

schenkt diesen  
**Dauerkalender**  
mit Pflanzen & Mythen

# nele niemeyer

## Heilpraktikerin

- Psychosomatische Energetik
- Pflanzenheilkunde
- Vitalfeldtherapie
- Humanistische Körperpsychotherapie
- Kräuterwanderungen



### Zeit der Geduld und des Vertrauens

1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25		26		
27	28	29	30			31	

## Jan

**Baum**  
Das größte Lebewesen der Erde, der Baum ist für mich ein wichtiger Lehmeister in Geduld und Vertrauen. Unter einem Baum sitzend spüre ich seine einzigartige Energie, Eichen dunkel, weise und stabil, Buchen mütterlich und lehrend und Birken kichernd, jung und lebendig.

**Besondere Tage**  
6.1. Ende der Rauhnächte und Dreikönigstag: Die heiligen drei Könige beschenken das Jesuskind. Gold um das Königreich zu errichten, Weihrauch um seine spirituelle Meisterschaft zu unterstützen und die bittere Myrrhe um ihn für das Opfer das er erbringen wird vorzubereiten.



### Zeit der Erwartung

1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25		26		
27	28	29					

## Feb

**Schneeglöckchen**  
Brigid, die dreifaltige Lichtgöttin, zeigt sich hier als strahlende Jungfrau in Gestalt des Schneeglöckchens. Die drei Blütenblätter symbolisieren drei verschiedene Lebensphasen von Frauen. Als Göttinnen dargestellt zeigen sie sich als Jungfrau, Mutter und weise alte Frau.

**Besondere Tage**  
2.2. Lichtmess, Imbolc: Imbolc ist ein Feuerfest zu Ehren von Brigid. Es markiert die Mitte der dunklen Jahreszeit zwischen Wintersonnenwende und Frühlings-Tag/Nacht-Gleiche. Zu Lichtmess (christliche Adaption) stellt man Kerzen ins Fenster um das Zunehmen des Lichts zu begrüßen.



### Zeit des Aufbruchs und der Erneuerung

1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25		26		
27	28	29	30			31	

## März

**Gundermann**  
Der Gundermann gehört zu den ersten Kräutern im Frühjahr. Kriechend sucht er seinen Weg. Die jetzt schon grünen Blätter trotzen der noch sehr kalten Jahreszeit. Sein Name verrät, dass er ein Kraut gegen Infektionen ist (Gund bedeutet Eiter). Hildegard von Bingen hat ihn sehr verehrt. Er schmeckt würzig, leicht nach Ziege und ist wunderbar im Salat.

**Besondere Tage**  
21.3. Frühlings-Tag/Nacht-Gleiche, Ostara (Licht des Ostens): Dunkelheit und Licht sind sich ebenbürtig. Der Hase und das rote Ei unterstützen die Kraft des Frühlings.



### Zeit der Reinigung und des Kräfftesammelns

1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25		26		
27	28	29	30				

## April

**Löwenzahn**  
Alle jungen, aus der Erde sprießenden Kräuter wollen jetzt gegessen werden: direkt von der Wiese, im Salat, in der Suppe oder als Tee. Sie sind gute Kraft- und Reinigungspakete. Gründonnerstagsuppe: mit Giersch, Gänseblümchen, Brennnessel, Löwenzahn, Wegerich, Bärlauch und Gundermann. Lecker und wunderbar. Rezept siehe Webseite.

**Besondere Tage**  
25.4. Tag des Baumes  
30.4. Walpurgisnacht, Beltane: Es ist die Hochzeit von Himmel und Erde, ein rauschendes Fest der puren Lebensfreude. Diese Nacht sichert die Fruchtbarkeit der Erde.



### Zeit der Sinne und Lebenslust

1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25		26		
27	28	29	30			31	

## Mai

**Linde**  
Der Baum der Liebe. In ihrem lichten Schatten lässt sich gut plaudern, spielen oder tanzen. Ihren Blütentee als Schwitzkur kennen wir. Wie köstlich junge, direkt vom Baum gepflückte Lindenblätter schmecken wissen die meisten nicht.

