



## Draußen Lernen im Jahreslauf: Natur und Wildnis vor der Haustür

Der beliebte Klassiker!

Die Natur vor der Haustüre im Jahreslauf bewusst wahrzunehmen kann neue Kraft, Lebensfreude und Inspiration für den Alltag schenken. Im Streifen durch die Wildnis- und Kulturlandschaften im Isartal eröffnen sich neue Zugänge zu Spuren von Tieren, Pflanzen, Klima und Mensch. An vier Montagen, über ein ganzes Jahr verteilt, werden draußen Besonderheiten im Wandel der Jahreszeiten erkundet und die Sinne geschult. Das Erproben von jahreszeitlich passenden Spielen und kreativen Methoden, die Kinder und Jugendliche motivieren, sich intensiver mit der Natur und ihrem steten Wandel zu beschäftigen, bildet den Kern der Fortbildungsreihe. Nur als Reihe buchbar, der Preis gilt für alle vier Termine.

Inhalte: \*\*\* Tiere und Pflanzen im Wandel der Jahreszeiten \*\*\* Spuren in der Landschaft lesen \*\*\* Naturerfahrungsspiele zu jeder Jahreszeit \*\*\* Wildkräuter und Wildnisküche \*\*\* Einfache Werkstücke aus Naturmaterialien

**Termine:** 17. März, 30. Juni, 06. Oktober, 01. Dezember 2025, jeweils 9 – 16.30 Uhr

**Ort:** Naturerlebniszentrum Burg Schwaneck in Pullach und Isartal

**Leitung:** Katharina Fichtner

**Kosten:** 160,-€ für alle vier Termine (80,-€ Ehrenamtspreis)

**Mitbringen:** Wetterfeste Kleidung, die auch schmutzig werden darf, Sitzunterlage, Taschenmesser, Rucksack, Trinkflasche, Schreibzeug

**Anmeldung:** online unter [www.burgschwaneck.de](http://www.burgschwaneck.de) od. [bildungszentrum@burgschwaneck.de](mailto:bildungszentrum@burgschwaneck.de)

## Die Vielfalt des Waldes

Frühling wird's und der Wald erwacht aus seinem Winterschlaf. Still! Hört ihr Specht und Amsel? Riecht ihr das Moos? Huscht dort nicht ein Hase vorbei? Ein Sonnenfleck im kühlen Wald lädt uns ein zum Innehalten. Körper und Seele werden aufgewärmt.

Diesen Tag verbringen wir im Wald oberhalb von Brixen. Wir erleben das Zusammenspiel von Baum, Pilz und Käfer. Wir machen Spiele und Experimente zum Leben der Bäume, Blumen und Tiere.

Inhalte: Wissenswertes über Bäume \*\*\* Blumen und Tiere des Waldes kennenlernen \*\*\* Vernetztes Leben des Waldes \*\*\* Waldpädagogische Aktivitäten und Spiele \*\*\* Wald und Klima \*\*\* kleiner Imbiss in der Wald- und Wildnisküche selbst gemacht \*\*\* Gefahren im Wald \*\*\* Seele baumeln lassen \*\*\*

**Termin:** 27. März 2025, 9 – 17 Uhr

**Zielgruppe:** Naturinteressierte, Pädagogische Fachkräfte, Wilde Leute

**Leitung:** Katharina Fichtner

**Ort:** Brixen, Südtirol, Treffpunkt Parkplatz unterhalb Kinderdorf

**Kosten:** 120,-€

**Anmeldung:** [www.jukas.net](http://www.jukas.net) oder [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)



## Im Rhythmus der vier Jahreszeiten

### Naturerfahrung im Wandel – Teil 1: Der Frühling \*\*\* Seminarreihe \*\*\*

Viele Menschen haben das Bedürfnis nach einer tieferen Verbindung zur Natur. Diese Seminarreihe bietet die Gelegenheit dazu. An vier Freitagen, über ein ganzes Jahr verteilt, treffen wir uns draußen, um das Gesicht der Jahreszeiten und die Veränderungen besser kennen zu lernen. Wahrnehmungsübungen helfen uns, hinter der „grünen Mauer“ immer mehr lebendige Einzelheiten zu erkennen. Wir werden durch Wälder, Kultur- und Flusslandschaften streifen, Gemeinschaft und All-Einssein erleben. Wir werden Wurzeln im außen und in uns selbst finden, Spuren von Tieren und alten Kulturen folgen, der Sprache der Vögel und unseres Herzens lauschen und so unsere Verbindung zu allem Lebendigen stärken. Außerdem werden wir uns mit der Umsetzung in der Kinder- und Jugendarbeit beschäftigen.

