

Newsletter – Oktober

Liebe Leser/innen,

einen schönen Artikel finden Sie von meiner Arbeit und dem GARTEN ANTANA in der OYA Zeitschrift mit der Überschrift: "Spüren, was Pflanzen und Orte brauchen".

Siehe PDF im Anhang oder [> hier](#).
Einblicke in die OYA Zeitschrift [> hier Online](#).



Es ist vollbracht ...

Mit einigen Tag- und Nachtaktionen ist die farbenfrohe und helle **ANTANA-Küche** bereit für Kurse.



Wer neugierig ist: es sind noch drei Plätze frei für den Brotbackkurs am Mittwoch den 10.10.2012!

Nun freut sich mein Garten, wenn ich ihm meine Aufmerksamkeit schenke. Danach folgen die Restarbeiten des Umbaus.

Am Samstag war Premiere!

Der neue Raum wurde von einer Vier-Generationenfamilie mit einem geschenkten Geburtstagsessen eingeweiht. Beim Dekorieren des Raumes mit Blumen und Kerzen erinnerte ich mich wieder an meinen alten Herzenswunsch, Themen-Menüs anzubieten.

Nun ist es so weit!

Einmal im Monat koche ich für Sie ein **Viergänge Themen-Menü**.

So biete ich Ihnen an jedem ersten Sonntag im Monat eine **ANTANA GenussRunde** an. Verschiebungen sind möglich.

Die erste **ANTANA GenussRunde** beginnt am 07.11.2012 mit einem **vegetarischen Quitten-Menü**.

Weitere Infos folgen in einer gesonderten Mail in den nächsten Tagen.

**Herzliche Grüße sende ich Ihnen aus meinem Garten- und Küchenparadies,
Ihre Ulrike Keßler**



Kompost-Präparate Impfung Misthaufen Melde (3,20m hoch)

Termine Oktober & November

Mittwoch, 10. Oktober 2012 14:00 Uhr - 20:00 Uhr

Kochevent

**Dinkel- und Brotbackkurs mit Sauerteig und Hefe
in der neuen ANTANA Küche**

Infos zum Kurs und zur Kursanmeldung >> [hier](#)

Sonntag, 28. Oktober 2012 14:00 Uhr - 20:00 Uhr

Kochevent

Quitte – eine gelb leuchtende Diva in der Küche

Infos zum Kurs und zur Kursanmeldung >> [hier](#)

Mittwoch, 07. November 2012 17:00 Uhr - 22:00 Uhr

Mittwoch, 14. November 2012 17:00 Uhr - 22:00 Uhr

Mittwoch, 21. November 2012 17:00 Uhr - 22:00 Uhr

Kochevent

Ayurvedische Küche mit heimischem Wintergemüse

Infos zum Kurs und zur Kursanmeldung >> [hier](#)

Bed & Breakfast im Westerwald





Angebote und Preise finden Sie >> [hier](#)

[Eine Woche Retreat \(spirituelle Ruhepause\), aktive Auszeit
oder Visionssuche an einem reichhaltigen Kraftort.](#)

Mehr Infos und Terminen finden Sie >> [hier](#).
Weiter Infos zu den >> [Kochevents](#).
Zur Anmeldung der Kurse bitte >> [hier anklicken](#)

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

Ein heilsamer Ort für Mensch und Natur
www.garten-antana.de

Die Küchenfee
Bio Catering und Genuss-Events
www.kreative-verwoehnkueche.de

Wandelkraft
Energetische Beratung für Raum, Mensch und Natur
www.wandelkraft.de

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