

## Frühsommerblüten



Foto: Kristin Peters

Liebe Freunde und liebe Interessierte,

der Frühsommer startet mit warmen bis heißen Temperaturen und leider auch wieder mit großer Trockenheit, jedenfalls im Norden und Osten von Deutschland. Wer aufmerksam die Wald- und Wiesenränder beobachtet, dem fallen jetzt die Frühsommerblüten auf. In Weiß, Creme und zartem Rosa leuchten die Blüten von Robinie, Holunder, Später Traubenkirsche und Rosen aus dem Unterholz. Bald folgen auch die Lindenblüten.

Für die Ernte der Traubenkirschen müssen wir bis zum Frühherbst warten, während von den anderen Bäumen und Sträuchern auch schon die Blüten genutzt werden können.

Die Holunderblüten sind ein wunderbares Heilmittel, vor allem für die Erkältungs- und Grippezeit. Sie stärken das Immunsystem, regen das Schwitzen an und heilen die Atemwege. In diesem Sinne passen sie hervorragend zu den Lindenblüten. Bewährter Weise werden diese beiden Blüten für einen heilsamen Tee kombiniert. Zudem duften und schmecken die Holunderblüten einzigartig, so dass es sich lohnt, Gelee, Sirup, Likör, Sekt oder Bowle und weiteres herzustellen.

Die Robinien mit ihren weißen, duftenden Schmetterlingsblüten locken nicht nur die Bienen, die dann aus dem Nektar den beliebten Robinien- bzw. Akazienhonig produzieren. Wie aus den Holunderblüten lässt sich auch aus den Robinienblüten Sirup, Gelee, Likör usw. zaubern. Eine wunderbare Art den Frühsommer haltbar zu machen.

Wer kräftig duftende Rosen sein Eigen nennt, ist vielleicht bereit, die eine oder andere Blüte für Wohltuendes und Leckeres zu opfern. Die wilden Verwandten, die Hecken- oder Feldrosen, liefern hervorragende Hagebutten im Herbst, bieten jedoch nur schwach duftende Blüten.

Wer noch Anregungen sucht, um sich selbst Heilmittel aus den Pflanzen im Garten oder in der Natur herstellen zu können, ist herzlich eingeladen zum Workshop ["Die Kunst der Herstellung ganzheitlicher Urtinkturen, Heilsalben und Öle"](#) vom 16.-18. Juni, siehe Termine. Liegt das Interesse mehr bei der Haltbarmachung der wunderbaren Naturaromen, passt vielleicht für Sie der Workshop ["Gesunde und leckere Vorräte: Fermentieren, Einwecken und Haltbarmachen"](#) vom 09.-10. September.

Ich wünsche Ihnen einen duftigen Frühsommer und verbleibe mit liebem Gruß aus Flecken Zechlin  
Ihre Kristin Peters

## Neuigkeiten

Am 10. Juni 2023 ist **Tag der offenen Tür in der Kita Krümelkiste in Flecken Zechlin**. U.a. finden Sie auch mich vor Ort mit ein paar Anregungen Kräuter im Alltag zu nutzen.

Vom 09. bis zum 11. Juni 2023 finden wieder die **Böhmischen Tage Babelsberg** statt. Am Sonntag um 13 Uhr bin ich mit einem Vortrag zu essbaren Blüten, Duft- und Heilpflanzen aus dem Garten und der Natur auf dem Gartenmarkt Weberplatz zu finden.

Ich freue mich, wenn Sie vorbeikommen.

## Termine

### Aus- und Weiterbildung

Ausbildung [Lebendige Pflanzenheilkunde/Phytotherapie kompakt](#): Start 01. September 2023 (späterer Einstieg möglich, auch einzelne Pakete buchbar)

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"](#): 09.-13. Oktober 2023

### Workshops

[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

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

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

[Die alte Heiltradition des Räucherns](#): 22. Oktober 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 der Kyritz-Ruppiner Heide](#): 26. August 2023

[Kräuterwanderung am Wildrosenhof in Alt Sammit](#): 14. Oktober 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