**

**Wir freuen uns auf viele Interessierte**

# *Pflanzentauschbörse mit Abstand*

*am Samstag 09. Mai 2020  
von 11 - 16 Uhr*



*Haben Sie in ihrem Garten  
pflanzen/Ableger oder Kräuter  
übrig?  
Suchen Sie Kräuter/Pflanzen für ihren  
Balkon/Garten?  
Dann sind Sie herzlich willkommen  
bei der Tauschbörse.*

*Hier können Pflanzen getauscht und Erfahrungen geteilt werden.  
Eine Mitnahme von Ablegern gegen Spende ist ebenso möglich!*

*Wo?*

*Heil-Kräuter-Garten Rieghof  
Rieghof 4 74535 Mainhardt*

***In Anbetracht der Corona-Krise kann die  
Pflanzentauschbörse nur mit respektvollem Abstand  
stattfinden.***

***Unsere Pflanzentische (-bänke) stehen mit genügend  
Abstand.***

***An jedem Tisch darf jeweils nur eine Person sein.  
Wir werden darauf achten und bitten sie um ihre  
Unterstützung.***

***Bitte helfen sie uns mit Abstand unsere Pflanzen zu  
tauschen.***

***An unserem „Take-away-Stand“ gibt es Kleinigkeiten zum  
Essen. Der Rieghof bietet ja genügend Platz diese mit  
großzügigem Abstand zu genießen.***

***Wir bitten auch hier um respektvolle Achtung.***

***Sollte sich die derzeitige Lage wieder verschlechtern, muss  
die Pflanzentauschbörse abgesagt werden.***

# Naturschutztag

am Sonntag 26. Juli  
von 14 - 17 Uhr



## **Heilkräuter und die ökologische Landwirtschaft**

**Nach einer spannenden Führung durch den Heil – Kräutergarten Riegenhof mit der Heilpraktikerin und Kräutereachfrau R. M. Pfrombeck führt die Exkursion zu den Demeter-Feldern. Unterwegs können die wilden Kräuter noch einmal am Wegesrand entdeckt werden. Über die ökologische Landwirtschaft referiert Frau J. Zubrod. Wir gehen dabei der Frage nach „Wieso die wilden Kräuter der ökologischen Landwirtschaft bedürfen, damit sie nicht von dieser Erde verschwinden“. Danach wird ein kleiner Kräutersnack und ein Kräutergetränk gereicht.**

**Treffpunkt: Heil-Kräuter-Garten  
Riegenhof, Riegenhof 4,  
74535 Mainhardt**

# Großes Kräutergartenfest

**am Tag des Schwäbischen Waldes**  
**Heil-Kräuter-Garten Rieghof, Rieghof 4,**  
**Mainhardt**

**Sonntag, 20. September von 11 bis 17 Uhr**



## Programm

**11. 30 Uhr Kräutergartenführung**  
**mit Frau R. M. Pfrombeck**

**Über den ganzen Tag verteilt:**  
**Kraft- und Traumbeutelchen machen**  
**und**  
**Kreatives für Jung und Alt**  
**mit Jasmin Zubrod und Juliana Schütze**

**14 Uhr Märchen im / am Tipi**  
**mit Diana Monson**

**15 Uhr Kräuterige Snacks zu bereiten**  
**mit Mihaela Walter**

**16 Uhr Kräutergartenführung**  
**mit Frau R. M. Pfrombeck**

**16. 30 Uhr Abschluss**  
**Singen und Tanzen für Mutter Erde**  
**mit Diana Monson**

**Wir freuen uns auf viele**  
**Besucher\*innen und**  
**Mitmachende**