

# Ökologischer Bürgergarten Atzelberg - Wiesbaden

## Ein Erfahrungsfeld für Gartenfreunde ohne eigenen Garten

Liebe Gartenfreunde,

es wird ruhig im Bürgergarten.

Die Erde verhärtet sich und ein wundervoller Kristallschleier liegt auf allem, was noch herumsteht.

Vieles ist getan – vieles blieb liegen.

Unser Gartenhaus kommt im März 2017. Die Samentütenaktion im Wiesbadener Umweltladen war ein voller Erfolg und zieht noch etwas nach sich. Darüber mehr im Frühjahr, wenn es konkreter ist. In diesem Jahr war es ein kleiner, aber ausdauernder Kern, der den Garten bearbeitet hat. 2017 dürfen es gerne wieder mehr Menschen sein, die mit Freude in und mit der Erde tätig sein möchten. Im 7. Jahr seines Bestehens darf Wandlung geschehen. So, wie auch wir in unserem Leben alle 7 Jahre, sozusagen `runderneuert` sind.

Wie jedes Jahr wird es auch in diesem Jahr wieder eine Lichtspirale geben. Steffi und ich haben sie gestern bereits vorbereitet und am Dienstag den 13. Dezember (Lucia-Lichtfest) und Vollmondvorabend darf sie erstrahlen. **Trage dein Licht in die Welt so das Sinnbild.** Es warten viele Kerzen darauf angezündet zu werden und in der grünen Tannenspirale, die versehen ist mit Symbolen für die Elemente Wasser, Luft Erde, Feuer ihren Leuchtplatz zu finden.

In diesem Jahr sind wir auch Teilnehmer der WIESBADENER BEGEGNUNGEN, was bedeutet, das am Dienstag der Träger des Herrenhuther Sterns mit einer Gruppe interessierter Menschen in den Bürgergarten kommen wird. Eine schöne Gelegenheit, den Bürgergarten, als Erfahrungsfeld kennenzulernen.

ALLE, die diese Mail erhalten sind herzlich eingeladen zu kommen, auch wenn für sie die Zeit des Zusammenschaffens vorbei ist oder sich verlagert hat.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen!

Zieht euch jedoch warme Schuhe und Kleider an. Ein warmes Getränk steht bereit.

Dienstag 13. Dezember ab 16 Uhr

Bürgergarten Atzelberg, Rothstr. 11.1, der Weg wird beleuchtet sein.

Dauer: ca. 1,5 Std., je nach Besucherzahl und Wetter

Beitrag: über eine Spende für das Projekt freuen wir uns. Eine Box steht bereit.

Projektkonzept siehe Button **Social Projects** bei [www.winkenbach.net](http://www.winkenbach.net)

Wiesbaden 08.12.2017

## **Info- und Wohlfühlnachmittag**

Schätze aus der Natur und ihre Verwendung zur Winterzeit  
mit Rezepten, praktischen Anwendungen und vielen Tipps

im Hotel & Residenz „Am Kurpark“ 65388 Schlangenbad  
Raum Katharina

### **Schätze aus der Natur und Ihre Verwendung in der Winterzeit**

mit Dorisa Winkenbach, Wildkräuterexpertin, Gesundheitscoach, Wiesbaden

**Samstag 14. Januar 2017 von 14.00 – 18.00 Uhr**

Kraniche ziehen in den Süden >> die Pflanzen ziehen sich ins Erdreich zurück.

Es wird nass, kalt und frostig in unseren Breitengraden.

Im Winter brauchen Körper und die Seele besondere Zuwendung.

Die äußere Kälte will mit innerer Wärme ausgeglichen werden.

Das Immunsystem will stabil gehalten werden, aber wie?

Es dampft ein Kräutertee in der Kanne auf dem Stövchen. Wohlriechender Duft nach Sommer verströmt sich im Raum. Kräuter- und Rosenöl steht für eine zarte Hand und Unterarmmassage bereit.

