

## **„Waldschwester“ – Kurse / Termine 2024 – Übersicht**

**Samstag, den 23.03.2024**

### **Kräuter zum Entschlacken und als Vitamin- und Mineralienspender**

Im Frühjahr erwacht die Natur und es zeigt sich auf Wiesen und unter Bäumen im Wald das erste "Grün". Viele dieser Pflanzen sind Heilpflanzen oder essbare Wildkräuter. Gerade im Frühjahr bieten sie uns traditionell als kleine Kraftpakete viel von dem, was der Körper jetzt zur Stärkung und Kräftigung braucht. Auf dieser Kräuterwanderung im Frühjahr werden Ihnen Pflanzen wie beispielsweise Vogelmiere, Giersch und Löwenzahn begegnen, die erstaunlich viel bieten an Vitaminen, Mineralien und sekundären Pflanzenstoffen. Sie werden Geschichten über die Pflanzen hören, erfahren Wissenswertes über ihre Heilkräfte und erhalten Tipps und Rezepte für die Kräuterküche im Frühjahr.

**Treffpunkt: Winterplatz in 35305 Grünberg**

Der Termin findet grundsätzlich bei jedem Wetter statt. Nur bei Starkregen und Sturm wird er verschoben.

**Termin:**

**23.03.2024 | 14:00 – 17:00 Uhr**

**Mitzubringen/Materialien:**

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Schuhe

**Anmeldung ausschließlich über die VHS des Landkreises Gießen**

---

**Samstag, der 20.04.2024**

### **Flowerpounding – Workshop im Museum für Angewandte Kunst, Frankfurt am Main**

**\*Veranstaltung anlässlich der Fashion Revolution Week.\***

**Uhrzeit:** 14:00 h - 18:00 h Uhr

**Ort:** Museum für Angewandte Kunst, Schaumainkai 17, 60594 Frankfurt

**Sonntag, den 21.04.2024**

## **Heimische essbare Frühjahrskräuter bestimmen und sammeln**

Im Frühjahr wachsen gesunde essbare Kräuter und viele dieser Pflanzen sind gesunde Heilpflanzen. Gerade im Frühjahr bieten sie uns traditionell als kleine Kraftpakete viel von dem, was der Körper jetzt zur Stärkung und Kräftigung braucht. Auf dieser Kräuterwanderung im Frühjahr im Busecker Tal werden Pflanzen wie beispielsweise Vogelmiere, Giersch und Löwenzahn bestimmt und gesammelt. Sie bieten uns erstaunlich viel an Vitaminen, Mineralien und sekundären Pflanzenstoffen. Wir werden Geschichten über die Pflanzen hören, erfahren Wissenswertes über ihre traditionellen Heilkräfte und erhalten Tipps, wie das Gesammelte zubereitet werden kann.

**Treffpunkt: Sonnenhof – Alten-Busecker-Weg 101 in 35438 Buseck**

Der Termin findet grundsätzlich bei jedem Wetter statt. Nur bei Starkregen und Sturm wird er verschoben.

**Termin:**

**21.04.2024 | 14:00 – 16:30 Uhr**

**Kosten: 8,00 € - Kinder unter 12 Jahren frei**

**Maximale TN-Zahl: 14**

**Mitzubringen/Materialien:**

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Schuhe, Sammelkörbchen, scharfes Messer

Anmeldung über diese Webseite oder unter [Dagmar.Abresch@yahoo.com](mailto:Dagmar.Abresch@yahoo.com)

---

**Samstag, den 27.04.2024**

## **„Färben mit ECO-Print“: Natur wird zur Kunst – Stoffdruck mit Blättern und Blüten**

Ecoprint - ist eine relativ neue und besondere Methode, Stoffe dauerhaft zu bedrucken. Das Verfahren wurde von der Australierin India Flint entdeckt. Blätter, Blumen oder Früchte werden auf den zuvor gebeizten Stoff gelegt (Leinen, Baumwolle, Seide oder Wolle), dieser wird eingerollt oder gefaltet und fest gewickelt. Anschließend heiß gedämpft oder in einem Färbesud geköchelt. Durch die Hitze sind dauerhafte Stoffdrucke mit wundervollen natürlichen Farben und Formen entstanden. Jedes Stück ist einzigartig und mit Wollwaschmittel schonend bei geringer Temperatur gewaschen auch farbecht. Der Workshop vermittelt die Grundtechnik der Methode,

wir lernen geeignete Pflanzen kennen, sammeln diese und jeder kann Stoffteile belegen, bedrucken und mit nach Hause nehmen.

