

Information & Anmeldung zu allen Veranstaltungen

Tourist-Info Sonthofen
Rathausplatz 1
87527 Sonthofen
Tel. 08321 615-291
tourist-info@sonthofen.de

- maximal 9 Teilnehmer
- Anmeldung bitte bis 16 Uhr am Vortag
- 20% Ermäßigung mit Allgäu-Walser-Card



Do | 01.07.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Lavendel“

Workshop mit Kräuterfrau Angela Fehr

Kräuterwanderung am Kalvarienberg. Schwerpunkt Lavendel. Wir stellen ein Lavendelsäckchen her (zzgl. 2 EUR Materialkosten).

Treffpunkt: Tiefgarage (gegenüber Pizzeria), Hirnbeinstr. 8

Mi | 14.07.2021 | 14 – 16.30 Uhr | 7 EUR

Kräuterwanderung zur Moosrauft mit Kräuterbäuerin Waltraud Bächle-Waibel

Treffpunkt: Parkplatz Unterried

Mo | 19.07.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Wiesenknopf-Tinktur“

Workshop mit Kräuterfrau Gabriele König

Der Wiesenknopf ist die Heilpflanze des Jahres 2021. Wir stellen eine Tinktur her und Sie erhalten Tipps für die Verwendung, als Aufguss oder als Würzkräuter in der Küche (zzgl. 2 EUR Materialkosten).

Ort: Haus Oberallgäu (Raum Stuiben), Richard-Wagner-Str. 14

Di | 20.07.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Zeit der Rosen“

Workshop mit Kräuterfrau Andrea Danzer

Alles um die Rose. Herstellung eines Rosengesichtswassers.

Ort: Haus Oberallgäu (Raum Stuiben), Richard-Wagner-Str. 14

Di | 27.07.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 7 EUR

„Die Königin - Königskerze im Allgäu“

Kräuterwanderung mit Kräuterfrau Andrea Danzer

Geschichten rund um die Königskerze und Herstellung eines rituellen Kräuterbüschels.

Treffpunkt: Parkplatz Wonnemar

Do/Fr | 29./30.07.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 15 EUR

„Kräuter sammeln und Räucherbüschel binden“

Kräuterworkshop mit Kräuterfrau Sigrun Strehle

Wir sammeln Kräuter, die wir dann einen Tag anwelken lassen, um am nächsten Tag einen Räucherbüschel zu binden.

Treffpunkt: Parkplatz Unterried (1. Tag)

Ort: Stadthausgalerie, Marktstr. 12 (2. Tag)

Do | 12.08.2021 | 15 – 17 Uhr | 10 EUR

„Kräuterboschen binden“

Kräuterworkshop mit Kräuterfrau Sigrun Strehle

Traditionell binden wir zu Maria Himmelfahrt einen Kräuterboschen (zzgl. 3 EUR Materialkosten).

Treffpunkt: Biberhof

Di | 28.09.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Alleskönner Zwiebel - Wunder im Winter“

Workshop mit Kräuterfrau Andrea Danzer

Geschichten aus der Hausapotheke. Von Zwiebelsuppe bis Zwiebelsocken. Wir basteln einen Zwiebelkranz.

Ort: Haus Oberallgäu (Raum Stuiben), Richard-Wagner-Str. 14

Do | 30.09.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Heimische Wildfrüchte“

Kräuterworkshop mit Kräuterfrau Sigrun Strehle

Wir lernen heimische Wildfrüchte und ihre volkshilfliche Verwendung kennen.

Treffpunkt: Parkplatz Pfarrkirche St. Michael

Sa | 09.10.2021 | 10 – 12.30 Uhr | 7 EUR

(Ausweichtermin Sa | 16.10.2021)

Botanische Wanderung durch den Hinanger Wasserfall mit Jutta Vogler

Wir gehen bergauf durch den Hinanger Wasserfall und bergab über einen gemütlichen Wanderweg.

Treffpunkt: Kapelle Hinang

Parkmöglichkeit: Wanderparkplatz kurz vor Hinang

Mi | 10.11.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Zeit des Wurzelgrabens und Räucherns“

Workshop mit Kräuterfrau Andrea Danzer

Einweihung in alte Traditionen mit heimischen Kräutern (zzgl. 2 EUR Materialkosten).