Butterbrot, mit frischen oder eingelegten Wildkräutern schmeckt gut zum Tee und auch zur feinen Gemüsesuppe aus der Residenzküche.

Bei einem möglichen Gang durch den unteren Kurpark finden sich bei milder Witterung überlebenskräftige Grünlinge für auf die Suppe oder auf das Brot. Wissenswertes über die tüchtigen winterfesten, heilkräftigen Pflanzen ist zu hören, wie wir gut durch den Winter kommen können und auch das eine oder andere Gedicht.

An die gegenseitige Massage der Hände und Unterarme schließt sich eine musikalische Kräuterreise an.

So genährt schließt der Wohlfühlnachmittag im Hotel & Residenz „Am Kurpark“ mit einem humorvollen Kräuterrätsel ab.

Ihr Beitrag: 32€ incl. Infoblätter, Kräutertee und Massageöle etc.  
zzgl. Suppe und sonstige Getränke

weitere Infos, Gutscheine und Anmeldung unter der Nummer: 0174 41 63 123  
[artemis@winkenbach.net](mailto:artemis@winkenbach.net)

Treffpunkt: Hotel & Residenz „Am Kurpark“ Rheingauer Str. 15 65388 Schlangenbad  
Veranstalter: [www.winkenbach.net](http://www.winkenbach.net) / [www.residenz-hotel-schlangenbad.de](http://www.residenz-hotel-schlangenbad.de)

14. Januar –Samstag- 14 – 18Uhr WOHLFÜHLNACHMITTAG - Schätze aus der Natur und ihre Verwendung zur Winterzeit in der Residenz & Hotel „Am Kurpark“ in Schlangenbad

18. Januar – Mittwoch- 14Uhr Was Großmutter noch wusste – Alte Weisheiten und Erfahrungen die den Lebensalltag natürlich erleichtern.  
Vortrag mit praktischen Beispielen in Mainz-Kostheim

1. März –Aschermittwoch-15Uhr Wildkräutersaisoneneröffnung in HEPPENHEIM/Bergstr.

16. März –Donnerstag- 17Uhr Wildkräutersaisoneneröffnung in Weinheim/Bergstrasse

21. März –Dienstag- 17Uhr Wildkräutersaisoneneröffnung in Wiesbaden

02. April –Sonntag- ganztags **Frühling am NaturKraftWeg Mörlenbach**

08.April –Samstag- 10Uhr Wildkräutersaisoneneröffnung in Schlangenbad/Taunus

18. April –Dienstag- 17Uhr WIESBADENER WILDKRÄUTERSPAZIERGANG

19. April –Mittwoch- 16 Uhr SCHEERSTAANER GEBABEL, kulinarisch-literarischer Ortsrundgang durch Wiesbaden-Schierstein mit Rosalia & Dorisa

20. April –Donnerstag- 17Uhr WILDKRÄUTERSPAZIERGANG WEINHEIM

21. April – Freitag- 14.30-19Uhr Frische Wildkräuterküche, Exkursion, Workshop, Dinner im Fachwerk Gesundheit, Schlangenbad

22. April –Samstag- 10Uhr Bärlauchtour in Schlangenbad-BÄRSTADT

29./30. April 9. DUDENHOFER KRÄUTERTAGE in Zürkers Hofladen, Dudenhofen/Pfalz

01. Mai –Feiertag- Odilienberg/Elsass Natur-Kultur Erlebnistour ins Niedermünstertal

06. und 07. Mai Forum für zeitgemäße Ernährung in Basel Workshops

13./14. Mai 2-tägiges Kräuterevent in Weinheim/Bergstrasse

16. Mai –Dienstag- 17Uhr WIESBADENER WILDKRÄUTERSPAZIERGANG

18. Mai –Donnerstag- 17Uhr WILDKRÄUTERSPAZIERGANG WEINHEIM

10./11. Juni 11.SCHLANGENBADER KRÄUTERTAGE im Kurpark Schlangenbad

20. Juni –Dienstag- 17Uhr WIESBADENER WILDKRÄUTERSPAZIERGANG