

Kinder entdecken und lernen die essbaren Wildkräuter 🌿



Wie wäre es mit einem spannenden Wildkräuter-Nachmittag für Ihre Kinder, am Mittwoch 10. Mai 🌿

Gemeinsam entdecken und erkennen wir essbare Wildkräuter, achtsam sammeln wir diese und bereiten von der wilden Natur das Essen zu 🌿 Wir suchen die Wildkräuter beim Bireggwald und auf den Wiesen, kochen sie auf dem Feuer und geniessen zusammen die frischen Speisen zum Zvieri 🌿 Draussen im Wald, an der frischen Luft, am warmen Feuer schmeckt alles gut 🌿 Lass dich überraschen was für feine Leckereien wir auf dem Feuer zubereiten werden. So können sich die Kinder von unserer vielfältigen Pflanzenwelt inspirieren lassen 🌿 Altes Wissen wird wiederentdeckt und mit allen Sinnen erfahren 🌿

Mit Bauen und Spielen im Wald runden wir den Nachmittag ab 🌿

Ich freue mich auf euch, eure Kräuterfee Claudia 🌿

### wichtige Informationen

- Wann: Mittwoch 10. Mai
- Treffpunkt: Biregg-Waldeingang bei den Geissen (Sternmattstrasse 119)
- Zeit: 13:15 bis 17:30
- Kosten pro Kind: CHF 15.00 inkl. Essen
- Mitnehmen: Wettergerechte Kleidung, dein eigenes Getränk
- Geeignet ab 6 Jahre, jüngere Kinder in Begleitung der Eltern
- Kursleitung: Claudia Juma Hotz, über mich: <https://www.swiss-herbs.ch/über-mich/>

### Tagesablauf Wildkräuterreise

- Begrüssung 13:15
- Was erwarten die Kinder?
- Workshop Ablauf erklären
- Gruppen bilden, jede wählt ein Kraut
- Kräuter suchen und sammeln
- Jede Gruppe erzählt über ihr Kraut
- Kräuter verarbeiten
- Wir kochen, backen und braten auf dem Feuer
- Gemeinsamer Gaumenschmaus
- Bauen und Spielen im Wald
- Rückkehr ca 17:30

### Anmeldung

Claudia Juma Hotz 🌿 Hirtenhofring 28, 6005 Luzern 🌿  
079 902 80 89 🌿 bio@swiss-herbs.ch 🌿 www.swiss-herbs.ch 🌿