**Besondere Tage**  
1.5. Beltane, Maifeier: Stab und Kranz des Maibaums symbolisieren die Vereinigung des weiblichen und männlichen Urprinzips. Der Tanz um den Maibaum drückt durch das Verweben der Bänder die Verbindung von Himmel, Erde und Geistswelt aus. 11.-15.5. Die Eishiligen (eine Wetterkaltfront)



### Zeit um Verborgenes ans Licht zu bringen

1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25		26		
27	28	29	30				

## Juni

**Johanniskraut**  
Johanniskraut ist die pure eingefangene Sonne. Überall wo wir Licht und Wärme finden ist Johanniskraut die Pflanze der Wahl. Innerlich bei depressiven Verstimmungen und äußerlich als Öl bei Nervenentzündungen, Hautproblemen, Narben und Sonnenbrand. Wie Sie das Öl leicht herstellen finden sie auf der Webseite.

**Besondere Tage**  
7.6. Schafskälte  
21.6. Sommersonnenwende Dies ist der längste Tag im Jahr. Die Sonne hat ihren Höchststand erreicht. 24.6. Johannistag An diesem Tag gesammeltes Johanniskraut soll besondere Kraft haben. 27.6. Siebenschläfertag

### Vita

- diplomierte Krankenschwester mit mehrjähriger Berufserfahrung auf einer internistischen Intensivstation
- seit 1999 staatl. geprüfte Heilpraktikerin
- Psychologiestudium
- 2 jährige Ausbildung in integrierter humanistischer Psychotherapie
- 6 jährige Ausbildung in tiefenpsychologischer Körpertherapie
- zertifizierte Energietherapeutin
- Heilkräuterausbildung
- seit 1999 Naturheilpraxis in Hamburg
- seit April 2011 in Berlin
- Mitglied im Verband Deutscher Heilpraktiker e. V.
- geboren 1962 und Mutter von zwei Töchtern



Bilder: gatz-HDW  
Design: Susanne Bartz, www.fotografieren.com

nele niemeyer  
Heilpraktikerin

Praxis: 030 39838157  
Kruppstrasse 13 A  
10559 Berlin

www.hpnn.de  
neleniemeyer@hpnn.de

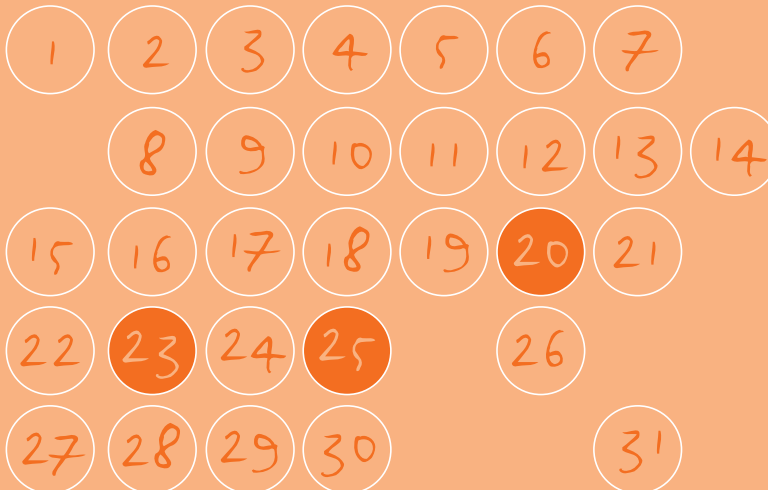
# nele niemeyer

## Heilpraktikerin

- Psychosomatische Energetik
- Pflanzenheilkunde
- Vitalfeldtherapie
- Humanistische Körperpsychotherapie
- Kräuterwanderungen