**Ort: vhs-Haus Lich, Kreuzweg 33, 35423 Lich**

**Termin:**

**27.04.2024 | 13:00 – 18:00 Uhr**

**Mitzubringen/Materialien:**

Materialien, wie Töpfe, Stoffe und Pflanzen werden gestellt - dazu wird im Kurs ein Unkostenbeitrag 15 € erhoben. Haushaltshandschuhe und eine Schürze können gerne mitgebracht werden - auch gerne etwas zum gemeinsamen Kaffeetrinken.

**Anmeldung ausschließlich über die VHS des Landkreises Gießen**

---

**Sonntag, den 26. Mai 2024**

**AVA Kreativmarkt im Laubacher Schlosspark 2024**

Handgemachtes und kreative Ideen zum Stöbern und Staunen.  
Auf dem Gelände des schönen Schlossparks in 35321 Laubach.

**Uhrzeit: 12:00 bis 18:00 Uhr**

---

**Samstag, den 08.06.2024**

**Sommer- Kräuter- wanderung im Brunnental / essbare heimische**

**Wildkräuter als "Vitamin- und Mineralienspender"**

Im Sommer ist die Natur in Hochform. Auf Wiesen und unter Bäumen zeigen sich alle Farben, Formen und die Fülle unserer heimischen Wildpflanzen. Viele davon sind sog. "Heilpflanzen" oder essbare Kräuter. Gerade im Sommer bieten sie uns traditionell als kleine Kraftpakete viel von dem, was der Körper braucht. Auf dieser Kräuterwanderung im Sommer werden Ihnen Pflanzen wie beispielsweise Schafgarbe, Spitzwegerich, Löwenzahn und Labkraut begegnen, die erstaunlich viel bieten an Vitaminen, Mineralien und sekundären Pflanzenstoffen. Sie werden Geschichten über die Pflanzen hören, erfahren Wissenswertes über ihre Heilkräfte und erhalten Tipps und Rezepte für die Kräuterküche im Sommer.

**Treffpunkt: Winterplatz in 35305 Grünberg**

Der Termin findet grundsätzlich bei jedem Wetter statt. Nur bei Starkregen und Sturm wird er verschoben.

**Termin:**

**08.06.2024 | 14:00 – 17:00 Uhr**

**Mitzubringen/Materialien:**

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Schuhe

**Anmeldung ausschließlich über die VHS des Landkreises Gießen**

---

**Samstag, 15.06.2024**

## **Was uns umgibt und berührt – Wildkräuter, Pflanzen und Bäume im Brunnental**

### **Atempause für Neugierige**

Bei einer kleinen Auszeit vom Alltag die Schönheit der Natur im Brunnental in Grünberg entdecken. Dieser Kurs lädt Sie zu einer kleinen Wanderung ein.

**Kursinhalt:** Entspannende Meditationseinheiten inmitten der Natur; Achtsamkeitsübungen zur Förderung des inneren Gleichgewichts; Wissenswertes über die heimische Flora und Fauna; Geschichten und Erklärungen zu den uns umgebenden Pflanzen.

**Gebühr:** Ab 8 TN 10,50 EUR | ab 10 TN 8,50 EUR

**Kursnummer:** H-3137507

**Ort:** Grünberg, Winterplatz

**Datum:** Sa. 15.06.2024

**Uhrzeit:** 15:00 bis 17:30 Uhr

---

**Samstag, 06.07.2024 | 14:30 - 17:00 Uhr**

## **Brunnengeflüster: Geschichten vom Wasser im Brunnental erleben und erfahren**

### **Ein meditativer Spaziergang für Neugierige**

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des Wassers bei einer kleinen Wanderung im idyllischen Brunnental in Grünberg. Beim "Brunnengeflüster" laden wir Sie dazu ein, zur Ruhe zu kommen und gleichzeitig historisches Wissen über Brunnen und die Pflanzen, die an sauberen fließendem Wasser gedeihen, zu entdecken.

**Kursinhalt:**

Entspannende Meditationseinheiten inmitten der Natur Achtsamkeitsübungen zur Förderung des

inneren Gleichgewichts Historisches Wissen über Brunnen und ihre Bedeutung Informationen zu Pflanzen, die bevorzugt an sauberem, fließendem Wasser leben.

