

Happy Herbs – Kräuterpower für mehr Leichtigkeit & Lebensfreude

13. Juni 2026, 09:00 – 19:00 Uhr, in der Kräuterpension am Wald in Hanau

Wildkräuter sind mehr als nur grün – sie sind vollgepackt mit Nährstoffen, die deine Gesundheit und Vitalität fördern.

Verbringe einen besonderen Tag, an dem du die Vielfalt der Kräuter mit allen Sinnen erleben kannst. Dich erwarten inspirierende Workshops, Kräuterführungen und kleine Rituale, die Herz und Seele berühren. Umrahmt wird die Kräuterreise von pflanzenbasierten Kochimpulsen.

Ob erfahrene Kräuterfreund:in oder neugierige Neuentdecker:in – unser Kräutertag schenkt dir eine wohltuende Auszeit, neue Impulse und lebendiges Wissen rund um die Heilkraft der Pflanzen.

👉 Das detaillierte Programm findest du auf der nächsten Seite.

💚 Dein Beitrag: 135 € (inkl. aller Materialien, Workshops und köstlicher pflanzenbasierter Vollpension aus saisonalen und regionalen Bio-Zutaten).



Melde dich jetzt an und sichere dir deinen Platz – die Kräuter freuen sich schon auf dich! 🌱

Und wir uns auch!

Heidrun und Sonja

Heidrun Quintino

0177 7455109

info@krauterpension-am-wald.de

Sonja Cremer

0176 47974828

sonja.cremer@gmx.net

Programm*

Happy Herbs – Kräuterpower für mehr Leichtigkeit & Lebensfreude

mit Heidrun und Sonja

Ab 09.00 Uhr	Anreise und Begrüßung
09.30 Uhr	Kräuterworkshop: Herstellung eines Gute-Laune-Smoothies mit Wildkräutern aus dem Garten
10.00 Uhr	Einstieg ins Thema: Wie Kräuter deine Stimmung und dein Wohlbefinden unterstützen Praktische Tipps für den Alltag Kräuterportraits von Kräutern für die Seele
11.00 Uhr	Wildkräuterkochkurs
12.30 Uhr	gemeinsames Mittagessen
13.30 Uhr	Zeit zum Entspannen zwischendurch (Ausruhen, Fußbad, Lesen, Spazierengehen, ...)
14.30 Uhr	Wildkräuterführung
15.30 Uhr	Kakaozeremonie: Herzöffnender Kakao für innere Klarheit und sanfte Energie
16.00 Uhr	Kräuterworkshop: Duftsäckchen, Auszugsöl, Badekugeln
17.00 Uhr	Kleines Pflanzenrätzel
17.15 Uhr	Kräuterführung durch den Garten (Möglichkeit Ableger zu erhalten)
18.00 Uhr	Abendessen
19.00 Uhr	Abschlussrunde und Ausklang

*Änderungen vorbehalten