

Achillea

FREIBURGER HEILPFLANZENGARTEN E.V.

NEWSLETTER Nr. 13 | November 2025 | Achillea Freiburger Heilpflanzengarten e.V.

Liebe Interessierte und Mitglieder des Achillea Heilpflanzengartens, liebe Gartencrew!

Heute geben wir im Anschluss an die beiden Veranstaltungshinweise Rückblicke auf Teile des Gartenjahres 2025. Wir wünschen Euch viel Freude beim Stöbern und Lesen!

Rückmeldungen sind willkommen an info@heilpflanzengarten.net.

Die letzten Veranstaltungen dieses Jahr im Heilpflanzengarten sind:

Woche der Stille: Singen und Stille

Mit Susanne

Sonntag, 2. November 2025

von 15.00 – 16.30 Uhr

Im Rahmen der *Woche der Stille* verbinden wir uns mit den Heilkräften des Gartens. Im Wechsel mit Stille singen wir einfache meditative Lieder und Mantren und können so heilsamen Einklang erfahren.

* Teilnahme auf Spendenbasis *

* Keine Anmeldung erforderlich *



Jahreskreisfest – Wintersonnwende – Wiedergeburt des Lichts

Mit Michaela und Helga

Sonntag, 21. Dezember 2025 von 11:00 – 12:30 Uhr

Nun ist die Zeit der tiefsten Dunkelheit, des maximalen Rückzugs, der begrenzten Energie.

Im Außen ist alles kahl und in uns haben wir jetzt die Möglichkeit, uns auf unser Inneres und unsere Wurzeln zu besinnen.

Oft fühlen wir uns müde und kraftlos, sehnen uns nach Wärme. Und dennoch wird im Außen – wie im Innen das Licht und die Hoffnung neu geboren. Das Licht kommt wieder, das Leben geht weiter – wir sind im ewigen Kreislauf.

* Teilnahmebeitrag 10 Euro plus Spende für das Ritual *

* Bitte Sitzunterlage mitbringen *

* Anmeldung bis 19. Dezember 2025 unter: michaela.dietrich@gmx.net *

JAHRESRÜCKBLICK

Das Jahr 2025 war ein sehr ertragreiches – in jeder Hinsicht. Im letzten Rundbrief nun werfen wir einen Blick aus Gewesenes, um dies zu würdigen und nochmals zusammenfassend darüber zu berichten – zum Teil als Rückschau, aber auch als Vorschau für das Jahr 2026.

Viel Vergnügen beim Lesen!



Die Hexenschule ist ein Angebot von Judith und Marga, das sich an die kleinen Naturfreunde richtet. Kinder zwischen fünf und sieben Jahren können als Hexen und Zauberer die magische Kraft der Pflanzen kennen lernen.

Jedes Treffen hat eine Pflanze als Thema. Im Frühling war es der Löwenzahn und das Gänseblümchen, die ersten Boten des Frühlings, deren Kraft wir zusammen mit den kleinen Hexen und Zauberern in eine Salbe und einen Tee eingefangen haben. Dann folgte das Johanniskraut zur Sommersonnenwende, womit die Kinder sich ein Tuch bedruckt haben, welches sie dann als Schlafsäckchen mit Rosenblättern und Lavendel füllen. Am Ende haben wir noch eine Ringelblumensalbe gemacht, in die wir das Gold des Sommers eingefangen haben.



Nachdem die Kinder am Anfang etwas über die Pflanze und ihre Heilkraft erfahren, lesen wir meist noch eine Geschichte und singen ein Lied. Dann dürfen die kleinen Hexen und Zauberer losziehen und die Pflanze im Heilpflanzengarten suchen. Sie können nun die Pflanzen mit allen Sinnen wahrnehmen. Sie riechen, fühlen und schmecken sie und sind immer sehr erfreut darüber, mit ihren Körben durch den Garten zu ziehen und die jeweilige Pflanze zu sammeln. Auch lernen sie die Pflanzen zu achten und ihnen mit Ehrfurcht zu begegnen. Sie wissen über die Wesen, die die jeweilige Pflanze bewohnen

und fragen diese um Erlaubnis, sie mitnehmen zu dürfen und sagen danke dafür, was die Natur ihnen gibt.

Am Ende presst jedes Kind noch eine Pflanze für das Hexenbuch, welches die Kinder sich im Laufe der Zeit zusammenbasteln. Sie stellen sich ihr eigenes Herbarium her, das sie immer wieder für ihre Zauberkünste zur Hand nehmen können. Daher ist es auch sinnvoll, wenn die Kinder über den ganzen Zyklus dabei sind. Am Ende, wenn es schon kalt und regnerisch wird, werden noch die Hexenbücher fertig gestellt und die Hexenschule pausiert bis zum nächsten Frühling.

Wenn die ersten Frühlingsboten aus der Erde kommen, startet auch ein neuer Zyklus der Hexenschule und der Garten wird wieder mit den fröhlichen Stimmen der Kinder gefüllt.

