



### Wildpflanzen-Spaziergänge

Auf den Spaziergängen und Wanderungen lernen Sie unsere essbaren Wildpflanzen kennen, ihre Merkmale und ihre Unterschiede zu ähnlichen giftigen Pflanzen. Sie bekommen Tipps für das Ernten, Aufbewahren und Zubereiten.



### Kochkurse

In meinen Kochkursen lernen Sie die Grundlagen für die Zubereitung der wilden Pflanzen. Wir kochen Gerichte aus aller Welt, die Sie zu Hause leicht nachkochen können. Natürlich kochen wir auch Gerichte aus meinem Kochbuch „Der Giersch muß weg“.



### Wissensseminare

In meinen Wissensseminaren vermittele ich Ihnen anschaulich und verständlich das botanische Rüstzeug für die Pflanzenbestimmung und mache Sie mit unseren häufigsten essbaren Wildpflanzen vertraut. Viele Fotos, ausführliche Unterlagen.



= Barrierefreie Veranstaltung

### Intensivgruppen

In den Intensivgruppen können Sie sich das ganze Jahr über intensiv mit den essbaren Wildpflanzen beschäftigen. Für jede Gruppe findet einmal im Monat eine Wildpflanzenführung in Ihrem Gebiet (Süd, West, Nord) statt. Die genauen Treffpunkte legen wir in der Gruppe fest. Ich fotografiere die Pflanzen, die auf den Führungen besprochen werden und veröffentliche sie auf einer Webseite. Teilnehmer der Intensivgruppen können diese Webseite zum Nachschauen und Wiederholen nutzen.

### So können Sie mitmachen:

Sie erwerben bei mir eine 5-er-Karte für 125 €. und melden sich per E-Mail für die Termine an, an denen Sie teilnehmen möchten. Eine Absage ist bis 3 Tage vor dem Termin möglich. Nach Ihrer zweiten Karte ist der 11te Termin kostenfrei. Kleine Gruppen mit 4-8 Teilnehmern. Eine Wanderung dauert ca. 2,5 Stunden. Einstieg und Schnuppertermin jederzeit möglich. Termine auf [www.derwildeweg.de/intensivgruppen](http://www.derwildeweg.de/intensivgruppen). Schreiben Sie mir eine E-Mail oder rufen Sie mich an, wenn Sie mitmachen möchten.

### Details zu den Veranstaltungen

Alle Details zu den Veranstaltungen mit Karten für die Treffpunkte, finden Sie in den Programmen der Veranstalter und auf meiner Webseite [www.derwildeweg.de](http://www.derwildeweg.de).

### Anmeldung

Melden Sie sich bitte bei dem Veranstalter an, der bei den einzelnen Veranstaltungen angegeben ist. Es gelten die Bedingungen des jeweiligen Veranstalters.

#### vhs Regensburger Land e. V.

[www.vhs-regensburg-land.de](http://www.vhs-regensburg-land.de)  
09401/5255-0

#### vhs der Stadt Regensburg

[www.vhs-regensburg.de](http://www.vhs-regensburg.de)  
0941/507-2433

#### KEB Regensburg Stadt

[www.keb-regensburg-stadt.de](http://www.keb-regensburg-stadt.de)  
Familienbildung  
0941/597-2253

#### der wilde Weg

[www.derwildeweg.de](http://www.derwildeweg.de)  
[info@derwildeweg.de](mailto:info@derwildeweg.de)  
0179-5983086



### Susanne Hansch/Elke Schwarzer Der Giersch muß weg!

28 Unkräuter bekämpfen oder einfach aufessen. Mit Tipps zum giftfreien Loswerden des Unkrautes aus dem Garten und über 50 alltagstauglichen Wildkräuter-Rezepten aus aller Welt, von traditionell bis vegan.

Ulmer Verlag  
16, 95 €, 128 Seiten  
Blick ins Buch bei [www.ulmer.de](http://www.ulmer.de)



### Susanne Hansch M.A.

Fachberaterin für Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen (HfWU)  
93053 Regensburg  
Hermann-Geib-Straße 6  
0941/3967277  
0179/5983086  
[info@derwildeweg.de](mailto:info@derwildeweg.de)  
[www.derwildeweg.de](http://www.derwildeweg.de)  
[www.facebook.com/derwildeweg](https://www.facebook.com/derwildeweg)



# Frühling / Sommer 2019

# der Wilde Weg

## Essbare Wildpflanzen

Erkennen · Sammeln · Zubereiten



### Spaziergänge




### Kochkurse



### Wissensseminare

## Februar + März

 **10** So, 13:00 - 15:30 KEB


### Essbare Wildpflanzen im Winter

Wildpflanzen-Wanderung rund um das Prüfeninger Schloß Regensburg, Prüfeninger Schloßstraße 75, 15 €

