



## Frühling, Ostara und Ostern



Foto: Kristin Peters

Liebe Freunde und liebe Interessierte,

der Winter kämpft und zieht sich noch nicht zurück. Wir erleben gerade den Vorfrühling, zu dem auch kältere Tage oder sogar Schneeflocken gehören. Dennoch blüht schon einiges im Garten und in der Natur.

Mit dem Winter verabschiedet sich auch die dunklere Jahreszeit. Vom 20. bis 23. März feiern wir schon die Frühlings-Tag-und-Nacht-Gleiche. Ab da sind dann bereits die Tage länger als die Nächte. Unsere Vorfahren feierten diesen Zeitpunkt im Jahreskreis als Ostara, benannt nach der germanischen Frühlingsgöttin, die ebenso für das heutige Osterfest Namenspatin war.

Es ist eine gute Zeit für Entgiftung und Entschlackung, Aufräumen und Reinigen im Außen und, sobald die Frühlingskräuter ausreichend durch die Erde gestoßen sind und dem Licht entgegenwachsen, für Aufbau und Stärkung mit dem jungen Frühlingsgrün. Vermutlich sind einige Kräuter bis Ostern gewachsen, so dass typische Frühlingskultspeisen, wie die Gründonnerstagsuppe hergestellt werden können.

Ich freue mich auf den Frühling, auf Blüten und Grün. Ab April gibt es wieder Kräuterwanderungen, in Flecken Zechlin und Umgebung. Achten Sie gern auf die Aushänge, siehe Foto, auf die Termine in diesem und nächstem Rundbrief und auf der Internetseite.

Eine schöne Frühlingszeit und mit liebem Gruß aus Flecken Zechlin  
Ihre Kristin Peters

## Neuigkeiten

Am **Samstag, den 18. März 2023**, findet wieder der [Workshop "Augenblick mal! Ein Tag für Ihre Augengesundheit"](#) statt. Sie erhalten etliche wissenschaftliche Erkenntnisse und einfache wie hilfreiche Tipps, die Sie sofort umsetzen können, um Ihren Augen Gutes zu tun. Die ganzheitlichen Maßnahmen umfassen sowohl pflanzenheilkundliche Hinweise, augenunterstützende Ernährung als auch einige Augenübungen. Es sind noch Plätze frei. Ich freue mich über Ihre Anmeldungen.

In Kooperation mit dem Wildrosenhof bieten wir Ihnen in diesem Jahr zweimal die Gelegenheit während eines 5-tägigem Aufenthalts sich zu erholen und etliches für Ihre Gesundheit zu lernen. In dem Luftkurort können Sie Grundlagen legen, um [Ihr Wohlergehen in Ihre Hände zu nehmen und Energie mit der Kraft der Heilpflanzen zu schöpfen](#). Für den Termin **vom 24. bis 28. April 2023** sind noch Plätze frei. Wir freuen uns über Ihre Anmeldungen.

## Termine

### Aus- und Weiterbildung

Ausbildung [Lebendige Pflanzenheilkunde/Phytotherapie kompakt](#): Start am 20. Januar 2023 (späterer Einstieg möglich, auch einzelne Pakete buchbar)

Paket 4: Ganzheitliche Ernährung und starke Mitochondrien: 31. März bis 02. April, noch freie Plätze

Paket 5: Aromatherapie: 05.-07. Mai 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

## Veranstaltungen

### Workshops

[Augenblick mal! Ein Tag für Ihre Augengesundheit](#): 18. März 2023

[Mehr Lebensenergie und starke Abwehr durch gesunde Mitochondrien](#): 01. April 2023

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

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

[Die alte Heiltradition des Räucherns](#): 07. Mai 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

### Kräuterwanderungen

[Kräuterwanderung am Wildrosenhof in Alt Sammit](#): 29. April 2023 und 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 2022

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