**Termine:** Freitag, 28. März 25, Freitag, 18. Juli 25, Freitag, 5. September 25, Freitag, 12. Dezember 25  
jeweils 9.00 – 17.00

**Ort:** Bildungshaus Jukas, Brixen und Umgebung

**Leitung:** Katharina Fichtner

**Kosten:** 400,00 € für die gesamte Reihe  
120,00 € pro einzelnen Seminartag (Teilnahme an einzelnen Tagen möglich)

**Mitbringen:** Dem Wetter angepasste Kleidung, feste Schuhe, Sitzunterlage, kleiner Rucksack, Taschenmesser, Mittagsjause, Trinkflasche

**Anmeldung:** online unter [www.jukas.net](http://www.jukas.net) oder [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Zuhause in der Natur

### Wildnislernen und Nachhaltigkeit leben

*„Wenn Kinder klein sind, gib Ihnen Wurzeln. Wenn sie groß sind, gib ihnen Flügel“ (Khalil Gibran)*

In sich selbst und in der Welt zuhause zu sein, ist eine kostbare Grundlage für das Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen und für die Gesundheit von Erwachsenen. Die Natur mit ihrer Lebendigkeit ist ein großartiger Spiel-, Lern- und Entwicklungsraum, der einen Ausgleich zur technisierten und leistungsorientierten Welt ermöglicht. Bei diesem wildnispädagogischen Seminar schärfen die Teilnehmenden ihre Wahrnehmung und innere Stimme beim Erkunden vielfältiger natürlicher Lebensräume. Sie erleben drei Tage und zwei Nächte, wie ein naturverbundener, nachhaltiger Lebensstil innerlich bereichern, entschleunigen und in Harmonie mit anderen Lebewesen funktionieren kann. Sie sammeln respektvoll und zukunftsstauglich, was zum Kochen am Feuer und Herstellen von Alltagsgegenständen benötigt wird. Die Beschäftigung mit Kreisläufen, lebendiger Gemeinschafts- und Gesprächskultur sowie dem Coyote-Teaching als wirksamen Lehr- und Lernansatz erweitern das pädagogische Repertoire. Wer möchte, kann unter freiem Himmel sein Nachtlager aufbauen oder in der Hütte schlafen.

In Kooperation mit dem Gebirgs- und Wanderverein Harmonie 1895 e.V.

**Termin:** 04. – 06. Juni 2025, Beginn 04. Juni um 9 Uhr, Ende: 06. Juni um 17 Uhr

**Ort:** Ascholding, Klessing Hütte

**Leitung:** Katharina Fichtner, Bernhard Lerner, Anke Schlehofer

**Kosten:** 190,-€ (Ehrenamtspreis 95,-€) incl. Selbstversorgerverpflegung und Übernachtung

**Anmeldung:** [www.burgschwaneck.de](http://www.burgschwaneck.de) oder [bildungszentrum@burgschwaneck.de](mailto:bildungszentrum@burgschwaneck.de)



## Kräuter der Berge

### Alpine Pflanzen und alte Bräuche

In den Bergen wachsen spezielle Kräuter und Pflanzen. Die alpinen Pflanzen sind extremen Witterungsbedingungen ausgesetzt und haben daher raffinierte Überlebensstrategien entwickelt. Dem Himmel ein Stück näher bilden sie mehr ätherische Öle als ihre "Kollegen" im Tal. Sie riechen intensiver und haben oft eine starke Heilwirkung. Das uralte Kräuterwissen unserer Vorfahren sowie die besondere Rolle der Kräuter bei Jahreskreisfesten werden Thema sein. Bei einer Tour in die Berge werden wir Kräuter und Früchte bestimmen, sammeln und anschließend in Schmackhaftes und Wohltuendes für die Gesundheit umwandeln. Wanderungen und beschauliche Momente in der Natur versprechen ein bezauberndes Bergwochenende.

