

## Frühlingsblüten



Foto: Kristin Peters

Liebe Freunde und liebe Interessierte,

nun starten wir endlich in eine etwas wärmere und sonnigere Frühlingszeit. Das wird sicherlich guttun und dem Frühling einen ordentlichen Schwung verpassen. Ich wünsche mir, dass in diesem Jahr die vielen Schlehensträucher nah meinem Zuhause kräftig blühen, von den Insekten besucht werden und ordentlich Frucht im Herbst tragen.

Mit dem Übergang vom Erstfrühling zum Vollfrühling beginnen auch wieder die Kräuterwanderungen. Los geht es am Samstag in Flecken Zechlin, siehe Termine. Im Laufe des Jahres werden noch einige weitere hier und in der Umgebung dazukommen.

Die Blütenpracht in der Natur und vielleicht auch in Ihrem Garten oder auf dem Balkon nimmt wieder zu. Es ist schon sehr wohltuend sie zu sehen und sich an diesen Schönheiten und ihrem Duft zu erfreuen. Die essbaren unter ihnen, und das sind mehr als oft gedacht, können uns auch mit wertvollen Spurenelementen versorgen. Sie bereichern zudem mit Aromen und Farbenvielfalt.

Beispielsweise blüht jetzt und in den nächsten Wochen reichlich der Löwenzahn, so dass Sie guten Gewissens die eine oder andere Blüte für Ihre Speisen und Getränke nutzen können. Sie bietet neben dem stimmungsaufhellenden Gelb eine Reihe an Spurenelementen, wie Bor, Mangan, Strontium, Kupfer, Nickel, Molybdän und Kobalt.

Vielleicht möchten Sie sich sogar etwas Leckeres und Heilsames aus den Löwenzahnblüten herstellen. Einige kennen schon den Löwenzahnblütenhonig oder -sirup, der von der Herstellung her eher ein Sirup und wohlschmeckend ist. Oder wie wäre es mit einem Brustöl, das zur sanften Brustmassage bei gutartigen Brustknoten, Zysten, Mastopathie sowie nach Brustkrebs und zur Vorbeugung Anwendung finden kann. Die Blüten sind rasch gesammelt und eine wunderbare Bereicherung.

Ich wünsche Ihnen eine sonnige und frohe Zeit und verbleibe mit liebem Gruß aus Flecken Zechlin  
Ihre Kristin Peters

## Neuigkeiten

Am **24. April 2023** startet der erste Gesundheits-/Bildungsurlaub in Kooperation mit Isabell Pönichen vom Wildrosenhof Alt Sammit. Wir freuen uns sehr auf die Teilnehmer\*innen und auf eine wohltuende gemeinsame Zeit mit einem gesundheitsfördernden und bunten Programm in erholsamer Natur. [Nimm Deine Gesundheit in die Hand: Energie schöpfen mit der Kraft der Heilpflanzen](#) kann als 5-Tages-Urlaub gebucht werden, aber auch einzelne Tage sind für Sie offen:

**Montag: Ankommen & Wahrnehmen**

**Dienstag: Stärkung der Abwehr & Optimierung der Nährstoffversorgung**

**Mittwoch: Meditation & Achtsamkeitsübungen**

**Donnerstag: Kräuterwanderung & Herstellung von ganzheitlichen Heilmitteln**

**Freitag: Die Natur zur Stärkung & Heilung**

Vom Netzwerk **Gesundes Ruppiner Seenland** gibt es einen Film, der in Kürze einige Mitwirkenden der Region vorstellt: <https://www.youtube.com/watch?v=tBkZ-LLQDsE>. Schauen Sie gern rein.

## Termine

### Aus- und Weiterbildung

Ausbildung [Lebendige Pflanzenheilkunde/Phytotherapie kompakt](#): Start am 20. Januar 2023 und am 01. September 2023 (späterer Einstieg möglich, auch einzelne Pakete buchbar)  
Paket 5: Aromatherapie: 05.-07. Mai 2023 noch freie Plätze

Weiterbildung [Phytotherapie/Pflanzenheilkunde für Hebammen](#): 25.-27. Oktober 2023 + 14.-16. November 2023

Workshop: [Ganzheitliche Heilsalben und Öle für die Hebammenarbeit](#): 08. Juli 2023

[Fort- und Weiterbildung zur naturheilkundlichen Pflege und Sterbebegleitung](#): Start am 07. September 2023

Gesundheitsurlaub ["Nimm Deine Gesundheit in die Hand: Energie schöpfen mit der Kraft der Heilpflanzen"](#): 24.-28. April 2023 und 09.-13. Oktober 2023

## Veranstaltungen

### Workshops

[Die Heilkraft der Düfte](#): 05. Mai 2023 und 20. Oktober 2023

[Pflegen und Heilen mit sanften Pflanzenwässern](#): 06. Mai 2023 und 21. Oktober 2023

[Die alte Heiltradition des Räucherns](#): 07. Mai 2023 und 22. Oktober 2023

[Die Kunst der Herstellung ganzheitlicher Urtinkturen](#): 13. Mai 2023

[Die Kunst der Herstellung ganzheitlicher Urtinkturen, Heilsalben und Öle](#): 16.-18. Juni 2023

[Die Kunst der Herstellung ganzheitlicher Heilsalben und Öle](#): 08. Juli 2023

[Gesunde und leckere Vorräte: Fermentieren, Einwecken und Haltbarmachen](#): 08.-10. September 2023

[Die Kunst der Herstellung ganzheitlicher Urtinkturen, Heilsalben und Öle](#): 15.-17. September 2023

[Augenblick mal! Ein Tag für Ihre Augengesundheit](#): 04. November 2023

[Meditationsworkshop "Sich auf den Weg begeben"](#): 18. November 2023

[Mehr Lebensenergie und starke Abwehr durch gesunde Mitochondrien](#): 25. November 2023

[Geschenke aus der Kräuterküche](#): 02. Dezember 2023

### Kräuterwanderungen

[Kräuterwanderung in Flecken Zechlin](#): 22. April 2023 und 27. Mai 2023

[Kräuterwanderung am Wildrosenhof in Alt Sammit](#): 29. April 2023 und 14. Oktober 2023

[Kräuterwanderung in der Kyritz-Ruppiner Heide](#): 26. August 2023

## Veröffentlichungen

### Bücher

KREBS: Gemeinsam sind wir stark - Christel Schoen (Hg.)

"Naturheilkundliche Sterbebegleitung" KVC Verlag und "Heilpflanzen in Berlin" emons: Verlag

Wissenschaftliche und populärwissenschaftliche Beiträge in Zeitschriften

Rundbriefe zu Jahreskreisfesten, Jahreszeiten, Heiltraditionen und Heilpflanzen von 2017 bis 2023

Bitte leiten Sie diese Mail an Interessierte weiter. Herzlichen Dank! Möchten Sie keine Informationen von mir erhalten, genügt eine kurze Nachricht.



Schule für Pflanzenheilkunde Brandenburg  
Dr. Kristin Peters

Tel: 033 923/ 712 960

E-Mail: [post@pflanzenheilkunde-brandenburg.de](mailto:post@pflanzenheilkunde-brandenburg.de)  
<https://www.pflanzenheilkunde-brandenburg.de/>

Strandpromenade 2  
16837 Flecken Zechlin