Ort: Biberhof

Do | 18.11.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Die 12 Rauhächte und ihre Bedeutung“

Kräuterworkshop mit Kräuterfrau Sigrun Strehle

Wegweiser durch diese magische und wundervolle Zeit.

Ort: Stadthausgalerie, Marktstr. 12

Do | 25.11.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Die 12 Rauhächte und ihre Bedeutung“

Kräuterworkshop mit Kräuterfrau Sigrun Strehle

Wegweiser durch diese magische und wundervolle Zeit.

Ort: Stadthausgalerie, Marktstr. 12

Mi | 01.12.2021 | 15 – 17 Uhr | 10 EUR

„Weihnachten - Trockenfilzen“

Workshop mit Kräuterfrau Angela Fehr

In gemeinsamer Runde filzen wir aus Naturwolle kleine Weihnachtsboten (zzgl. 3 EUR Materialkosten).

Ort: Stadthausgalerie, Marktstr. 12

Do | 09.12.2021 | 15 – 17 Uhr | 10 EUR

„Räuchern mit heimischen Kräutern und Harzen“

Workshop mit Kräuterfrau Angela Fehr

Jeder kennt die Weihrauch-Räucherungen in der Kirche bei besonderen Anlässen. Besonders in der dunklen Jahreszeit wurden und werden heimische Kräuter und Harze verräuchert um Räume (innere wie äußere) zu reinigen. Im Kurs lernen Sie heimische Räucherpflanzen kennen und stellen verschiedene Räuchermischungen zusammen (bitte mehrere kleine Schraubgläser mitbringen, zzgl. 3 EUR Materialkosten).

Ort: Stadthausgalerie, Marktstr. 12

Kräuterjahr 2021

Auf Entdeckung mit den Kräuterfrauen

Südlichste Stadt Deutschlands
Alpenstadt der Allgäuer Alpen

Sonthofen 

Veranstaltungen im Kräuterjahr

Di | 20.04.2021 | 15 – 17 Uhr | 10 EUR

„Frühjahrskräuter erkennen und verwenden“

Workshop mit Kräuterfrau Andrea Danzer

Dein Jungbrunnen direkt vor der Tür. Vom Frühlingstrunk bis zur Hautpflege. Wir stellen einen Kräuternessig her.

Ort: Haus Oberallgäu (Raum Stuiben), Richard-Wagner-Str. 14

Mi | 21.04.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Frühjahrsputz mit grünen Helfern“

Workshop mit Kräuterfrau Andrea Danzer

Reinigungen in Haus und Hof mit den Wirkstoffen und Energien unserer Wildkräuter. Altes Wissen wiederentdecken. Ein Putzmittel kann mit nach Hause genommen werden (zzgl. 2 EUR Materialkosten).

Ort: Haus Oberallgäu (Raum Stuiben), Richard-Wagner-Str. 14

Mo | 03.05.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Pflegende Lippensalbe“

Workshop mit Kräuterfrau Gabriele König

Auf Basis von Löwenzahn-Bergwurz-Mandelölmazerat stellen wir eine pflegende Lippensalbe her (zzgl. 2 EUR Materialkosten).

Ort: Haus Oberallgäu (Raum Stuiben), Richard-Wagner-Str. 14

Do | 06.05.2021 | 15 – 17 Uhr | 10 EUR

„Schmackhafte Wildkräuter“

Workshop mit Kräuterfrau Angela Fehr

Bei einer Kräuterwanderung rund um den Kalvarienberg in Sonthofen suchen, bestimmen und verarbeiten wir die natürlichen Kraftspender aus der Natur zu einer kleinen Mahlzeit (bitte ein kleines Schraubglas mitbringen, zzgl. 2 EUR Materialkosten).

Treffpunkt: Tiefgarage (gegenüber Pizzeria), Hirnbeinstr. 8

Kräuterwanderungen durch die Bergwiesen

Gemütlich erkunden wir die angrenzenden Wälder, Felder oder Feuchtwiesen und lernen dabei, welche wilden, essbaren Köstlichkeiten hier wachsen. Wir werden über die Zubereitung in der Küche sprechen, verkosten und viel über die Inhaltsstoffe der Pflanzen sowie ihre gesundheitlichen Vorteile erfahren.