### Zeit des Wachstums



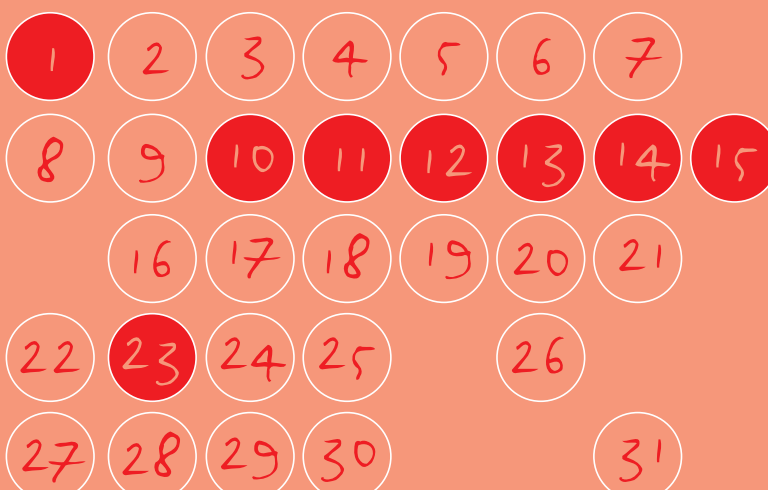
## Juli

**Beifuß**  
Die älteste und bekannteste Schamanenpflanze der Erde ist der Beifuß. Die Germanen nannten ihn Mugwurz (Machtwurz) und der lateinische Name Artemisia leitet sich von der Göttin Artemis ab. Als Tee getrunken regt er alle Ausscheidungsorgane an und wirkt sehr stärkend. Als Rauchkraut wird er heutzutage z.B. in der Moxibustion genutzt. Er bringt uns mit unserer ungezähmten Natur in Kontakt und lässt uns die Rhythmen und Gesetze der Welt erkennen.

**Besondere Tage**  
20.6. Margaretenstag: „Margaretenregen bringt keinen Segen.“  
23.6. Beginn der Hundstage  
25.6. Beginn der Apfelernte



### Zeit der Ernte



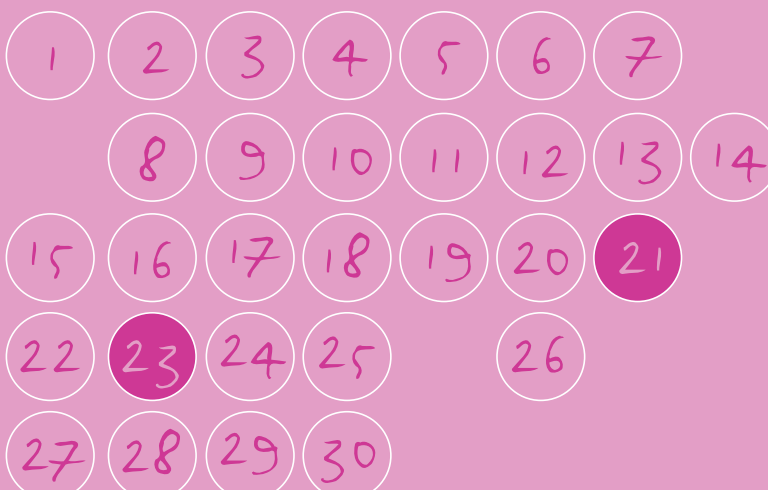
## Aug

**Brennnessel**  
Die Brennnessel ist eine seit Urzeiten bekannte Heilpflanze, die auch heute noch eine ganz große Rolle in der Naturheilkunde spielt. Sie ist blutreinigend, kräftigend und sehr stark entgiftend. Ich liebe sie im Salat, als Tee und in Olivenöl gebraten.

**Besondere Tage**  
1.8. Schnitterfest, Lugnasad: Der erste Kornschnitt  
10.-15.8. Laurentiusstränen: Viele Sternschnuppen sind am Himmel zu sehen.  
15.8. Kräuterweihe: Die über den Sommer gesammelten Kräuter (Kräuterbuschen) werden gesegnet und stehen als Hausapotheke zur Verfügung.  
23.8. Ende der Hundstage



