

# LANDLEBEN

LEBENSSTIL MIT LIEBE ZUR NATUR



*Unsere Natur Apotheke*

Kräuterfrauen verraten ihre besten Rezepte, die Beschwerden lindern oder einfach lecker schmecken

*Neue Ideen für Garten & Balkon*



**Gutes mit Holunder**  
Ob Sirup, Essig oder Kuchen: Diese Blüten veredeln alles



**Einfach zauberhaft**  
Süße Deko und Rezepte für ein spontanes Sommerfest

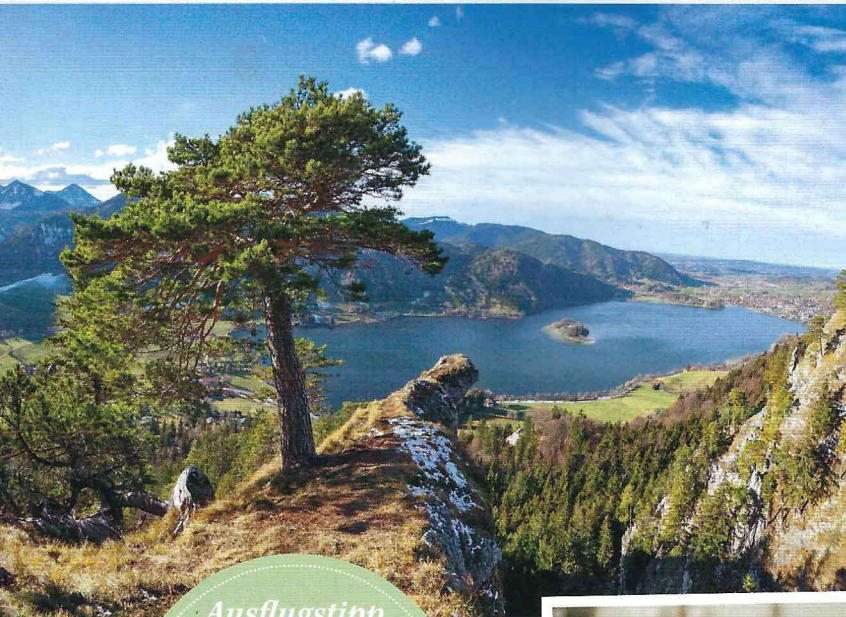


**Geliebte Birma-Katze**  
Diese Rasse ist nicht nur sehr schön, sie hat auch Charakter



*Reise ins Glück*  
**KREATIV-URLAUB**





7

Schliersee

## MESSERSCHMIEDEN

Ein unvergessliches Erlebnis in Sachen Handwerkskunst bietet Ihnen die Messerschmiede am malerischen Schliersee. Unter sachkundiger Leitung schmieden Sie am Amboss selbst Ihren ganz persönlichen Messerrohling, formen, härten und schleifen die Klinge und gestalten zum Schluss einen Griff aus hochwertigem Holz. Am Ende des aufregenden Zwei-Tages-Kurses halten Sie Ihr eigenes, handgefertigtes Outdoor-, Jagd- oder Kochmesser in den Händen – ein unglaubliches Gefühl! Weitere Informationen zur Buchung der Kurse finden Sie unter [www.chiemgau-messer.de](http://www.chiemgau-messer.de) sowie unter Tel. 0 80 26-9 28 85 99

### Ausflugstipp Spitzingsee

Ein paar Kilometer und einige Höhenmeter weiter liegt der wunderschöne Spitzingsee und lädt zu großartigen Wanderungen ein.



### Lebendig

Vergessen Sie die Welt und den Alltag beim Lernen einer neuen Fertigkeit!

8

## Hohenkammer WALDBADEN

„Shinrin yoku“ wird der heilende Aufenthalt im Wald in Japan genannt und ist dort als ganz bewusste Naturtherapie anerkannt. Durch das Einatmen der ätherischen Öle, die die Bäume in die Luft abgeben, schicken wir unseren Körper und Geist in nur wenigen Stunden auf eine Art Kurzurlaub: Immunsystem und Konzentrationsfähigkeit werden gestärkt, Stresshormone abgebaut, der Blutdruck gesenkt und sogar Angstzustände, Depressionen und Wut können sich verringern. Lernen Sie beim bewussten Waldbaden ganz spielerisch, den Wald mit allen Sinnen zu erleben, lassen Sie seine Naturkraft ohne Ziele, ohne Zeitdruck auf sich wirken und die Seele fern vom Alltag im wahrsten Sinne des Wortes baumeln. Termine unter [www.waldbaden-bayern.com](http://www.waldbaden-bayern.com)