- Termin:** 04.07. – 06.07.2025 Fr 18 Uhr – So 13 Uhr  
**Ort:** Seminarhaus Grainau und Wettersteingebirge  
**Leitung:** Katharina Fichtner  
**Kosten:** 240,-€ incl. Übernachtung im Doppelzimmer, Verpflegung im Seminarhaus und Material  
Zzgl. Gästekarte 7,-€  
**Anmeldung:** online [info@seminarhaus-grainau.de](mailto:info@seminarhaus-grainau.de) oder [www.seminarhaus-grainau.de](http://www.seminarhaus-grainau.de)

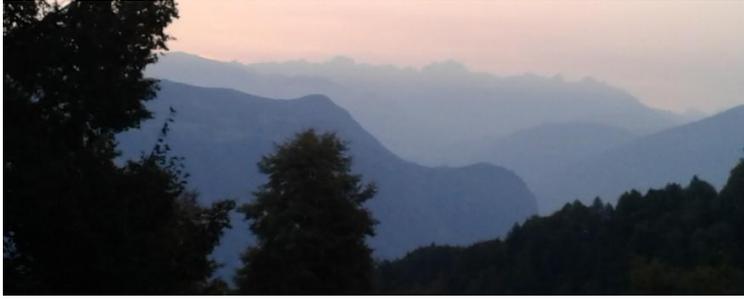
## Im Rhythmus der vier Jahreszeiten

### Naturerfahrung im Wandel – Teil 2: Der Sommer

Viele Menschen haben das Bedürfnis nach einer tieferen Verbindung zur Natur. Diese Seminarreihe bietet die Gelegenheit dazu. An vier Freitagen, über ein ganzes Jahr verteilt, treffen wir uns draußen, um die Veränderung und das Gesicht der Jahreszeiten besser kennen zu lernen.

Wahrnehmungsübungen helfen uns, hinter der „grünen Mauer“ immer mehr lebendige Einzelheiten zu erkennen. Wir werden durch Wälder, Kultur- und Flusslandschaften streifen, Gemeinschaft und All-Einssein erleben. Wir werden Wurzeln im außen und in uns selbst finden, Spuren von Tieren und alten Kulturen folgen, der Sprache der Vögel und unseres Herzens lauschen und so unsere Verbindung zu allem Lebendigen stärken. Außerdem werden wir uns fragen, wie wir das Erfahrene umsetzen können, um Kinder und Jugendliche damit zu berühren  
Seminarreihe – aber auch als einzelne Tage buchbar!

- Termine:** Freitag, 28. März 25, **Freitag, 18. Juli 25**, Freitag, 5. September 25, Freitag, 12. Dezember 25  
jeweils 9.00 – 17.00  
**Ort:** Bildungshaus Jukas, Brixen und Umgebung  
**Leitung:** Katharina Fichtner  
**Kosten:** 400,00 € für die gesamte Reihe  
120,00 € pro einzelnen Seminartag (Teilnahme an einzelnen Tagen möglich)  
**Mitbringen:** Dem Wetter angepasste Kleidung, feste Schuhe, Sitzunterlage, kleiner Rucksack, Taschenmesser, Mittagsjause, Trinkflasche  
**Anmeldung & Info:** online unter [www.jukas.net](http://www.jukas.net) [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)



## Rhythmus der vier Jahreszeiten

### Naturerfahrung im Wandel – Teil 3: Der Herbst

Viele Menschen haben das Bedürfnis nach einer tieferen Verbindung zur Natur. Diese Seminarreihe bietet die Gelegenheit dazu. An vier Freitagen, über ein ganzes Jahr verteilt, treffen wir uns draußen, um die Veränderung und das Gesicht der Jahreszeiten besser kennen zu lernen. Wir werden durch Wälder, Kultur- und Flusslandschaften streifen, Gemeinschaft und All-Einssein erleben. Wir werden Wurzeln im außen und in uns selbst finden, Spuren von Tieren und alten Kulturen folgen, der Sprache der Vögel und unseres Herzens lauschen und so unsere Verbindung zu allem Lebendigen stärken.