Der Kurs richtet sich an alle, die nicht nur die Ruhe der Natur suchen, sondern auch an historischen Erzählungen und Informationen über Brunnen und die lokale Flora interessiert sind. Keine Vorkenntnisse erforderlich - nur Neugierde ist willkommen!

Bitte denken Sie daran, bequeme Kleidung und festes Schuhwerk zu tragen.

**Datum:** 06.07.2024

**Uhrzeit:** 14:30 - 17:00 Uhr

**Ort:** Winterplatz, 35305 Grünberg

**Buchung über die VHS Landkreis Gießen**

---

## **Sonntag, den 07.07.2024**

### **Teilnahme an der Gießener Kunstaktion „Fluss mit Flair“**

Auch 2024 gibt es wieder FLUSS MIT FLAIR – die weithin bekannte und beliebte Gießener Kunstaktion unter freiem Himmel an der Wieseck. Rund um die Löber, Lony- und Bismarkstraße stellen Künstler und Künstlerinnen aus Mittelhessen ihre Werke aus oder produzieren sie vor Ort. Das Motto der diesjährigen Veranstaltung lautet: „MUT.“ Umrahmt wird die Veranstaltung von Musik und Kleinkunstdarbietungen wie Straßentheater, Tanz und Performance.

**Termin:**

**07.07.2024 | 11:00 – 19:00 Uhr**

**Ort:**

**35390 Gießen, Lony - , Löber - , Goethe - , Bismarckstraße**

---

## **Sonntag, den 01.09.2024**

### **Papier und Stoffe färben mit ECO-Print“:**

### **Natur wird zur Kunst – Druck mit Blättern und Blüten**

Ecoprint - ist eine relativ neue und besondere Methode, Stoffe oder Papier nur mit der Farbe aus der Natur zu bedrucken. Blätter, Blumen oder Früchte werden auf den zuvor gebeizten Naturstoff oder Aquarellpapiere gelegt, eingerollt oder gefaltet und fest gewickelt. Anschließend heiß gedämpft oder in einem Färbesud geköchelt. Durch die Hitze sind dauerhafte Drucke mit wundervollen natürlichen Farben und Formen entstanden. Jedes Stück ist einzigartig. Der Workshop vermittelt die Grundtechnik der Methode, wir lernen geeignete Pflanzen kennen, sammeln diese und jeder kann Werkstücke belegen, bedrucken und mit nach Hause nehmen.

**Ort: Sonnenhof – Alten-Busecker-Weg 101 in 35438 Buseck**

Der Termin findet grundsätzlich bei jedem Wetter statt. Nur bei Starkregen und Sturm wird er verschoben.

**Termin:**

**01.09.2024 | 11:00 – 16:30 Uhr**

**Kosten: 65,00 € - inklusive Stoffe und Papier - Kinder unter 12 Jahren frei**

**Maximale TN-Zahl: 8**

Anmeldung über diese Webseite oder unter [Dagmar.Abresch@yahoo.com](mailto:Dagmar.Abresch@yahoo.com)

---

## **Samstag und Sonntag, 07.09 und 08.09.2024 Teilnahme an der Licher Kunstaktion „Kunst in Licher Scheunen“**

Auch im Jahr 2024 gibt es wieder in Lich die Veranstaltung „Kunst in Licher Scheunen“

Immer am 2. Wochenende im September – zum „Tag des offenen Denkmals“ – werden Scheunen, Lagerhallen, Werkstätten und andere Orte in Lich in den Mittelpunkt gerückt. Die spezielle Ästhetik dieser Räume wird genutzt, um zeitgenössische Kunst und Kunsthandwerk zu präsentieren.

Alte Holzbalken, Basaltmauern, Stampflehmfußböden sowie der Geruch von Staub, Stall und unterschiedlichen Arbeitsmitteln bieten einen einzigartigen Raumeindruck, in dem die Kunstwerke auf eine neue, reizvolle Weise zur Geltung kommen.

In einem wunderschönen Hof in der Licher Oberstadt und einem angrenzenden, zu besichtigenden alten Gewölbekeller stelle ich meine Werke gemeinsam mit der in Reiskirchen lebenden Glaskünstlerin Christel Schneider aus.