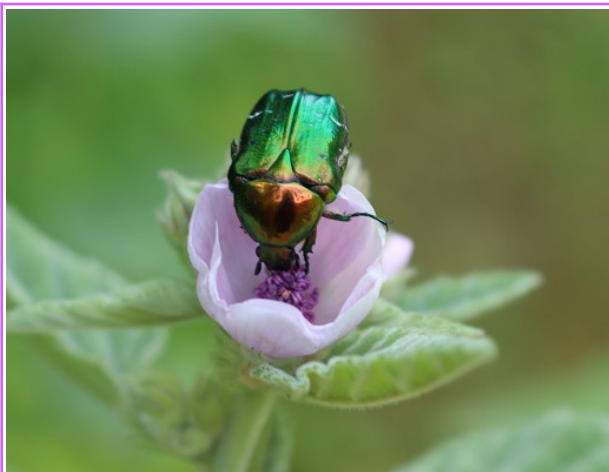
Heilpflanzenpraxis mit Marga Baldas-Posavac

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die sich intensiver auf die Heilpflanzen einlassen wollen und erfahren wollen, wie sie selbst Heilmittel für den Eigengebrauch herstellen können. Es werden die wichtigsten Informationen zur Geschichte, Inhaltsstoffen, Verwendung und Ernte vermittelt. Bei jedem Termin wird gemeinsam ein Heilmittel aus der Pflanze zubereitet, z. B. eine Salbe, eine Tinktur oder Ähnliches. Dabei erfahren und erleben wir die ganze Pflanze mit allen Sinnen.



Im März, wenn noch kaum Grün sich zeigt, haben wir die Beinwellwurzeln geerntet.

Dann folgte der Löwenzahn, der im April mit seinen sonnengelben Blüten den ganzen Garten für sich einnimmt und die Kraft der Sonne über seine Wurzeln, Blätter und Blüten an uns weiter gibt. Im Juni, wenn die Sonne ihren Zenit erreicht und fast alle Pflanzen in voller Blüte und in ihrer vollen Kraft stehen, haben wir Räucherbündel zusammengestellt aus allen Pflanzen, die im Garten gewachsen sind. Im Herbst und Winter, wenn nichts Grünes und Blühendes mehr zu sehen ist, können wir uns dann durch Räucherungen reinigen und uns wieder mit der Kraft der Natur verbinden. Eigentlich sollte im Juli die *Artemisia annua* folgen. Doch die Pflanzen waren noch nicht erntereif. So verlegten wir den Termin in den September, denn erst jetzt haben sich die Pflanzen zu ihrer vollen Größe und Kraft entfaltet.



Sonntagsführungen mit Elisabeth Baldes:

„Seit einigen Jahren habe ich die Führungen im Achillea-Garten an den Sonntagen übernommen. Jedes Mal ging ich hin mit Herzklopfen und mit der Sorge: „Kann ich das, weiß ich genug...?“ Dann traf ich über die Jahre viele nette, interessierte, dankbare Menschen, und fast immer verließ ich den Garten total erfreut und erfüllt.

Also, falls jemand eigentlich Lust hat die Führungen in Zukunft anzuleiten, sich aber nicht traut.....nur Mut!“

Wundernd durch den Garten wandeln – eine Pflanzenbegegnung mit allen Sinnen mit Irina

Jenseits des Wissens über Heil- und Wildkräuter tauchen wir hierbei in den Garten ein. Warum jenseits des Wissens? Warum mit allen Sinnen?

Dieses Angebot spricht Menschen an, die in ihrem Wesen ganz eins mit der Natur sind und dies auch spürend begreifen möchten. So vieles wird in unserer Wissensgesellschaft ermöglicht, auch digital, inzwischen mit der KI, die überall nutzbar gemacht wird. Doch was gibt es hinter diesem Verstandes-Wissen zu entdecken? Was bringt uns dazu, wahrnehmend und spürend individuelle Pflanzen- und Tierwesen zu erleben? Welche Fähigkeiten werden hier gebraucht –

ganz analog, ganz im Hier und Jetzt? Wie können wir unser Verstandes-Wissen ergänzen mit unserer eigenen wertvollen Erfahrung auf allen Ebenen?

„Ich habe es so genossen, mich einmal ungestört mit einer Pflanze zu beschäftigen und mich dabei ganz auf sie einzulassen. Eine halbe Stunde war mir fast zu wenig Zeit dafür...“

„Seit es den Garten gibt, wirke und arbeite ich hier. Jedoch habe ich mich jetzt das erste Mal mit einer Pflanze verbunden, indem ich mich unter sie legte. So entspannt war ich noch nie hier im Garten – mit allen Sinnen – anwesend!“

„Ihr müsst dieses Angebot noch mehr publik machen! Es ist einfach wundervoll, sich ganz auf die Natur einzulassen, in Stille und ganz nach den eigenen Bedürfnissen.“

Diese Rückmeldungen zeigen, wie wertvoll es ist, wie ein Kind beim Spielen wundernd durch einen Garten zu wandeln. Hier entdeckt man immer wieder Neues und findet dabei auch zu sich.
Im Jahr 2026 wird dieses Format wieder angeboten werden.



Teichreinigung

Es war eine wunderbare Erfahrung! Wir hatten all unsere Mitglieder um Unterstützung bei der Sanierung unseres Naturteichs gebeten. Wir hatten keine Ahnung, ob unser Ruf gehört würde. Wir hatten das so noch nie versucht. Zu unserer großen Freude kam von vielen Seiten Hilfe. Jetzt spiegelt sich im klaren Wasser des Teichs wieder das Licht der Sonne und der blaue Himmel oder eben auch graue Wolken.

Wenn Not an Frau oder Mann ist, halten wir zusammen. Wir sind tatsächlich eine Gemeinschaft mit einem gemeinsamen Ziel.



Falls dieser Newsletter nicht erwünscht ist, bitten wir um eine kurze Antwort mit den Worten "nein danke!" in der Betreffzeile. Das Weiterleiten ist herzlich willkommen. Danke!

Rückmeldungen und Anmeldung zum Newsletter gerne an info@heilpflanzengarten.net

Herzliche Grüße vom Achillea Heilpflanzengarten-Team!