10

Nationalpark Schleswig-Holstein  
**JUNIOR-RANGER**

Ebbe und Flut aus nächster Nähe bestaunen, bei Schiffsausflügen Seehunde beobachten und das Watt erkunden: Im Nationalpark Schleswig-Holstein gibt es mehrere Junior-Ranger-Gruppen, bei denen Kids von einem erfahrenen Ranger Wissenswertes über regionale Tiere und Pflanzen lernen, die Wildnis erkunden, Nistkästen für Vogel bauen oder eine Nacht ganz ohne Schlafsack in der Natur verbringen können. **Genauere Adressen und Termine** unter [nationalpark@lkn.landsh.de](mailto:nationalpark@lkn.landsh.de) oder Tel. 0 48 61-61 60 erfragen. **Informationen und weitere Regionen der Junior-Ranger-Gruppen** unter [www.junior-ranger.de](http://www.junior-ranger.de)

**Ausflugstipp**  
**Wattenmeer**  
Entdecken Sie die Weiten des Wattenmeers bei einem Besuch des nordischen Wahrzeichens, dem berühmten Leuchtturm „Westerheversand“.

**Spannend**  
Auch kleine Abenteurer und neugierige Weltentdecker kommen hier voll auf ihre Kosten!



*Kreativurlaube in Deutschland & Österreich*

**1 Alphornblasen**

Entdecken Sie musikalische Traditionen vor einer atemberaubenden Gebirgskulisse.

**2 Töpfer-Spaß**

Machen Sie sich die Hände schmutzig bei einem Ausflug zum Nationalpark Hohe Tauern.

**3 Schmuckgießen**

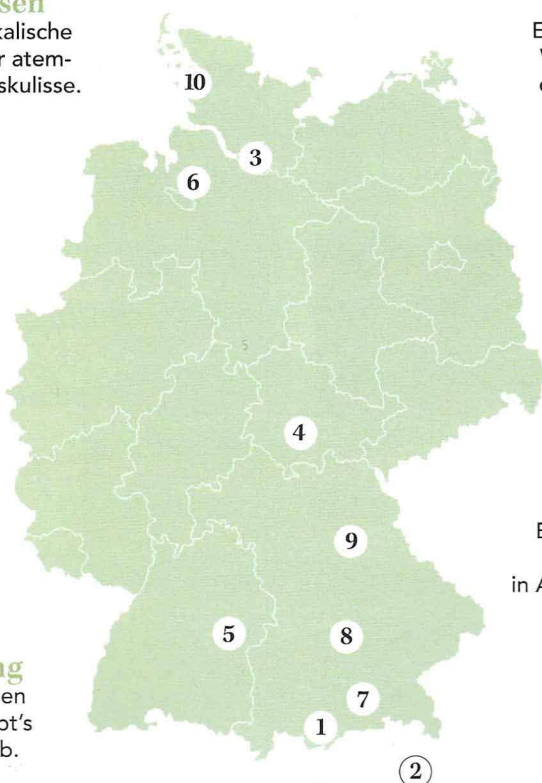
Zwischen Ihrem persönlichen Schmuckstück und der Lüneburger Heide liegt eine kurze Autofahrt.

**4 Kräuterschule**

In Thüringen lernen Sie mehr über unsere heimischen Kräuter und die Natur.

**5 Survival-Training**

Bushcraft-Kurse und einen Ausflug zum Blautopf gibt's in der Schwäbischen Alb.



**6 Aquarellmalen**

Eine Reise zur Künstlerkolonie Worpswede am Teufelsmoor eröffnet viele Möglichkeiten.

**7 Messerschmieden**

Nach erlebnisreicher Handwerkskunst am Schliersee gehts weiter zum Wandern rund um den Spitzingsee.

**8 Waldbaden**

Gönnen Sie sich Erholung pur und spüren Sie den Moment in schönster Naturidylle.

**9 Weidenflechten**

Etwas Neues lernen und eine alte Burgruine entdecken – in Altdorf gelingt beides zugleich.

**10 Junior-Ranger**

Im Wattenmeer gibt es berühmte Leuchttürme und die Tierwelt zu entdecken!