Für alle Wanderungen gilt: festes Schuhwerk bzw. Bergschuhe, Trinkflasche, Sonnen- bzw. Regenschutz. Bitte beachten Sie die jeweiligen Treffpunkte.

Mo | 10.05.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Waldmeister-Nachtcreme“

Workshop mit Kräuterfrau Gabriele König

Diese Heilpflanze besitzt viele wertvolle Inhaltsstoffe. Wir stellen eine gehaltvolle Nachtcreme her und erfahren viele Verwendungsmöglichkeiten (zzgl. 2 EUR Materialkosten).

Ort: Haus Oberallgäu (Raum Stuiben), Richard-Wagner-Str. 14

Mo | 17.05.2021 | 14.30 – 16.30 Uhr | 7 EUR

Frühlingswanderung entlang des Illerdamms

mit Kräuterfrau Gabriele König

Wir erfahren die Heilwirkung der Vorfrühlingskräuter (mit Kostprobe).

Treffpunkt: Parkplatz Wonnemar

Mi | 19.05.2021 | 14 – 16.30 Uhr | 7 EUR

Kräuterwanderung von Unterried nach Oberried

mit Kräuterbäuerin Waltraud Bächle-Waibel

Treffpunkt: Parkplatz Unterried

Di | 15.06.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 7 EUR

Kräuterwanderung im Illertal

mit Kräuterfrau Andrea Danzer

Wir lernen unsere grünen Freunde und Helfer kennen.

Treffpunkt: Parkplatz Wonnemar

Mi | 16.06.2021 | 14 – 16.30 Uhr | 7 EUR

Kräuterwanderung am Strausberg

mit Kräuterbäuerin Waltraud Bächle-Waibel

Treffpunkt: Parkplatz Imberg (Mautgebühr)

Fr | 18.06.2021 | 16 – 18.30 Uhr | 7 EUR

(Ausweichtermin Fr | 25.06.2021)

Botanische Wanderung durch den Hinanger Wasserfall

mit Jutta Vogler

Wir gehen bergauf durch den Hinanger Wasserfall und bergab über einen gemütlichen Wanderweg.

Treffpunkt: Kapelle Hinang

Mo | 21.06.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Sonnwendkräuter“

Workshop mit Kräuterfrau Angela Fehr

Kräuterwanderung am Kalvarienberg. Um die Tage zur Sommwendfeier, wenn die Tage am längsten sind, ist der Duft der Blüten und Kräuter auch am intensivsten. Wir binden einen Kräuter-/Räucherboschen und stellen ein Sonnwendkräutersalz her (bitte ein Schraubglas mitbringen, zzgl. 1 EUR Materialkosten).

Treffpunkt: Tiefgarage (gegenüber Pizzeria), Hirnbeinstr. 8

Do | 24.06.2021 | 15 – 16.30 Uhr | 10 EUR

„Kräuterelixiere und Heilweine“

Workshop mit Kräuterfrau Sigrun Strehle

Wir stellen einen Heilwein her und erhalten Informationen zur Verwendung und seiner volksheilkundlichen Bedeutung (bitte ein kleines Schraubglas mitbringen, zzgl. 2 EUR Materialkosten).

Ort: Stadthausgalerie, Marktstr. 12

Kräuterkurse für Kinder (6 – 11 Jahre)

„Meine ersten Wildkräuter“

Kinderworkshop mit Kräuterfrau Sigrun Strehle

Wie schmecken Blütenzucker und Kräutersalz? Bei einer kleinen Wanderung um den Biberhof sammeln wir verschiedene Pflanzen und nehmen Gänseblümchen und Brennnesseln unter die Lupe. Anschließend stellen wir aus den gesammelten Wildkräutern Gewürzmischungen her.

Termine jeweils von 15 – 16.30 Uhr:

Do | 29.04.2021 | 5 EUR

Do | 08.07.2021 | 5 EUR

Do | 05.08.2021 | 5 EUR

Do | 19.08.2021 | 5 EUR

Di | 24.08.2021 | 5 EUR

Treffpunkt: Biberhof

