

Wo wir sind und wo Sie sich anmelden können:

Kontakt

Internationaler Bund (IB) e. V.

IB Bildungscampus Carlo-Schmid-Haus

Projekt QuerBeet

Carlo-Schmid-Str. 40, 72762 Reutlingen

Ansprechpartnerin: Barbara Berndt

Telefon: 0151 57016113

E-Mail: barbara.berndt@ib.de

Mehr zum Projekt und Infos zu Veranstaltungen:
www.internationaler-bund.de/angebot/11646



***Anmeldung:** querbeet-reutlingen@ib.de

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Ein Angebot
des **IB**

URLAUB ZUHAUSE - ENTSPANNUNGSTAGE IM MARKWASEN

Inmitten schöner Natur laden wir zu erholsamen Momenten ein: Ankommen, abschalten, genießen.

Dienstag, 4.8.2026, 14 - 17 Uhr Naturkosmetik und duftende Kräutertinkturen

mit der Kräuterexpertin Christel Ehlers
Wohlfühlen von Kopf bis Fuß.

Wir bereiten duftende Kräuterpflegeprodukte zu. Miteinander bereiten wir duftende Kräuterprodukte zu, zum Wohlfühlen von Kopf bis über die Hände und zu den Füßen. Ringelblumensalbe, Lavendel-Tinktur oder Beifuß-Fußbad ist nicht schwierig herzustellen, wenn man weiß wie's geht und wofür es gut ist... An diesem Nachmittag können wir dies entspannt und in lockerer Runde ausprobieren.

Unkostenbeitrag: 8,-€
Anmeldung erforderlich!*

Mittwoch, 5.8.2026, 10 - 12 Uhr Kundalini-Yoga

mit Monika Stoss
Lebensenergie-Yoga mit den drei Elementen Bewegung, Atmung, Klang.
Vorkenntnisse nicht erforderlich.

Unkostenbeitrag: 5,-€
Anmeldung erforderlich!*

***Anmeldung:** querbeet-reutlingen@ib.de

Donnerstag, 6.8.2026, 15 - 17 Uhr Jahreskreisfeste und Räuchern mit Daniela Häberle, Kräuterpädagogin

Wir erkunden das ursprüngliche Jahreskreisfest mit den jeweiligen Bräuchen und Ritualen, und lernen die dazugehörige Räucherpraxis und -tradition kennen.

Maria-Himmelfahrt oder Lughnasad - Fülle und Überfluss

Die Zeit der Reife und der Ernte ist gekommen. Getreide, Früchte und Beeren haben den Sommer über Sonnenenergie und Nährstoffe gesammelt und unsere Vorfahren wussten, wie viel Kraft in diesen Schätzen steckt. Zur Vorratshaltung für Räucherrituale und als Hausapotheke wurden jetzt Kräuter geerntet und getrocknet. Und auch wir werden heilkräftige Wild- und Gartenkräuter zu einem dekorativen und nützlichen „Kräuterbuschn“ binden.

Unkostenbeitrag inkl. Material: 20,-€
Anmeldung erforderlich!*

Freitag, 7.8.2026, 15 - 18 Uhr Wald tut gut

Wir laden Sie ein, in die Waldatmosphäre einzutauchen und dadurch Entspannung und Entschleunigung zu erleben. In einem wunderschönen Waldstück werden wir mit einfachen Übungen und allen Sinnen Erfahrungen mit der Natur machen, die unserem Körper und der Seele guttun. Beim Waldbaden geht es darum, in Achtsamkeit und Ruhe die gesundheitsfördernde Wirkung des Waldes zu erfahren. Zum Abschluss gibt es einen kleinen Waldimbiss.

Unkostenbeitrag: 5,-€
Anmeldung erforderlich!*

Unsere Mitmach-Angebote: Mai bis August 2026

Herzlich willkommen bei QuerBeet!