Seminarreihe – aber auch als einzelne Tage buchbar!

- Termine:** Freitag, 28. März 25, Freitag, 18. Juli 25, **Freitag, 5. September 25**, Freitag, 12. Dezember 25  
jeweils 9.00 – 17.00
- Ort:** Bildungshaus Jukas, Brixen und Umgebung
- Leitung:** Katharina Fichtner
- Kosten:** 400,00 € für die gesamte Reihe  
120,00 € pro einzelnen Seminartag (Teilnahme an einzelnen Tagen möglich)
- Mitbringen:** Dem Wetter angepasste Kleidung, feste Schuhe, Sitzunterlage, kleiner Rucksack, Taschenmesser, Mittagsjause, Trinkflasche
- Anmeldung & Info:** [www.jukas.net](http://www.jukas.net) oder [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Neophyten - Wandernde Pflanzen

### Hintergründe, Gebrauch und Umgang mit pflanzlichen Neubürgern

Können Pflanzen wandern? Ja! Anstatt Beine benutzen sie ihre Samen, um voran zu kommen.

Einige von ihnen wandern weit – sogar auf neue Kontinente. Dort fallen sie auf, da sie sich rapide vermehren können. Pflanzliche Neubürger, sogenannte Neophyten, sind nicht besonders beliebt. Indisches Springkraut oder Japanischer Staudenknöterich bevölkern viele Waldränder oder Bachläufe und verdrängen scheinbar die heimische Pflanzenvielfalt. Daher werden sie bekämpft – in manchen Ländern sogar mit Pflanzengiften. Braucht es das?

Einen Tag lang wandern wir auf der Spur der Neophyten rund um Brixen. Wir werden ihr Aussehen und den Grund ihrer massenhaften Verbreitung erkunden. Wir erfahren, welche Gaben und Botschaften sie – als Gastgeschenk – für uns dabei haben und welchen Schaden sie wirklich anrichten. Wir werden ihre Produkte sammeln und daraus Nahrung oder Medizin herstellen. Wir wenden unseren Blick auch auf heimische Pflanzen, die bei uns sehr beliebt und geschätzt, in anderen Ländern aber als Neophyten als Plage gelten. Wir werden alten Einwanderern begegnen, die nach der letzten Eiszeit oder im Zuge der Völkerwanderung im Mittelalter zu uns gekommen sind. Am Ende des Tages werden wir die Dynamik des Wanderns und die kulturelle Verbindung mit Alt- und Neupflanzen in einem anderen Licht sehen.

- Termin:** Samstag, **6. September 25**, 9.00 – 17.00 Uhr
- Zielgruppe:** Naturinteressierte, Pädagogische Fachkräfte, Wilde Leute
- Leitung:** Katharina Fichtner
- Ort:** Brixen, Südtirol, Treffpunkt Parkplatz unterhalb Kinderdorf
- Kosten:** 120,-€
- Mitbringen:** Mittagsjause, dem Wetter angepasste Kleidung, feste Schuhe, Sitzunterlage, Taschenmesser, kleiner Rucksack, Trinkflasche, Tasse, Teller und Löffel
- Anmeldung & Info:** [www.jukas.net](http://www.jukas.net) oder [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)



## Wilde Zeiten in der Jugendarbeit

Die Schatzkiste der Wildnispädagogik wird wieder für ein Wochenende auf die Tauglichkeit für die Kinder- und Jugendarbeit erprobt. Dabei wird sowohl für „Neulinge“ als auch für „Fortgeschrittene“ der Wildnispädagogik Brauchbares dabei sein: Neben archaischen Feuermachetechniken und Pflanzenwerkstatt richten wir unser Augenmerk auf Natur-Rituale, Wahrnehmungsübungen in der Natur, Möglichkeiten der Wildnispädagogik für kleinere, größere Kinder und Jugendliche. Auch eine Solo-Übernachtung im Wald (natürlich auf freiwilliger Basis ;-)) wäre möglich. Darüber hinaus werden wir Gebrauchsgegenstände aus Naturmaterial herstellen, Spuren lesen, Elemente des indianischen Bildungsprinzips mit einweben und die eigene Komfortzone in der Natur erweitern.

