

# Inhalt

|                |    |
|----------------|----|
| <b>Vorwort</b> | 6  |
| <b>Jänner</b>  | 9  |
| Kresse         | 10 |
| Vogelmiere     | 14 |
| Buchweizen     | 19 |
| <b>Februar</b> | 23 |
| Schafgarbe     | 24 |
| Mariendistel   | 29 |
| Thymian        | 32 |
| <b>März</b>    | 37 |
| Löwenzahn      | 38 |
| Brennnessel    | 43 |
| Bärlauch       | 46 |
| <b>April</b>   | 51 |
| Birke          | 52 |
| Schachtelhalm  | 57 |
| Melisse        | 60 |
| <b>Mai</b>     | 65 |
| Linde          | 66 |
| Holunder       | 71 |
| Kamille        | 74 |

|                  |     |
|------------------|-----|
| <b>Juni</b>      | 79  |
| Johanniskraut    | 80  |
| Pfefferminze     | 84  |
| Rosmarin         | 89  |
| <b>Juli</b>      | 93  |
| Petersilie       | 94  |
| Arnika           | 99  |
| Ringelblume      | 102 |
| <b>August</b>    | 107 |
| Königskerze      | 108 |
| Frauenmantel     | 113 |
| Beifuß           | 116 |
| <b>September</b> | 121 |
| Eibisch          | 122 |
| Spitzwegerich    | 127 |
| Salbei           | 130 |
| <b>Oktober</b>   | 135 |
| Heckenrose       | 136 |
| Kümmel           | 141 |
| Engelwurz        | 144 |
| <b>November</b>  | 149 |
| Hafer            | 150 |
| Sauerkraut       | 155 |
| Lein             | 158 |
| <b>Dezember</b>  | 163 |
| Baldrian         | 164 |
| Heublumen        | 169 |
| Wacholder        | 172 |