



## Termine 2018

Elfie Courtenay, Tel. 08824- 91 08 222

Email: [eg.courtenay@t-online.de](mailto:eg.courtenay@t-online.de)

[www.courtenay.de](http://www.courtenay.de)



### **Wildkräuterführung mit anschließendem Wildkräuter-Menü mit Elfie Courtenay, Kräuterpädagogin**



Während einer beschaulichen Wanderung durch die herrliche Murnauer Voralpenlandschaft lernen wir eine Fülle essbarer Wildkräuter, Blüten u. Wildfrüchte kennen. Außerdem einige Heilpflanzen, die in der traditionellen Volksmedizin, in der Pflanzenheilkunde oder Homöopathie Verwendung finden. Den krönenden Abschluss bildet nach jeder Exkursion das Wildkräuter- Menü im Gasthof "Zum Stern" in Seehausen.

Sie bekommen Rezepte, um einige Delikatessen von Feld, Wald und Wiese selbst auszuprobieren.

**Teilnahmegebühr:** € 39.- inkl. Wildkräutermenü

**Mindestteilnehmer:** 8 Personen/kleinere Gruppen gegen entsprechenden Aufpreis möglich

**Ausrüstung:** Wanderschuhe, Sonnen- u. Regenschutz, Getränk, evtl. Notizblock u. Kamera

**Treffpunkt:** in Hagen bei Murnau/Näheres telefonisch bei Anmeldung

**Dauer:** Exkursion 14.00 bis ca.17.30 Uhr, Wildkräuter- Menü 18.00- ca. 20.30 Uhr

**Termine:** Sa.: 12.05., 26.05., 09.06., 16.06., 23.06., 14.07., 21.07., 04.08. u. 25.08.2018

**Anmeldung:** bis spätest. 10.00 Uhr des Vortages, Tel. 08824-91 08 222, Elfie Courtenay

**Bitte beachten Sie, dass die Kräuterführungen bei jedem Wetter stattfinden und Ihre Anmeldung wegen der Vorbereitung des Menüs verbindlich ist!**

**Termine für Ihre eigene Gruppe gerne auf Anfrage!**

### **Wildkräuter-Exkursionen in Ohlstadt und Murnau mit Elfie Courtenay, Kräuterpädagogin**

Bereits im Frühling überrascht uns die Natur mit einer Vielzahl frischer, junger Kräuter. Aber erst recht im Sommer erstaunt sie uns mit ihrer Fülle! Während dieser Exkursionen erfahren Sie, was sich so alles in Feld, Wald und Flur entdecken lässt, welche Pflänzchen essbar sind, welche sich für die Hausapotheke nutzen lassen und was es beim Sammeln zu beachten gilt. Sie bekommen ein ausführliches Skript inklusive spezieller Wildkräuter-Rezepte.

**Teilnahmegebühr:** € 19.- **Teilnehmerzahl:** Min. 8 Pers., Max. 15 Pers.

**Ausrüstung:** Feste Wanderschuhe, Sonnen- und Regenschutz, Getränk, Notizblock, evtl. Kamera

**Termin in Ohlstadt:** So. 29. April 2018

**Termin in Murnau:** So. 08. Juli 2018

**Treffpunkt am 29.4.:** 14.00 Uhr am Schwimmbadparkplatz in Ohlstadt

**Treffpunkt am 08.7.:** 14.00 Uhr vor dem Kultur- und Tagungszentrum Murnau

**Dauer:** Jeweils von 14.00 Uhr bis ca. 17.30 Uhr

**Anmeldg.:** Bis 1 Wo. vorher bei Volkshochschule Murnau, Tel. 08841-2288, [info@vhs-murnau.de](mailto:info@vhs-murnau.de)

**Verbindliche Buchung erforderlich! Die Exkursionen finden bei jedem Wetter statt!**

## **Wildkräuter-Führungen von Frühling bis Herbst in Ohlstadt** mit Elfie Courtenay, Kräuterpädagogin

In der Umgebung von Ohlstadt ist die Natur zu allen Jahreszeiten mit einer besonderen Vielfalt an Kräutern gesegnet. Auf einer gemütlichen Wanderung lernen Sie diese Wildpflanzen von den ersten Frühlingskräutern bis zu den Herbstfrüchten kennen und sicher bestimmen. Sie erfahren viel Nützliches zu ihrer Verwendung und erhalten jeweils der Jahreszeit entsprechende Rezepte für Hausapotheke und Küche.

**Termine jeweils sonntags von 14.00 bis 17.30 Uhr: 22.4., 27.5., 24.6., 22.7., 5.8. und 2.9. 2018**

**Treffpunkt:** Am Schwimmbadparkplatz in Ohlstadt

**Teilnahmegebühr:** € 19.-, **Teilnehmerzahl :** mindestens 8 Personen

**Ausrüstung:** Feste Wanderschuhe, Sonnen- und Regenschutz, Getränk, Notizblock, evtl. Kamera

**Verbindliche Anmeldung unter: [eg.courtenay@t-online.de](mailto:eg.courtenay@t-online.de) oder 08824 – 91 08 222.**

## **Führungen im und um den Klostergarten Schlehdorf** mit Elfie Courtenay, Kräuterpädagogin

Während unserer Entdeckungstour durch die Gärten des Klosterguts erfahren Sie interessante Einzelheiten zur biologischen Bewirtschaftung, zu Hügelbeeten und Permakultur. Auf unserem Spaziergang durch die Schlehdorfer Natur lernen Sie eine Vielzahl von Wildkräutern kennen, erfahren viel Wissenswertes zu ihrer Verwendung und bekommen am Ende Rezepte, um einige der wunderbaren Gaben aus dem Reich der Natur schon bald nutzen und genießen zu können. Die Führung schließt mit einer Verkostung von Kräuter- und Blütenlimonade ab.

**Termine:** Sa. 30. Juni und Sa. 28. Juli 2018, von 14.00 bis 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Ab 13.30 Uhr am Hofladen des Klosterguts Schlehdorf

**Teilnahmegebühr:** € 19.-, **Teilnehmerzahl:** mindestens 8 Personen

**Ausrüstung:** Dem Wetter entsprechend, Getränk, Notizblock, evtl. Kamera

**Verbindliche Anmeldung unter: [eg.courtenay@t-online.de](mailto:eg.courtenay@t-online.de) oder 08824 – 91 08 222.**

## **Wildkräuterführungen in Farchant, Oberau oder Eschenlohe**

Ab 24.5. bis 13.9. donnerstags von 10.00 bis 12.00 Uhr, Anmeldung und Infos zum jeweiligen Treffpunkt bis 16.00 Uhr des Vortags unter Tel. 08821 - 961696/Tourist-Info Farchant. Teilnahme für Urlauber und Einheimische kostenlos, ansonsten € 5.-.  
(außer 31.5., 7.6., 5.7., 2.8., 16.8. und 30.8.2018)

Elfie Courtenay ist u.a. die Autorin des Buches:

**„Heilkräuter – Überliefertes Wissen für Hausapotheke und Küche“**

Erschienen im Mai 2017 im Mankau-Verlag Murnau, erhältlich für € 20.- im Buchhandel oder direkt bei der Autorin.