### Zeit des Dankes



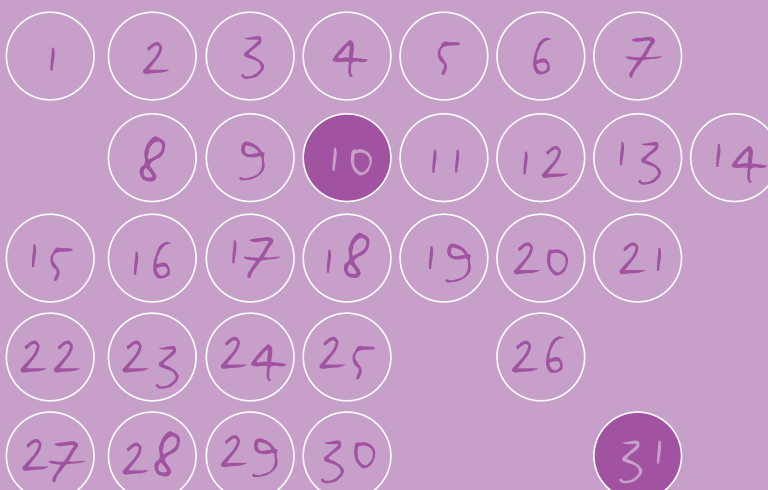
## Sept

**Schafgarbe**  
gehört zu den großen Frauen- und Wundheilkräutern. Ihr lateinischer Name: Achillea millefolium leitet sich von Achilles ab. Sie hat eine ähnlich antibiologische Wirkung wie die Kamille und wird deshalb auch bei Magen- und Darmbeschwerden eingesetzt. „Schafgarb im Leib tut wohl jedem Weib.“

**Besondere Tage**  
21.9. Herbst-Tag/Nacht-Gleiche, Erntedank: Tag und Nacht sind gleich lang. Das bäuerliche Arbeitsjahr geht zu Ende. Als Dank werden die drei letzten Pflanzen auf dem Feld stehen gelassen und mit Blumen und Früchten geschmückt.  
23.9. Beginn des Altweibersommers



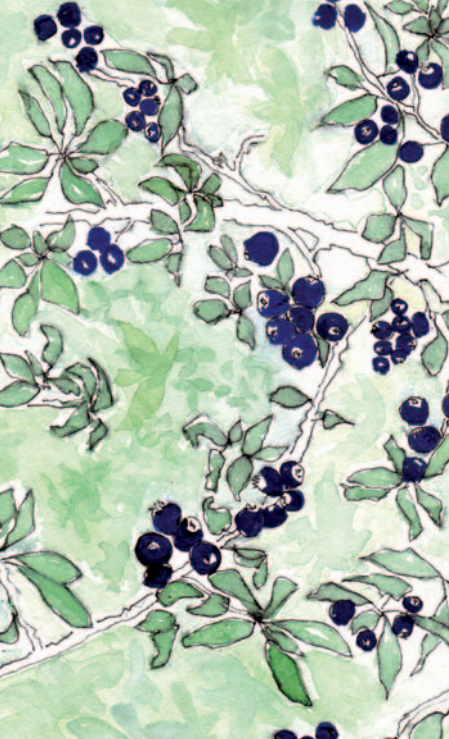
### Zeit des Abschieds und Loslassens



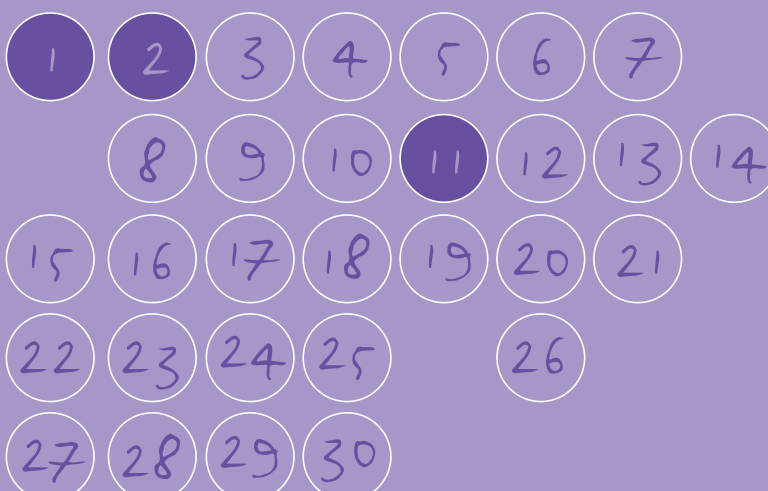
## Okt

**Holunder**  
Der Holunder ist Frau Holle, der Göttin des Todes und des Lebens, geweiht. Sie ist es, die die Toten und die Samen in ihr unterirdisches Reich zieht und später in einen neuen Zyklus, in eine neue Verkörperung entlässt. Unsere Vorfahren verehrten den Holunder sehr. „Rinde, Beere, Blatt und Blüte, jeder Teil ist Kraft und Güte, jeder segensvoll“.

**Besondere Tage**  
10.10. Ende des Altweibersommers  
31.10. Ahnenfest, Samhain: Der Beginn des dunklen Halbjahres. An diesem Tag, so glaubten die Kelten, sei die Grenze zwischen den Welten offen und die Ahnen besuchen ihre Verwandten.



