

PRESSETEXT

Kräuterzeit 2019

Das geheime Wissen der Kufsteiner Kräuterexperten

Früher wandten sich die Menschen bei Problemen jeglicher Art an die weisen Frauen, welche auch Kräuterhexen genannt wurden, die für jedes Wehwehchen die passende Tinktur mischten. Heute ist dieses Wissen leider vielerorts in Vergessenheit geraten. In der Region Kufsteinerland hat sich ein großer Kreis an Akteuren auf Altbewährtes besonnen und sich die verborgenen Lehren um heimische Pflanzen, Alpenkräuter und regionale Superfoods zunutze gemacht. Dabei wird großes Augenmerk auf Nachhaltigkeit, Regionalität und den Rhythmus der Jahreszeiten gelegt. Das ganze Jahr über können sich Urlauber bei Kräuterwanderungen, auf Märkten oder in Seminaren mit regionalen und internationalen Experten Kenntnisse aneignen. Die Festung Kufstein, im Herzen der Stadt, dient mit ihrem Kräutergarten als Ausgangspunkt eines Urlaubs im Zeichen der Natur.

Mit spannenden Erlebnisprogrammen in den Kräutergärten der Region sowie im nahe gelegenen Kaisergebirge begeben sich Gäste des Kufsteinerlandes auf Erkundungstouren und lernen die Verwendung und Wirkungsweisen der natürlichen Heilkräfte der Kräuter am eigenen Leib kennen. Zahlreiche regionale und nationale Experten auf dem Gebiet der Kräuterkunde teilen ihr Wissen, um Interessierten die Möglichkeit zu geben, ihr Wohlbefinden auf körperlicher und seelischer Ebene zu stärken. Außerdem soll mit diesem Schwerpunkt das Bewusstsein für einen verantwortungsvollen Umgang mit der Natur verstärkt werden. Gemeinsam mit der benachbarten Region Kaiserwinkl und dem Gebiet Untere Schranne hat sich das Kufsteinerland an die ureigensten Traditionen erinnert und macht die „Kräuterzeit 2019“ mit Workshops, Seminaren, Vorträgen, Lesungen, einem Kräutersymposium sowie Kräutermärkten für die Gäste erlebbar.

Die Auftaktveranstaltung wurde am 16. Dezember 2018 im Kräutergarten auf der Festung Kufstein gefeiert. Mit Feuerstelle, Feuerritualen, Räuchern und Geschichten von Experten wurden die Mythen und Hintergründe der Wintersonnenwende zelebriert.

Rund um Mariä Lichtmess im Februar dreht sich im Kufsteinerland alles ums Loslassen: Von Entschlackungspaketen in den Hotels, bis hin zur Schwitzhütte, einer Sauna im Freien. Passend zur Frühjahrs-Tagundnachtgleiche steht am 13. und 14. April beim „Lebensweise“ Kongress die Erneuerung mit Themen wie Permakultur, Saatgutgewinnung, Kräutergarten anlegen sowie Urban Gardening im Fokus.

Zu Walpurgis wird Anfang Mai der Sommer im Kufsteinerland willkommen geheißen: In der Hexenküche im Festungsgarten im Rahmen der Veranstaltung „KULinaria“ oder beim Workshop „Schönheit von innen“ lernen Gäste unter anderem, wie Salben, Seifen, Blütenbäder und Naturkosmetik selbst hergestellt werden können.

Die Sommersonnenwende wird rund um den 21. Juni mit Ritualen, Kräuterwanderungen und dem Johannisfeuer gebührend zelebriert. Während der „yoga.tage“ vom 5. bis 7. Juli kommen Geist, Körper und Seele mit Yoga, Workshops und Vorträgen in Einklang.