In unserem neuen Sommerprogramm haben wir wieder ein vielfältiges Angebot für Sie zusammengestellt. Neben unseren bekannten Veranstaltungen aus den Bereichen Pflanzen und Natur, Begegnung und Austausch, Musik und internationales Kochen, haben wir diesmal mit "Heimwerken für EinsteigerInnen" für all jene etwas dabei, die schon immer mal beim Reparieren und Renovieren selbst Hand anlegen wollten.

Und wer es sich lieber gutgehen lassen will, ist mit unserer Entspannungswoche im August bestens versorgt. Hier kann man sich bei Naturkosmetik, Yoga, Räuchern mit heimischen Kräutern und Waldbaden eine Auszeit für Körper, Geist und Seele verschaffen.

Viel Spaß beim Stöbern!

Das QuerBeet-Team:

Tanja Schütz (Lehrerin für Gartenbau)
Barbara Berndt (Diplom Pädagogin)

*Teilweise ist eine verbindliche Anmeldung zu den Veranstaltungen für unsere Planung erforderlich. Gerne anmelden per E-Mail: querbeet-reutlingen@ib.de.

Ein Angebot
des **IB**

ALPHA Beet – Sprachtreff mit Spiel und Spaß

mit Barbara Berndt

Immer am 1. Montag im Monat

17 – 18.30 Uhr im Gewächshaus

4.5.2026 / 1.6.2026 / 6.7.2026 / 3.8.2026

In der Sprachgruppe treffen sich Zugewanderte aller Nationen mit dem Ziel, etwas gemeinsam zu unternehmen, Spaß zu haben und ganz nebenbei ihre Deutschkenntnisse zu verbessern. Gerne können Sie einfach mal vorbeischaun.

KOCHEN UM DIE WELT

Einmal im Monat

17 – 20 Uhr in der Lehrküche des IB

Kochen, plaudern, zusammen essen und dabei andere Kulturen kennenlernen. Gemeinsam kochen wir jedes Mal ein neues Lieblingsrezept.

Unkostenbeitrag: 3,-€, Anmeldung erforderlich!*

Dienstag, 19.5.2026

Koka und Mtawam

(Blätterteig mit Gemüse gefüllt und algerische Hackfleischbällchen mit Tomatensoße)
mit Salima

Dienstag, 9.6.2026

Spätzlevariationen mit Hähnchenschnitzel und Schichtdessert

mit Alissa

Donnerstag, 16.7.2026

Kutilk

(Kurdische Spezialität: Mit Hackfleisch gefüllte Bulgur-Grieß-Klößchen)
mit Amal und Azziza

HEIMWERKEN FÜR EINSTEIGER:INNEN

mit Monika Strack, Lehrerin für Kunst und Technik

Mittwochs

16 – 18.30 Uhr in der IB-Malerwerkstatt

Sie möchten Zuhause mehr selbst anpacken – haben aber wenig bis keine Erfahrung? Hier lernen Sie Schritt für Schritt die wichtigsten Techniken, Materialien und Maschinen zum Heimwerken kennen.

Unkostenbeitrag: 5,-€

Anmeldung erforderlich!*

Module können einzeln gebucht werden.

Bitte robuste Arbeitskleidung mitbringen.

6.5.2026

Tapezieren lernen

Wir lernen verschiedene Tapeten und Werkzeuge kennen und tapezieren eine Wand mit Raufasertapete (ohne Decke).

17.6.2026

Eine Wand streichen

Wir lernen vorbereitende Arbeiten, Material und Farben kennen und streichen eine Übungswand.

8.7.2026

Bohrmaschine & Co

Lernen Sie entspannt den sicheren Umgang mit Bohrmaschine, Akkuschauber und Schleifmaschine. Praxisnah mit Tipps und Tricks – einfach machen und loslegen.

*Anmeldung: querbeet-reutlingen@ib.de

MUSIK MACHEN im Gewächshaus

mit Barbara Berndt

Jeden 2. Mittwoch im Monat

9.30 – 11.30 Uhr

13.5.2026 / 27.5.2026 / 10.6.2026 /

24.6.2026 / 8.7.2026

Haben Sie Lust, bekannte und neue Lieder zu spielen? Dann schauen Sie doch einfach mal bei uns vorbei! Alle sind willkommen - ganz gleich, ob Sie Anfänger oder schon etwas erfahrener sind. Hier steht der Spaß am gemeinsamen Musizieren an erster Stelle.