 **16 + 23** Sa, 15:00 - 20:00 KEB

### Essbare Wildpflanzen sicher erkennen

Botanische Grundlagen. Porträts essbaren Wildpflanzen. Vergleich mit giftigen Pflanzen. Über 500 Fotos. Regensburg, Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 3, 2 Nachmittage, 60 € + 15 € für ausführliche Unterlagen


 **3. 3** So, 14:00 - 16:30 KEB

### Die ersten Wildkräuter im Frühling

Wildpflanzen-Wanderung am Aubach Burgweinting, Kirchfeldallee Ecke Minervastraße, 15 €




## April

 **11** Do, 17:30 - 19:00 vhs Stadt Regensburg


### Wildkräuter in der Stadt. Candisviertel

Abendspaziergang im Stadtosten Regensburg, BiC im Candis, Kastenmaierstr. 2, 10 €

 **13** Sa, 14:00 - 19:30 der wilde weg

### Wildkräuterküche im Frühling

Wir bereiten schmackhafte Gerichte aus Frühlings-Wildkräutern zu, die Sie leicht nachkochen können, darunter Gerichte aus meinem Kochbuch „Der Giersch muss weg,“. Seminarhaus Schulerloch, Oberau 2 (nahe Kelheim) 55,00 € + 15 € für Zutaten


 **28** Sa, 14:00 - 16:30 vhs Rgb. Land

### Essbare Wildkräuter im Frühling

Wildpflanzen-Wanderung in Oberhinkofen Oberhinkofen, erster Parkplatz nach dem Ort Richtung Wolkering/Gebelkofen, 15 €




## Mai

 **7** Do, 17:30 - 19:00 KEB



### Wilde Stadt. Inselpark Oberer Wöhrd

Wildkräuterspaziergang am Abend Regensburg, Eingang RT-Bad, Lieblstrasse 26, 10 €

 **13** Mo, 17:30 - 19:00 vhs Stadt Regensburg

### Wildkräuter in der Stadt. Königswiesen


Abendspaziergang im Stadtsüden Regensburg, BiC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47, EG, 10 €

 +  **18** Sa, 10:30 - 19:00 der wilde weg

### Wilder Wildkräutertag im Permakulturgarten


Wir sammeln essbare Wildpflanzen im Permakulturgarten „Mienbacher Waldgarten“. Danach kochen und genießen wir gemeinsam leckere Wildpflanzen-Gerichte im schönen Seminarhaus. Ich wähle Gerichte aus, die Sie zu Hause leicht nachkochen können, darunter Gerichte aus meinem Kochbuch „Der Giersch muss weg,“. Genießen Sie eine Auszeit mit den wilden Pflanzen in der Gesellschaft Gleichgesinnter.

Mienbacher Waldgarten, Mienbach/Reisbach nahe Landau a.d. Isar, 79 € inkl. Zutaten und Rezepten

 **25** Sa, 14:00-16:30 vhs Rgb. Land

### Essbare Wildpflanzen im Frühling. Tegernheim

Wildpflanzen-Wanderung am Keilstein Tegernheim, Infopunkt Geopfad, Tegernheimer Keller Strasse, 15


 **28** Mi, 17:00 - 19:00 KEB

### Wilde Stadt. Donauauen am Schwabelweiser Weg

Wildkräuterspaziergang am Abend Regensburg, Biomarkt Neuhoﬀ, Donaueinkaufszentrum, 10 €




## Juni

 **15** Sa, 14:00 - 16:30 vhs Rgb. Land



### Essbare Wildpflanzen im Sommer

Wildpflanzen-Wanderung am Aschacher Graben Ziegelhütte nahe Lorenzen, Forsthaus, 15 €

 **18** Di, 17:30 - 19:00 KEB

### Wilde Stadt. Lazarettspitze am Unteren Wöhrd


Wildkräuterspaziergang am Abend Rgbg., Parkplatz Altes Eisstadion, Einfahrt Wöhrdstraße, 10 €

 +  **22** Sa, 13:30 - 20:00 vhs Rgb. Land

### Wildkräuterküche im Sommer. Beratzhausen


Wir sammeln Wildkräuter und bereiten dann Wildkräuter-Gerichte zu, die Sie leicht nachkochen können. Beratzhausen, Gottfried-Kölwel-Grundschule, Schulweg 8 45 € + 15 € für Zutaten

## Juli + August

 **24** Mi, 17:30 - 19:00 KEB

### Wilde Stadt. Donauufer bei der Holzlände

Wildkräuterspaziergang am Abend Regensburg, Westliches Ende der Holzländestraße, 10 €

 **3. 8** Sa, 15:00 - 19:30 vhs Rgb. Land

### Wilde Sommerküche. Neutraubling

Wir kochen und genießen gemeinsam leckere Wildkräuter-Gerichte, die Sie zu Hause leicht nachkochen können. Neutraubling, VHS im Klosterbau, Königsbergerstr. 4, 30 € + 15 € für Zutaten



Spaziergang



Kochseminar



Wissensseminar

