



Kräutermänner

Heilpflanzen

Essbare Wildpflanzen

Waldbaden

Termine 2026

Winter-Waldbaden mit Kräutermänner-Märchen und Wald-Gedichten

**Sonntag, 15. Februar, 14.00 bis 16.00 Uhr,
bei Melsungen.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Ausdruck u. Tee)
Die Stille im Wald genießen und sich von den Märchen und Gedichten verzaubern lassen.

Waldbaden zum Kennenlernen

**Sonntag, 1. März, 10.00 bis 12.00 Uhr,
bei Melsungen.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Lupe)
Wer ist neugierig und lässt sich darauf ein? Waldbaden dient dem nachhaltigen Stressabbau und der Immunstärkung!

Waldbaden mit Augentraining

**Mittwoch, 8. April, 16.00 bis 18.00 Uhr,
bei Melsungen.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 €
Ein wichtiger Bestandteil des Waldbadens ist die Wahrnehmung der Umgebung mit allen Sinnen. Bei dieser Veranstaltung werden wir den Sehsinn in den Mittelpunkt stellen und ihn mit verschiedenen Übungen trainieren. Diese können die Teilnehmer auch in ihren Alltag integrieren, um achtsamer und bewusster mit ihrer Sehfähigkeit umzugehen.

Warum sind essbare Wildpflanzen so gesund?

**Samstag, 18. April, 17.00 bis 19.00 Uhr,
bei Spangenberg.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Skript)
"Unkräuter" und andere heimische Wildpflanzen für leckere Gerichte nutzen und sich damit gesund ernähren!

Warum sind essbare Wildpflanzen so gesund?

**Sonntag, 19. April, 17.00 bis 19.00 Uhr,
bei Felsberg.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Skript)
"Unkräuter" und andere heimische Wildpflanzen für leckere Gerichte nutzen und sich damit gesund ernähren!

Löwenzahn, Giersch & Co.

**Sonntag, 3. Mai, 10.00 bis 12.30 Uhr,
Felsberg-Wolfershausen.**

Kostenbeitrag pro Person: 39 € (incl. Skript und Verkostung)
Diese "Unkräuter" sind nicht schlimm und lästig, sondern wertvoll und vielfältig nutzbar! Heilkundliches und Kulinarisches erklären und zeigen wir auf einer kleinen Wanderung. Wir werden auch gemeinsam Produkte mit diesen Wildpflanzen herstellen und verkosten.

Heilpflanzen

**Sonntag, 3. Mai, 17.00 bis 19.00 Uhr,
bei Felsberg.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Skript)
Wissenswertes über Inhaltsstoffe, Anwendungsmöglichkeiten und Wirkungen.

Löwenzahn, Giersch & Co.

**Freitag, 15. Mai, 17.00 bis 19.30 Uhr,
Felsberg-Wolfershausen.**

Kostenbeitrag pro Person: 39 € (incl. Skript und Verkostung)
Diese "Unkräuter" sind nicht schlimm und lästig, sondern wertvoll und vielfältig nutzbar! Heilkundliches und Kulinarisches erklären und zeigen wir auf einer kleinen Wanderung. Wir werden auch gemeinsam Produkte mit diesen Wildpflanzen herstellen und verkosten.

Warum sind essbare Wildpflanzen so gesund?

**Montag, 18. Mai, 18.00 bis 20.00 Uhr,
bei Spangenberg.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Skript)
"Unkräuter" und andere heimische Wildpflanzen für
leckere Gerichte nutzen und sich damit gesund ernäh-
ren!

Heilpflanzen

**Donnerstag, 28. Mai, 18.00 bis 20.00 Uhr,
bei Felsberg.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Skript)
Wissenswertes über Inhaltsstoffe, Anwendungsmög-
lichkeiten und Wirkungen.

Waldbaden zum Kennenlernen

**Dienstag, 16. Juni, 18.00 bis 20.00 Uhr,
bei Melsungen.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Lupe)
Wer ist neugierig und lässt sich darauf ein? Waldba-
den dient dem nachhaltigen Stressabbau und der Im-
munstärkung!

Heilpflanzen

**Mittwoch, 17. Juni, 18.00 bis 20.00 Uhr,
bei Felsberg.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Skript)
Wissenswertes über Inhaltsstoffe, Anwendungsmög-
lichkeiten und Wirkungen.

Warum sind essbare Wildpflanzen so ge- sund?

**Donnerstag, 18. Juni, 18.00 bis 20.00 Uhr,
bei Spangenberg.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Skript)
"Unkräuter" und andere heimische Wildpflanzen für
leckere Gerichte nutzen und sich damit gesund ernäh-
ren!

Waldbaden Intensiv

**Donnerstag, 16. Juli, 17.00 bis 20.00 Uhr,
bei Spangenberg.**

Kostenbeitrag pro Person: 34 € (incl. Snacks)
Wir tauchen tief ein und nehmen den Wald mit allen
Sinnen wahr. Unter anderem lauschen wir Pflanzen-
klängen, entspannen bei einer Meditation im Liegen,
hören Wald-Gedichte und genießen Wald-Snacks.
Höchstteilnehmerzahl: 6

Waldbaden Intensiv

**Freitag, 28. August, 17.00 bis 20.00 Uhr,
bei Spangenberg.**

Kostenbeitrag pro Person: 34 € (incl. Snacks)
Wir tauchen tief ein und nehmen den Wald mit allen
Sinnen wahr. Unter anderem lauschen wir Pflanzen-
klängen, entspannen bei einer Meditation im Liegen,
hören Wald-Gedichte und genießen Wald-Snacks.
Höchstteilnehmerzahl: 6

Winter-Waldbaden mit Kräutermänner- Märchen und Wald-Gedichten

**Dienstag, 29. Dezember, 14.00 bis 16.00 Uhr,
bei Melsungen.**

Kostenbeitrag pro Person: 26 € (incl. Ausdruck u. Tee)
Die Stille im Wald genießen und sich von den Märchen
und Gedichten verzaubern lassen.

Nähere Infos und weitere Termine unter:

www.kraeutermaenner.de