MITTWOCHSGESPRÄCHE

mit Sylvia Zürker, Referentin in der
Erwachsenenbildung

Mittwochs, 14 - 16 Uhr im Gewächshaus

20.5.2026 / 24.6.2026 / 22.7.2026 / 19.8.2026

Es sind alle herzlich eingeladen, die Freude am Dialog und gemeinsamen Denken haben. Ganz gleich ob tiefgründige, philosophische Fragen oder aktuelle gesellschaftliche Themen – hier können Sie sich bei einer Tasse Tee und in entspannter Atmosphäre über die großen und kleinen Fragen des Lebens austauschen, verschiedene Perspektiven kennenlernen und neue Einsichten gewinnen.

Das Thema wird jeweils
aktuell auf unserer Website
bekannt gegeben.



IN KOOPERATION MIT DEM KNEIPP-VEREIN e.V. REUTLINGEN

Mittwoch, 13.5.2026, 14.30-15.30 Uhr

„Anbaden“ an der neuen Wassertretanlage am Echazufer

(Hinter dem Parkhaus Lederstraße)

Gemeinsam hinein ins gesunde Kneipp-
Vergnügen! Bitte ein Handtuch mitbringen.

Mittwoch, 1.7.2026, 14.30-16.00 Uhr

Spaziergang durch den Stadtwald mit Jagdpädter Wolfgang Auer

Uhrzeit und Treffpunkt werden bei Anmeldung*
mitgeteilt.

GRILLFEST IM QUERBEET

Freitag, 3.7.2026, 13 - 16 Uhr am Gewächshaus

Gemütliches Beisamensein am Lagerfeuer.
Bitte bringen Sie Ihr Grillgut selbst mit. Wir versorgen Sie mit Getränken, Brot und Salaten.

*Anmeldung: querbeet-reutlingen@ib.de

GRÜN UND GUT

Das Leben kann so einfach sein: Einmal tief Luft holen und raus aus dem Hamsterrad, hinein in die Welt rund um Pflanzen und das Gärtnern. Hier finden Sie Informationen und Mitmachangebote zum Thema Nachhaltigkeit und entdecken traditionelle Handwerkskünste und neue Lebensweisen.

Jahreskreisfeste und Räuchern

mit Daniela Häberle, Kräuterpädagogin

In unseren Genen steckt es noch - das Leben im Rhythmus mit den Jahreszeiten, das unsere Vorfahren über Jahrtausende gelebt und gefeiert haben. Es sicherte nicht weniger als ihr Überleben. Jede Jahreszeit hat ihre ganz eigene Qualität und die Natur zeigt uns, was in jedem Abschnitt des Jahreskreises wichtig ist. Es kann befreiend für Körper und Seele sein, diesen wiederkehrenden Kreislauf wahrzunehmen und im Rahmen unserer heutigen Möglichkeiten in den Alltag einfließen zu lassen. Viele heimische Räucherpflanzen helfen dabei, uns den Erkenntnissen und Bedürfnissen der jeweiligen Zeit zu öffnen. Gemeinsam lenken wir den Blick auf die Vorgänge im Naturkreislauf und ich gebe leicht umsetzbare Impulse, um dem Hamsterrad des Alltags zu entfliehen und zur Ruhe zu kommen. Denn: wir sind alle ein Stück Natur

Unkostenbeitrag inkl. Material: 20,-€ je Termin
Auch einzeln buchbar
Anmeldung erforderlich!*

*Anmeldung: querbeet-reutlingen@ib.de

Donnerstags, 7.5.2026, 15 - 17 Uhr

Frühlingsmitte oder Beltane
- Walpurgis und Liebeszauber

Die Natur zeigt uns pure Lebenskraft im Wachsen, Blühen, Nest bauen... Auch für uns ist der Mai ein Wonnemonat, in dem Sinnlichkeit und Lebensfreude entfaltet werden wollen. Die passende Räucher Mischung kann uns helfen, unseren Gefühlen und Intuitionen genügend Raum zu geben.