- Termin:** 17. – 19.10.2025  
**Zielgruppe:** Jugendleiter im KJR, Naturpädagogen, Interessierte, Familien - die Teilnehmer können auch ihre eigenen Kinder mitbringen!  
**Leitung:** Günni Dommel und Katharina Fichtner  
**Ort:** Alte Schule Morsbach, Altmühltal  
**Kosten:** 250,-€ für Erwachsene, 25,-€ pro Kind incl. Übernachtung /Verpflegung  
**Anmeldung:** [info@kreisjugendring-ei.de](mailto:info@kreisjugendring-ei.de)  
Bei großem Andrang werden Mitarbeiter des KJR Eichstätt bevorzugt.

## Körperpflege mit der Natur Für Körper, Geist und Seele

Die Natur hat alles, was wir zum Leben brauchen. Auch zur Pflege unseres Körpers und unseres Haushaltes. Wir stellen an diesem Wochenende Hautcremes, Deos, Lippenbalsam, Zahnpasta und vieles mehr selber her. Mit natürlichen, hochwertigen, biologischen Rohstoffen: Ohne Mikroplastik, das unsere Gewässer und unseren Körper belastet; ohne Palmöl, das in fernen Ländern die Ökologie und das Zusammenleben gefährdet sowie weitestgehend ohne Plastikverpackung. Wir setzen ein Zeichen der Dankbarkeit und Wertschätzung gegenüber einem Konsum, der vielen schadet. Auch Haushaltsmittel wie Kräuterseifen, Wasch- und Putzmittel stellen wir selbst auf umweltfreundliche Weise her. Hübsch verpackt sind es auch wunderschöne Geschenke mit einer guten Botschaft. Bei Spaziergängen in der herbstlichen Bergnatur begegnen wir Pflanzen und ihren Früchten, die uns bei unseren Pflegemitteln als Inhaltsstoffe helfen. Nicht zuletzt verwöhnen wir Körper und Seele mit einem Wellnessabend.

- Termin:** 14. – 16.11.2025 Fr 18 Uhr – So 13 Uhr  
**Ort:** Seminarhaus Grainau  
**Leitung:** Katharina Fichtner  
**Kosten:** 240,-€ incl. Übernachtung im Doppelzimmer, Verpflegung im Seminarhaus und Material  
Zzgl. Gästekarte 7,-€  
**Anmeldung:** online [info@seminarhaus-grainau.de](mailto:info@seminarhaus-grainau.de) oder [www.seminarhaus-grainau.de](http://www.seminarhaus-grainau.de)



## Im Rhythmus der vier Jahreszeiten

### Naturerfahrung im Wandel – Der Winter

Viele Menschen haben das Bedürfnis nach einer tieferen Verbindung zur Natur. Diese Seminarreihe bietet die Gelegenheit dazu. An vier Freitagen, über ein ganzes Jahr verteilt, treffen wir uns draußen, um die Veränderung und das Gesicht der Jahreszeiten besser kennen zu lernen. Wir werden durch Wälder, Kultur- und Flusslandschaften streifen, Gemeinschaft und All-Einssein erleben. Wir werden Wurzeln im außen und in uns selbst finden, Spuren von Tieren und alten Kulturen folgen, der Sprache der Vögel und unseres Herzens lauschen und so unsere Verbindung zu allem Lebendigen stärken.

Seminarreihe – aber auch als einzelne Tage buchbar!

