

### **Wohltat für Körper, Geist und Seele**

Eine "Kräuterwerkstatt" ist vielseitig. Hier entstehen wohltuende Kräuterteemischungen genauso wie bunte Kräuterbüschel für Haus- und Wohnungstüren oder Kräuterstempel zu Körpermassagen. Für samtige Haut und zarte Hände werden wilde Kräuter zu Salben gerührt, Tinkturen wie in "Großmutter`s Medizinkasterl" werden angesetzt. Zum Entspannen gehört das Basteln mit Naturmaterialien, mit dem Gestalten von "LandArt-Bildern" lernen Sie zusätzlich das Loslassen.

Vorteil: Die Kräuterwerkstatt ist nicht örtlich gebunden, also ein gutes Thema für Gruppenangebote, für Erwachsene und Kinder gleichermaßen interessant. Ich komme in die Schule, zu den Vereinen oder zu Ihnen nach Hause. Eine Kochstelle ist allerdings für die Herstellung verschiedener Artikel nötig.