

Kräuter-Erlebnistag: Entdecke die Fülle der Natur

Kräuter entdecken, erleben, genießen und jede Menge Spaß!

in Zusammenarbeit mit der Kräuterpension am Wald in Hanau/Großauheim

20. September, 09:30 – 19:00 Uhr

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

Workshops zur Herstellung von z.B. Tinkturen, Duftsäckchen oder Kräuteroölen runden dieses Programm ab.

Umrahmt wird die Kräuterreise von pflanzenbasierten Kochimpulsen unter der Anleitung meiner Schwester Heidrun, die zusammen mit 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.

Anmeldung und weitere Details findest Du hier: <https://www.kraeuterpension-am-wald.de/> (oder QR-Code scannen).

Wir freuen uns auf Dich!

Heidrun und Sonja



Seminarablauf*

Kräuter-Erlebnistag: Eintauchen in die Fülle der Natur mit Heidrun und Sonja

20.09.2025

Samstag, der 20.09.2025

Ab 09.00 Uhr	Anreise und Begrüßung
09.30 Uhr	Kräuterworkshop: Herstellung eines Wildkräutersmoothies mit Kräutern aus dem Garten
10.00 Uhr	Einstieg ins Thema Wissenswertes über (Wild-)Kräuter Inhaltsstoffe von (Wild-)Kräutern
11.00 Uhr	Wildkräuterkochkurs
12.30 Uhr	gemeinsames Mittagessen
13.30 Uhr	Zeit zum Entspannen zwischendurch (Ausruhen, Fußbad, Lesen, Spaziergehen, ...)
14.30 Uhr	Wildkräuterwanderung
15.30 Uhr	Kaffee / Kuchen
16.00 Uhr	Kräuterworkshop: Kräuterpulver und Tinktur
17.00 Uhr	Kleines Pflanzenrätsel
17.15 Uhr	Kleine Kräuterwanderung durch den Garten (Möglichkeit Ableger zu erhalten)
18.00 Uhr	Abendessen
19.00 Uhr	Abschlussrunde und Ausklang

***Änderungen vorbehalten**