

## Newsletter – Mai



Zum Öffnen des Jahresprogramm bitte auf das Bild oder [hier](#) klicken.

---

### Liebe Leser/innen,

seit dem letzten Erscheinen meines Newsletters sind die Natur  
und die Zeit mit großen Schritten vorangeschritten.  
Vielleicht kennen auch Sie die Situation, dass Sie sich auf ein  
wichtiges Ziel konzentrieren und alles andere drum herum wenig  
oder gar keine Aufmerksamkeit bekommt.  
Am Ende weiß man gar nicht mehr, wo man anfangen soll...

Nach dem Herrichten des Nachbarhauses, meinem Umzug  
und der Pflege des zweiten Gartens (ca.3000qm),  
ging es an den Umbau in meinem eigenen Haus weiter.  
Mein wichtigstes Ziel war: eine nutzbare Küche pünktlich für drei Buffets  
am gleichen Wochenende zu haben.



Herbst-Himbeer-Frühjahrs-Quarkdessert

Nach dem Erreichen dieser Zielgerade vor zwei Wochen, wagte ich, genauer  
in meinen seit November noch im Winterschlaf ruhenden Garten zu blicken.  
Oooo... Da kommt mir das Märchen vom Dornröschen im Schläfe ruhend in den Sinn...

Um den GARTEN ANTANTA wach zu küssen,  
reichen meine zwei Hände einfach nicht aus.  
So bin ich sehr dankbar und glücklich für all' die Hände, die nach meinem Hilferuf  
von Nah und Fern heran eilten, um jeweils für einpaar Stunden zu helfen!

#### Hilfe im Garten

Wer meinen Garten kennt, Erfahrungen mit Gartenarbeit hat und sich  
zum Mithelfen gerufen fühlt, darf sich im Moment gerne bei mir melden.

#### Kurse

Gestern hatten die Kurse ihren ersten Auftakt.  
Bis dahin standen sie nur friedlich schlummernd auf dem Papier.  
Wir haben im Kurs „Kochen mit Wildkräutern“  
alle vergangenen vier Frühjahrskochkurse vereint.

Wir kochten die Neunerlei Suppe, verwendeten den Bärlauch  
und backten eine Wildkräuter-Quiche.  
Zu guter letzt gab es noch hausgemachten  
Ziegenkäse in Beinwellblätter gerollt.

Der Frühling wechselt bald in den Frühsommer.  
Die Natur bietet uns weiterhin essbare Wildkräuter zum entdecken an.

Ab einer Gruppe von 6 Personen können Sie gerne  
eine Wildkräuterführung mit Kochevent bis in den frühen Herbst  
im GARTEN ANTANA oder bei Ihnen zu Hause buchen.

Nun wünsche ich Ihnen weiterhin viel Freude mit allem, was der Frühling Ihnen schenkt.  
Ihre Ulrike Keßler

---

## Termine Mai

So. 13.05. 14.00 – 19.00

### **Eine Führung durch den GARTEN ANTANA**

Möchten Sie einen Ausflug in eine grüne Oase unternehmen und  
dabei altes und neues Naturwissen entdecken?  
Zu Beginn schickt eine Gartenklingschale Sie persönlich in eine Zeit der Stille.  
Ein guter Moment für Sie, den Alltag hinter sich zu lassen,  
um im Garten bei sich anzukommen.  
Es folgt eine Einführung in die Anbauweise  
des ANTANA-Kreisgartens, das Arbeiten mit dem Mondkalender,  
über Permakultur und gesunde Garten-Symbiosen.

In der Führung erkläre ich Ihnen die Pflanzen im Garten und beantworte Ihre Fragen.  
Zum Ausklang pflücken Sie selber Kräuter, Früchte oder essbare Blüten  
für das gemeinsame saisonale Bio-Menü zum Genuss im Garten.  
**Kostenbeitrag:** 40,-Euro (ca. 5 Stunden)  
beinhaltet Zeit zum Ankommen und Sein, Führung und Bio-Menü

---

Freitag, 18. Mai 2012 - Sonntag, 20. Mai 2012  
**Vier-Jahreszeiten-Workshop Teil 1 "Frühjahr"**  
**Natürlich leben im Einklang mit der Natur**

Siehe unter **Termine**.

---

So. 20.05. 12.00 – 20.00 Uhr  
**„Offene Gartenforte“ Bonn Südliches Rheinland**

Eintritt frei, Spende erfreulich.

---

## Termine Juni

Sonntag, 3. Juni 2012 15:00 Uhr - 20:00 Uhr  
**Eine Führung durch den Permakultur GARTEN ANTANA**

Genauere Infos zur Führung > [hier](#)

---

Donnerstag, 7. Juni 2012 14:00 Uhr - 20:00 Uhr

**Garten-Kochevent  
Salbei, Vielfalt und Genuss**

Mehr Infos zum Kurs finden Sie > [hier](#).

---

Samstag, 16. Juni 2012 13:00 Uhr - 20:00 Uhr

**Sinnes-Schulung in Mutter Natur**

Wir alle sind ursprünglich mit einer guten Wahrnehmung und Intuition geboren worden. Leider kennen viele von uns schon seit der frühen Kindheit Erlebnisse, in denen uns unsere Wahrnehmung ausgeredet wurde, oder uns das Gefühl vermittelt wurde, „anders“ zu sein.

An diesem Nachmittag haben Sie Gelegenheit, sich in der Natur mit der Erde, dem Kosmos, den Pflanzen-, Tier-, Stein- oder Naturwesen zu verbinden.

Lernen Sie, die belebte Materie mit allen Sinnen und Ihren eigenen Körperimpulsen wahrzunehmen.

Lassen Sie sich überraschen, was Mutter Erde, die Elemente oder Naturwesen uns Menschen mitteilen wollen.

Aufbau-Kurse mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten folgen.

**Kostenbeitrag:** 75,- Euro (beinhaltet Kaffeepause, Tee, Wasser, Bio-Menü)

**Teilnehmer Zahl:** 6 -8 Personen

---

Mehr Infos zu den Kursen und weiter Terminen finden Sie [hier](#).

Mehr Infos zu den – [Kochevents](#).

Möchten Sie sich zu einem Kurs anmelden - [zur Anmeldung](#).

oder schmökern Sie in meinen Webseiten:

<http://www.kreative-verwoehnkueche.de>

<http://www.garten-antana.de>

<http://www.wandelkraft.de>

---

Gerne dürfen Sie meinen Newsletter auch an Freunde und Bekannte weiter schicken.

---

Ulrike Keßler  
Naturgenuss & Lebenswerkstatt

Bornstraße 3  
D-57632 Kescheid  
Tel.(0049) 2685 - 987391  
[post@kreative-verwoehnkueche.de](mailto:post@kreative-verwoehnkueche.de)

Ein heilsamer Ort für Mensch und Natur  
[www.garten-antana.de](http://www.garten-antana.de)

Die Küchenfee  
Bio Catering und Genuss-Events  
[www.kreative-verwoehnkueche.de](http://www.kreative-verwoehnkueche.de)

Wandelkraft  
Energetische Beratung für Raum, Mensch und Natur  
[www.wandelkraft.de](http://www.wandelkraft.de)

---

Ps. Wer keine Newsletter mehr möchte, kann diesen [hier](#) abmelden.