**Termin:**

**07.09.2024 – 08.09.2024 11:00 – 18:00 Uhr**

**Ort:**

**35423 Lich**

---

## **Samstag, den 05.10.2024 Die Welt der Pilze - Pilzwanderung**

Waldschwester – Kurse / Termine 2024 – Übersicht

Seite 6

Der Kurs bietet eine Einführung in die Welt der Pilze. Historisches Wissen und aktuelle Bezüge zum Verständnis dieser "eigenen Art" von Lebewesen werden aufgezeigt. Es werden Informationen gegeben über Ihre Bedeutung für das Ökosystem Wald sowie für den Menschen. Auf einer Wanderung suchen wir verschiedenen Arten und klassifizieren unsere Funde nach Lebensraum und Erscheinungsbild.

Speisepilze werden nicht gesammelt.

**Treffpunkt: Parkplatz der Waldkita „Pflanzgarten“ an der L 3355**

Der Termin findet grundsätzlich bei jedem Wetter statt. Nur bei Schnee, Starkregen und Sturm wird er verschoben.

**Termin:**

**05.10.2024 13:30 – 16:00 Uhr**

**Mitzubringen/Materialien:**

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Schuhe (wenn vorhanden: Lupe).

**Anmeldung ausschließlich über die VHS des Landkreises Gießen**

---

**Wiederholung der Veranstaltung vom 05.10.2024**

**Samstag, den 12.10.2024**

**Die Welt der Pilze - Pilzwanderung**

Der Kurs bietet eine Einführung in die Welt der Pilze. Historisches Wissen und aktuelle Bezüge zum Verständnis dieser "eigenen Art" von Lebewesen werden aufgezeigt. Es werden Informationen gegeben über Ihre Bedeutung für das Ökosystem Wald sowie für den Menschen. Auf einer Wanderung suchen wir verschiedenen Arten und klassifizieren unsere Funde nach Lebensraum und Erscheinungsbild.

Speisepilze werden nicht gesammelt.

**Treffpunkt: Parkplatz der Waldkita „Pflanzgarten“ an der L 3355**

Der Termin findet grundsätzlich bei jedem Wetter statt. Nur bei Schnee, Starkregen und Sturm wird er verschoben.

**Termin:**

**12.10.2024 13:30 – 16:00 Uhr**

**Mitzubringen/Materialien:**

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Schuhe (wenn vorhanden: Lupe).

Anmeldung ausschließlich über die VHS des Landkreises Gießen

---

## **Samstag, den 19.10.2024**

### **Kräuterlikör, Magenbitter und Co - Kräuter des Frühherbstes**

Kräuterliköre, Magenbitter und mit Beeren und Kräutern aromatisierte Weine sind – in Maßen genossen – eine Wohltat für den Körper. So wirkt z.B. ein Johannisbeeren - Likör belebend und ein Ansatzschnaps mit Rosmarin stärkt den Magen und entkrampft. Zusammen suchen wir im Frühherbst bei einem Spaziergang Früchte und Kräuter, um daraus im Anschluss in der Küche der VHS mit Weinen und Spirituosen Heilschnäpse und wohlschmeckende Heilweine anzusetzen.

Material (Weine, Spirituosen, Gewürze und kleine Flaschen) wird gestellt.

**Ort: vhs-Haus Lich, Kreuzweg 33, 35423 Lich**

**Termin:**

**19.10.2024 14:00 – 18:30 Uhr**

**Mitzubringen/Materialien:**

Mitzubringen sind Schürze, Sammelkörbe, Gartenhandschuhe und eine Gartenschere

Anmeldung ausschließlich über die VHS des Landkreises Gießen

---

## **Sonntag, 20.10.2024 | 13:30 bis 16:00 Uhr**

### **Die Welt der Pilze - Pilzwanderung**

Der Kurs bietet eine Einführung in die Welt der Pilze. Historisches Wissen und aktuelle Bezüge zum Verständnis dieser "eigenen Art" von Lebewesen werden aufgezeigt. Es werden Informationen gegeben über Ihre Bedeutung für das Ökosystem Wald sowie für den Menschen. Auf einer Wanderung suchen wir verschiedenen Arten und klassifizieren unsere Funde nach Lebensraum und Erscheinungsbild. Speisepilze werden nicht gesammelt.

**Treffpunkt:** Alter Waldsportplatz Buseck-Beuern

**Datum:** 20.10.2024

**Uhrzeit:** 13:30 - 16:00 Uhr

***Buchung über die VHS Landkreis Gießen***

---