Das Schnitterinnenfest am 1. August läutet den Beginn der Erntezeit ein. Die Hochblütezeit vieler Kräuter wird auf dem Kräutermarkt in Thiersee und dem großen Kufsteiner Kräutersymposium gefeiert. Das Symposium ist mit namhaften nationalen und internationalen Vortragenden besetzt: Clemens G. Arvay, Biologe und Autor des Buches „Biophilia Effekt“, Prof. Dr. Florian Überall,

internationaler Experte für molekulare Krebsforschung und Ernährungslehre, Gabriela Nedoma, Autorin und Naturpädagogin mit dem Schwerpunkt Naturbildung und Hautökologie, Tala Mohajery, Heilpraktikerin und Pflanzenheilkundlerin, Regina Jungmayr, Gesundheitspädagogin und Hausmittelexpertin, Kräuterpädagoge Sebastian „Kräuterwastl“ Viellechner, Schriftsteller, Filmemacher und Fotograf Timm Koch sowie Karin Buchart, Ernährungswissenschaftlerin, Autorin und Lehrbeauftragte am Zentrum für Gastrosophie der Uni Salzburg.

Zum Herbstanfang am 23. September steht die Rolle der Pflanzen bei der Ernährung und in der Hausapotheke im Mittelpunkt. So wird vermittelt, wie aus Kräutern Tinkturen, Salben und Bachblüten zubereitet werden können.

Zu Samhain – Allerheiligen - dem Ahnenfest am 1. November, finden Räucherworkshops statt. Auch die Rituale des Jahreskreises werden erklärt. Der Abschluss und der Neubeginn der Kräuterzeit findet am 21. Dezember 2019 wieder im Kräutergarten der Festung Kufstein statt.

Das Thema Kräuter zieht sich auch abseits der offiziellen Veranstaltungen wie ein grüner Faden durch das Kufsteinerland. So bringt „das essbare Kufsteinerland“ die Wildpflanzen und wohltuenden Gewürze aus den Gärten, wie dem Kräutergarten auf der traditionsreichen Festung von Kufstein, auf den Teller. In den Gasthäusern, Restaurants und den Hotels lässt man sich die Alpenkräuter als raffinierte Schmankerl auf der Zunge zergehen. Obendrein können die Gäste in den Wellnessbereichen deren wohltuende Wirkung bei Massagen, Beautytreatments oder als Aufguss in der Sauna genießen. In unserer schnelllebigen Zeit gibt es wohl nichts Schöneres, als im Urlaub in Einklang mit der Natur zu kommen und das inmitten der Tiroler Alpen und ihrer abwechslungsreichen Flora und Fauna.

Weitere Informationen zu allen Veranstaltungen unter www.kraeuterzeit.at

5.218 Zeichen

Kufsteinerland

Das Kufsteinerland ist das „Tor der Tiroler Alpen“: Als zugänglichster alpiner Lebensraum bietet die Region eine einzigartige Mischung aus Tradition und Moderne, Natur und Wellness, Kultur und Events sowie Sport und Kulinarik. Eingebettet in intakte Natur steht das Kufsteinerland für aktiven Urlaub, in dem trotzdem Raum für Erholung und Stille ist. Jung und Alt, Klein und Groß können gleichermaßen aus Urlaubsaktivitäten wählen, die noch lange in Erinnerung bleiben.

Weitere Informationen auf www.kufstein.com.

Buchungskontakt:

Tourismusverband Kufsteinerland

Unterer Stadtplatz 11 – 13

A - 6330 Kufstein

Tel: +43 (0) 5372 62207, E-Mail: info@kufstein.com, www.kufstein.com

Pressekontakt für Rückfragen:

FEUER & FLAMME. DIE AGENTUR

Leonie Stolz Birgit Koller-Hartl
Wimmelsweg 10 Waltrichstr. 7
D-22303 Hamburg 82069 Hohenschäftlarn
T: +49 40 50681694 +49 8178 9981211
ls@fufda.de bkh@fufda.de
www.feuerundflamme-dieagentur.de

KUFSTEINERLAND
Margret Winkler
Unterer Stadtplatz 11
A-6330 Kufstein
+43 (0) 5371 62207-21
m.winkler@kufstein.com
Presseportal: presse.kufstein.com

Gerne stehen wir Ihnen für weitere Informationen zum Kufsteinerland zur Verfügung. Auf unserer Internetseite finden Sie im [Presseportal](http://www.fufda.de/kufsteinerland) unter www.fufda.de/kufsteinerland druckfähiges Bild- sowie weiteres Textmaterial.