Donnerstags, 18.6.2026, 15 - 17 Uhr

Sommersonnwende oder Litha
- Leichtigkeit und Sommerhitze

Die Sonne hat ihren Höchststand erreicht und schenkt uns ihre feurige Energie. Feuer spielt bei den traditionellen Bräuchen dieser Zeit eine große Rolle. Um die Kraft der Sonne für die dunklere Jahreszeit zu konservieren, setzen wir ein Öl aus „Sonnenkräutern“ an.

Donnerstags, 6.8.2026, 15 - 17 Uhr

Maria Himmelfahrt oder Lughnasad
- Fülle und Überfluss

Die Zeit der Reife und der Ernte ist gekommen. Getreide, Früchte und Beeren haben den Sommer über Sonnenenergie und Nährstoffe gesammelt und unsere Vorfahren wussten, wie viel Kraft in diesen Schätzen steckt. Zur Vorratshaltung für Räucherrituale und als Hausapotheke wurden jetzt Kräuter geerntet und getrocknet. Und auch wir werden heilkräftige Wild- und Gartenkräuter zu einem dekorativen und nützlichen „Kräuterbusch“ binden.

Freitag, 8.5.2026, 13 - 16 Uhr

Pflanzen-Café im Gewächshaus

Es erwarten Sie Kaffee, Kuchen und eine tolle Pflanzentombola.

Montag, 18.5.2026, 14 - 17 Uhr

**Kräuterspaziergang
um die Gönninger Seen**

mit Alb-Guide und Kräuterexpertin Christel Ehlers

Wir machen einen Spaziergang im malerischen, vom Tuffsteinabbau geprägten Naherholungsgebiet, und betrachten dabei die Kräuter am Wegesrand. Viele davon können zu kulinarischen oder heilkräftigen Zwecken verwendet werden, und es gibt so manche interessante Geschichte über sie zu erzählen. Ebenso spannend ist die Geschichte über den Tuffstein, dessen Abbau, und die Entstehung der Gönninger Seen.

Unkostenbeitrag: 5,-€,
Anmeldung erforderlich!*

Freitag, 22.5.2026, ab 16 Uhr

Frühjahrs-Bepflanz-Aktion

Mit Musik, Pflanzentombola und Mitmachangeboten. In Kooperation mit „Hallo Nachbar“, Ringelbachstraße.

Anmeldung erforderlich!*

Donnerstag, 11.6.2026, 10 - 14 Uhr

Besuch im Albgold-Kräutergarten

mit Tanja Schütz

Auf dem zwei Hektar großen Kräutergarten erwartet uns eine beeindruckende Vielfalt an Kräutern, Heilpflanzen und bunten Blüten. Er ist eine Oase für Kräuterliebhaber. Im Kräutermarkt vor Ort kann man Küchenkräuter, praktisches Gartenwerkzeug, handgemachte Seifen und vieles mehr erwerben.

Verbindliche Anmeldung bis zum 8.6.2026 erforderlich!*

Freitag, 19.6.2026, 16 - 17 Uhr

Internationale Kräuter kennenlernen

Was macht man damit? Wir probieren es aus! In Kooperation mit „Hallo Nachbar“, Ringelbachstraße.

Anmeldung erforderlich!*

Donnerstag, 23.7.2026, 10 - 12 Uhr

Miniaturgarten für den Schreibtisch

mit Tanja Schütz

In einer Pflanzschale bilden wir eine Gartenlandschaft nach. Der eigenen Kreativität und Fantasie sind hier keine Grenzen gesetzt.

Unkostenbeitrag: 5,-€,
Anmeldung erforderlich!*

*Anmeldung: querbeet-reutlingen@ib.de