### Zeit des Rückzugs zu den Wurzeln



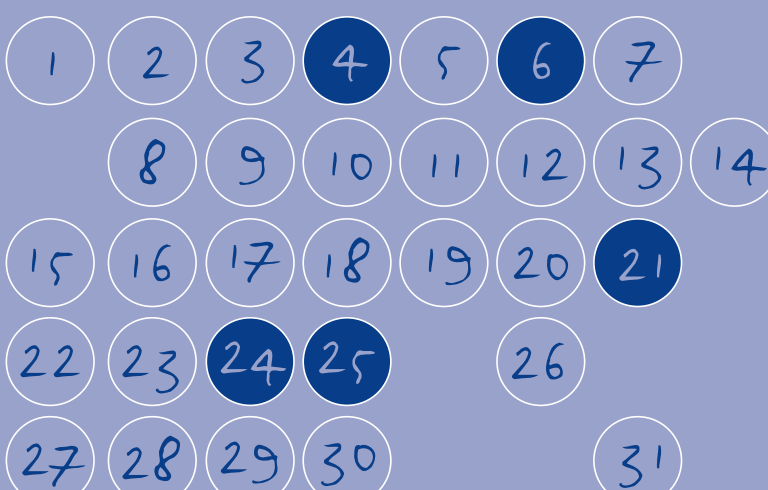
## Nov

**Schlehen**  
Jetzt beginne ich Schlehen für die weltbeste Marmelade zu ernten: Schlehen, Pflaumen, Zucker, Traubensaft und ein Schluck Schlehengeist. Genaues Rezept auf meiner Webseite.

**Besondere Tage**  
1.11. Allerheiligen  
2.11. Allerseelen  
11.11. Martinstag: Bis vor wenigen Jahrzehnten war es Brauch Martini als Zahl- und Abschiedstag für Mägde und Knechte zu feiern. Die Gans – im Keltischen das Symbol für den Schamanenflug – mit Beifuß eingerieben war vielerorts das Abschiedessen des bäuerlichen Arbeitsjahres.



### Zeit des Lichts in der Dunkelheit



## Dez

**Wacholder**  
ist eine der ganz großen Heil- und Ritualpflanzen. Anwendungen siehe Webseite. „Vor dem Holunder zieh den Hut, vor dem Wacholder aber beuge das Knie“.

**Besondere Tage**  
4.12. Barbaratag: Heute einen frisch geschnittenen Obstbaumweihnachten in die Vase stellen. Blüht er bis Weihnachten auf, bring er bis Glück im kommenden Jahr.  
6.12. Nikolaus  
21.12. Wintersonnenwende/ Julfest: längste Nacht des Jahres  
24.12. Heiligabend, Beginn der Rauhnächte: Für die Keltinnen eine magische Zwischenzeit, die Hinweise auf das neue Jahr gibt.  
25.12. Weihnachten

#### • Psychosomatische Energetik

Energieüber in Form von unbewussten psychischen Konflikten werden mit dieser Methode in Größe und Thema ermittelt und mit speziellen homöopathischen Komplexmitteln aufgelöst.

Sie selbst gewinnen im Laufe der Therapie mehr Kraft und Lebenslust.

#### • Pflanzenheilkunde

Die unüberschaubare Fülle in Form und Farbe lassen uns die vielfältigen Wirkungen der Pflanzen nur erahnen. Dabei bezieht sie ihre Kraft aus der besonderen Zusammensetzung ihrer Wirkstoffe. In welcher Form wir sie auch zu uns nehmen, sie geben uns Schutz, Vitalität und helfen gegen viele Leiden und Krankheiten.

#### • Vitalfeldtherapie

Ursache von Erschöpfungszuständen und chronischen Erkrankungen sind oft schädliche Stoffe die unseren Körper neuentwickelten Technologie kann ihr Körper von blockierenden Stoffen wie Wohngiften, Schwermetallen, Medikamenten oder Dampfpilzen entgiftet und stabilisiert werden.

#### • Humanistische Körperpsychotherapie

Durch tiefenpsychologische Gespräche, Tiefenentspannung und Körpertherapien können ihnen alte Erfahrungen und Glaubensmuster bewusst werden und durch liebevolles Anschauen integriert werden.

Sie selbst übernehmen wieder die Regie über ihr Handeln und ihre Gefühle.