

Wildkräuterwochenende

Genießen und Wohlfühlen im Einklang mit der Natur



- Termin:** **Samstag 02.06.2007 um 11.00 Uhr -
Sonntag 03.06.2007 ca. 14.00 Uhr**
- Seminargebühr:** **110 Euro,
inkl. Übernachtung und Verpflegung**
- Veranstaltungsort:** **Naturfreundehaus am Riedberg,
Darmstadt Eberstadt**

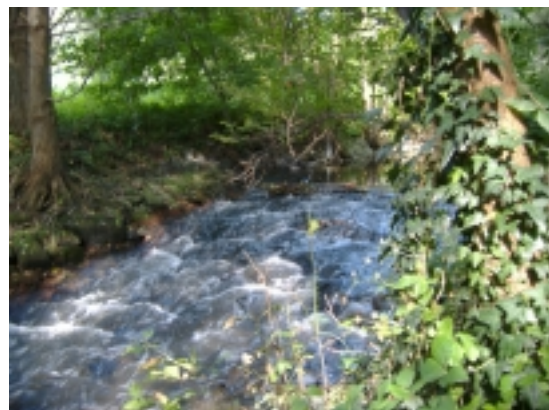
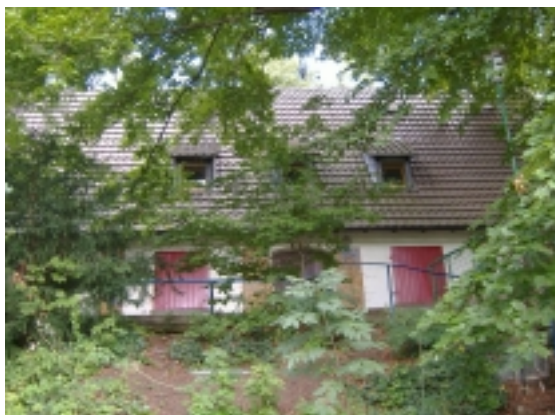
Bei unserem Wildkräuterwochenende mit Erika Krause erfahren Sie viel über Heilwirkungen, Zubereitungen, „wellness-Faktoren“ und mythische Bedeutungen einheimischer Wildkräuter. Gemeinsam verbringen wir 2 Tage in der Natur, spazieren wir durch Wald und Wiesen und sammeln in der Umgebung Wildkräuter, die wir zusammen mit mitgebrachten Kräutern und Essenzen verarbeiten.

Den 1. Tag widmen wir dem Thema **Küchen- und Gewürzkräuter**. Wir verarbeiten Wildpflanzen zu schmackhaften Lebens- und Gewürzmitteln und kochen uns abends gemeinschaftlich ein leckeres und gesundes Mahl, das auf Wildkräutern basiert. Den 2. Tag beschäftigen wir uns mit den **Wohlfühl- und Heilwirkungen** von Kräutern, wir verwenden die Heilpflanzen als Grundlage für Salben und Badezusätze.

Die Beschäftigung mit Wildkräutern bedeutet für uns mit allen Sinnen wahrzunehmen und sich in die Natur einzufühlen. Wir nehmen uns an diesem Wochenende die Zeit, die Natur intensiv zu erleben und, soweit wie möglich, zu innerer Ruhe und Einklang zu finden. Neben den gemeinsamen Spaziergängen und der Verarbeitung der Kräuter bieten wir Entspannungs- und Qi Gong - Übungen für alle Interessierten an.



Das Kräuterwochenende findet im Naturfreundehaus Riedberg statt. Das Haus ist idyllisch am Waldrand an einem Bach gelegen, so dass wir mitten in der Natur sind. Es ist funktional eingerichtet und bietet uns viel Platz zum Kochen und Verarbeiten der Kräuter. Wir schlafen in einfachen Zimmern mit Stockbetten.



Unsere Leistungen:

- Wildkräuterseminar unter Leitung von Erika Krause
- Übernachtung im Naturfreundehaus
- Abendessen und Frühstück in gemeinsamer Zubereitung

- 1  - Naturpunkt