

# KRÄUTER und WOHLGEFÜHL

Kooperationspartner: „Touristik-Service am Meer“

15 – 16:30 Uhr Gesundheitshaus Seerose

Jeder Termin ist einzeln buchbar.  
Gäste sind herzlich willkommen!

Freitag, 10. Juli 2026

## Wildkräuter-Spaziergang am See

Verwendungs-Tipps für  
Küche, Gesundheit  
und im eigenen Kräutergarten

Freitag, 14. August 2026

## Stärkung aus der Natur

Aufbaukraft für Immunsystem  
und Nerven  
Arnika, Baldrian, Kamille u.a.

Freitag, 11. September 2026

## Erntezeit für Körper und Seele

Beeren, Blüten, Früchte und Samen  
Hagebutten, Holunder, Vogelmiere



**Kristina Lohrberg**

Ernährungsberaterin GGB  
und Kräuter-Expertin

## Anmelden

04403 6026546 oder  
k.lohrberg@gh-seerose.de



## Kursgebühr p.P.

für jeden Termin à 90 Minuten

Kneipp-Mitglieder 15 Euro

Gäste: 17 Euro

+ Materialkosten  
(Zahlung vor Ort)

## Heil- und Wildkräuter – Natur mit allen Sinnen entdecken

Heil- und Wildkräuter begleiten den Menschen seit Jahrhunderten als Nahrung, Heilmittel und wertvolle Wegbegleiter im Alltag. Bei einem achtsamen Blick in die Natur entdecken wir ihre Vielfalt, ihre besonderen Wirkstoffe und ihre traditionelle Verwendung. Lassen Sie sich inspirieren von altem Kräuterwissen, heimischen Pflanzen und der Kraft der Natur direkt vor unserer Haustür.