

Kräuterspaziergang in Fischbach: Natur erleben und genießen!

Erleben Sie einen lehrreichen Kräuterspaziergang in Fischbach am 11.06.2025, geleitet von Kräuterpädagogin Karin Holleis.



Fischbach, Deutschland - Am 11. Juni 2025 lud der Obst- und Gartenbauverein Fischbach zu einem besonderen Event ein: einen Kräuterspaziergang, der von der erfahrenen Kräuterpädagogin Karin Holleis geleitet wurde. Auf dem Vereinsgelände erhielten 30 Teilnehmer die Möglichkeit, wertvolles Wissen über Heil- und Wildkräuter zu sammeln und ihr Verständnis für diese vielfältigen Pflanzen zu vertiefen. **NP Coburg berichtet**, dass Wildkräuter besonders reich an Vitaminen und Mineralstoffen sind, was sie gesünder macht als herkömmliches Kulturgemüse.

Die Veranstaltung zielt darauf ab, nicht nur den Teilnehmern ein praktisches Wissen über die Natur zu vermitteln, sondern auch

die Freude am Sammeln und Verarbeiten von Wildkräutern zu fördern. Wie die **Kraudaerei hervorhebt**, haben Wild- und Heilkräuter zahlreiche gesunde Inhaltsstoffe und spielen eine zentrale Rolle in der natürlichen Hausapotheke. Die Teilnehmer lernten, wie sie diese Kräuter sicher erkennen, sammeln und effektiv in ihren Alltag integrieren können. Ein anschließendes Buffet rundete den Tag ab und bot eine Gelegenheit, die Freude an den selbst gesammelten Kräutern auch kulinarisch zu erleben.

Kräuter mit Tradition und Wirkung

Der Kräuterspaziergang dauerte etwa zwei bis drei Stunden und kostete 30 Euro pro Person, inklusive eines Skripts mit wertvollen Informationen. Die Teilnehmer wurden angehalten, auf gutes Schuhwerk und Sonnenschutz zu achten, während sie durch die heimische Flora streiften. Ein Aufenthalt in der Natur, so die Experten, kann nicht nur das seelische Gleichgewicht fördern, sondern auch stressreduzierend wirken, Puls und Blutdruck senken und Muskelverspannungen lösen.

Wildkräuter haben eine lange Tradition in der menschlichen Ernährung und Heilkunde. Die **Kräuter-Akademie** ergänzt diese Sichtweise und bietet Ausbildungen an, die naturverbundenen Menschen helfen, ihr Wissen über heimische Heil- und Wildkräuter zu erweitern. In kleinen Gruppen werden verschiedene Aspekte, wie die Heilkräfte der Pflanzen, Räucherkunst und die Wildkräuterküche intensiv behandelt und weitergegeben.

In der Natur gibt es zahlreiche Schätze zu entdecken. Dieser Kräuterspaziergang in Fischbach ist ein wunderbares Beispiel dafür, wie man das Wissen über unsere heimische Flora wiederbeleben und dabei die Vorzüge regionaler, saisonaler und kostenloser Nahrung schätzen lernen kann. Gehen Sie hinaus, pflücken Sie und genießen Sie die Aromen der Natur!

Details	
Ort	Fischbach, Deutschland
Quellen	• www.np-coburg.de • kraudarei.at • www.kraeuter-akademie.de

Besuchen Sie uns auf: nag-bayern.de