- Termine:** Freitag, 28. März 25, Freitag, 18. Juli 25, Freitag, 5. September 25, **Freitag, 12. Dezember 25**  
jeweils 9.00 – 17.00
- Ort:** Bildungshaus Jukas, Brixen und Umgebung
- Leitung:** Katharina Fichtner
- Kosten:** 400,00 € für die gesamte Reihe  
120,00 € pro einzelnen Seminartag (Teilnahme an einzelnen Tagen möglich)
- Mitbringen:** Dem Wetter angepasste Kleidung, feste Schuhe, Sitzunterlage, kleiner Rucksack, Taschenmesser, Mittagsjause, Trinkflasche
- Anmeldung & Info:** [www.jukas.net](http://www.jukas.net) oder [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

### Märchen, Mythen, Natur

Wenn das Licht schwächer wird, ist die „reale“ Welt manchmal nicht mehr vom Reich der Märchen zu unterscheiden. Jedoch ist dies alles andere als „Kinderkram“. Märchen, Sagen, Mythen sind seit langer, langer Zeit ein Geheimcode für wichtige Lebensweisheiten und Verhaltensanweisungen. Sie sind auch eine Schwelle für feinstoffliche Erfahrungen und Erkenntnisse und öffnen ein Tor, an dem uns unsere verspielte Seite in eine andere Welt führt. Kinder lassen sich da besonders gut ein – aber auch wir Erwachsenen sind lernfähig. An diesem Dezembertag werden wir in die Natur rund um Brixen eintauchen und Baum, Wasser und Stein einmal anders begegnen. Dabei hören wir Märchen, Sagen und Mythen. Schlussendlich werden wir unsere Naturbegegnungen ans knisternde Feuer oder in den temperierten Raum mitnehmen und Hand und Herz aufwärmen.

- Termin:** Samstag, 13. Dezember 25, 9.00 – 17.00 Uhr
- Ort:** Bildungshaus Jukas, Brixen und Umgebung
- Leitung:** Leni Leitgeb, Erzählerin, Katharina Fichtner Wildnispädagogin
- Kosten:** 120,00 €
- Mitbringen:** Mittagsjause, dem Wetter angepasste Kleidung, feste Schuhe, Sitzunterlage, Taschenmesser, kleiner Rucksack, Trinkflasche
- Anmeldung & Info:** [www.jukas.net](http://www.jukas.net) oder [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Vorschau: Lehrgang Wildnispädagogik April 2026 – Mai 2027



Der Lehrgang Wildnispädagogik vermittelt Wissen und Fertigkeiten zum Leben in der Natur. Wir bedienen uns dabei der Erfahrungen unserer Vorfahren und von Naturvölkern. Ein guter „Werkzeugkoffer“ zum Leben in der Natur ist heute aktueller denn je; Kinder, Jugendliche und Erwachsene finden in der Natur Grenzen und Freiheit, ungeahnte Potentiale und Heilung.

Der Lehrgang findet auf verschiedenen Ebenen statt:

- Sehr viele praktische Tätigkeiten rund ums Leben in der Natur
- Naturbeobachtung in einem vollen Jahreszyklus
- Theoretische Inputs aus der modernen Hirn- und Sozialforschung, altem Stammeswissen und Naturkunde
- Naturrituale
- Mentoring
- Prozessorientiertes, dynamisches Verweben einzelner Elemente
- Hausaufgaben und ein Praxisprojekt zwischen den Modulen
- Lebensmittelplanung für Selbstversorgerseminare in der Natur

Der Lehrgang wird eine intensive und kurzweilige Auseinandersetzung mit der inneren und äußeren Natur!

- Termine:**
1. Block: April / Mai 2026 (4 Tage)
  2. Block: Juli 2026 (4 Tage)
  3. Block: September / Oktober 2026 (4 Tage)
  4. Block: Januar 2027 (4 Tage)
  5. Block: April / Mai 2027 (4 Tage)

**Orte:** Selbstversorgerhütten und Wildnisplätze in Südtirol und Bayern

- Schwerpunktthemen:**
1. Block: Jedes Feuer beginnt mit einem ersten Funken
  2. Block: Pflanzenbegleiter und Wildnisküche
  3. Block: Das Wasser des Lebens
  4. Block: Das Geschenk der Tiere
  5. Block: Seinen Platz finden

Interesse? Gern schicken wir Details zu. Das Falblatt kommt bald!



**Sie möchten ein maßgeschneidertes Seminar für eine feste Gruppe?**

Gern schicken wir Ihnen unsere **Themen und Angebote** zu!

Oder einfach unter [www.wildwechsel-naturschule.de](http://www.wildwechsel-naturschule.de) stöbern.

