

Wildkräuterseminar

Meine Hausapotheke aus (Wild-)Kräutern

in Zusammenarbeit mit der Kräuterpension am Wald

vom 19. Mai (Start ca. 15:30 Uhr) – 21. Mai (Ende ca. 15 Uhr), in Hanau/Großauheim

Wir tauchen gemeinsam ein in die wunderbare Welt der Wildkräuter und lernen diese zu bestimmen sowie für Heilzwecke – aber auch in der Küche - zu verwenden.

Du erhältst einen Überblick, wie die Kräuter am besten geerntet und verarbeitet werden und welche Kräuter für welche Beschwerden Anwendung finden. Neun Kräuter lernst Du näher kennen.

Workshops zur Herstellung von Oxymel, Tinktur, Lavendelsäckchen, pflanzlichen Antibiotika etc. runden dieses Programm ab. Den geplanten Ablauf findest Du auf den nächsten Seiten.



Umrahmt wird die Kräuterreise von pflanzenbasierten Kochimpulsen unter der Anleitung von meiner Schwester Heidrun Quintino, die zusammen mit meiner Mutter Sigrid Köhler und mir durch die Welt der Kräuter führen wird.

Die Materialien für die Workshops sind bereits alle im Teilnahmebeitrag enthalten. Im Rahmen des Seminars bieten wir Dir Vollpension auf der Grundlage bio-saisonaler, regionaler und rein pflanzenbasierter Kost. Lass dich überraschen, wie vielfältig und lecker dies sein kann.

Du übernachtet direkt am Seminarort in der Kräuterpension am Wald in einem Zweibettzimmer. Tagesgäste sind ebenfalls willkommen.

Hinweis: aus organisatorischen Gründen kann es sein, dass du das Doppelzimmer mit einer Person teilst.

Preisgestaltung:

- a.) Seminar inkl. zwei Übernachtungen im Doppelzimmer (doppelt belegt) inkl. Vollpension (399 €)
- b.) Seminar inkl. zwei Übernachtungen im Einzelzimmer inkl. Vollpension (449 €)
- c.) Seminar inkl. Mittag- und Abendessen, ohne Übernachtung (309 €)

Bist Du dabei? Wir freuen uns auf Dich!

Sigrid, Heidrun und Sonja

Anmeldung bitte über die Kräuterpension am Wald (Link QR-Code).



www.krauterpension-am-wald.de

Seminarablauf*

Meine Hausapotheke aus (Wild-)kräutern

mit Sigrid, Heidrun und Sonja

19. – 21.5.2023

Freitag, der 19.05.2023

15.00 Uhr	Anreise
15.30 Uhr	Begrüßen und Kennenlernen
16.00 Uhr	Einstieg ins Thema
	Wissenswertes über (Wild-)Kräuter
	Richtig sammeln und verarbeiten
17:30 Uhr	Kräuterworkshop: Kastanienseife oder – tinktur
18.00 Uhr	Abendessen
19.00 Uhr	Kräuterworkshop: Lavendelkissen

Samstag, der 20.05.2023

08.00 Uhr (optional)	kleines Frühstück
09.00 Uhr	Kräuterworkshop: Herstellung eines Wildkräutersmoothies mit Kräutern aus dem Garten
09.30 h	Welche Kräuter helfen bei welchen Beschwerden
	9 Kräuterportraits
11.00 Uhr	Brunch
12:00 Uhr	Zeit zum Ausruhen, Baden im Gartenpool, Spaziergehen....
13.30 Uhr	Wildkräuterwanderung „Erste Hilfe am Wegesrand“
16:00 Uhr	Kräuterworkshop: Herstellung einer Tinktur
16:30 Uhr	zum Entspannen zwischendurch: Leberwickel oder Kräuterfußbad
18:00 Uhr	Wildkräuterkochkurs

Sonntag, der 21.05.2023

08:00 Uhr (optional)	kleines Frühstück
09:00 Uhr	Kräuterworkshop: Beinwellöl
10.30 Uhr	Brunch
11.30 Uhr	Kräuterworkshop: Oxymel
13:00 Uhr	Kleine Kräuterwanderung durch den Garten (Möglichkeit Ableger zu erhalten)
14.30 Uhr	Abschlussrunde und Ausklang

***Änderungen vorbehalten**