

Wissenswertes	6
Für Notizen	7
Echte Naturbeobachtung	9
Die Poster	10 – 11
auf Expedition	10
Fotowettbewerb	10
Naturzeichnen	11
Kräuterbeutel	11
Deutsche Namen	12
Lateinische Namen	13
Von der Birke bis zur Taubnessel	14 – 117
Für Notizen	118 – 119
Die Jahreszeiten	120 – 123
Frühlingskräuter	121
Sommerliche Produkte	121
Basteln im Herbst	122
Suche im Winter	123
Kräutertee	124 – 125
Kräutertee herstellen	124
Kräutermix	125
Inhaltsstoffe im Überblick	126
Arzneimittel und Schwangerschaft	126
Für Notizen	127
Die Autorin	128