



# Wildgenüsse

## Wildkräuter-Genuss-Workshops

Bei einem kleinen Spaziergang lernen wir essbare Wildkräuter der Saison kennen und sammeln diese. Gemeinsam kochen und genießen wir ein 5-gängiges wildes Menü an einem historischen Platz im westlichen Wienerwald. Wir schärfen unsere Sinne, verbinden uns mit der Natur und teilen Erlebnisse im Dialogkreis.

### Einblicke

Mit unserer vierteiligen Workshopreihe (Termine auch einzeln buchbar) möchten wir dich auf ein besonderes Natur- und Genusserebnis einladen. Bei einer kleinen Kräuterwanderung erweiterst du dein Wissen um essbare Wildpflanzen – Kräuter, Blüten, Wurzeln und Bäume – die so unendlich wertvoll für unsere Gesundheit sind und unsere Küche mit ihren wilden Aromen bereichern. Wir holen diese regionalen Energiebündel mit kreativen und schmackhaften Rezepten auf den Teller.

Es geht uns jedoch um mehr als um Kräuterkunde. Für uns zählen Genuss und Freude, Entschleunigung, individuelles Naturerlebnis und gemeinsames Kochen, wertschätzender Austausch im Dialog, Nährendes für Körper, Geist und Seele. Und das alles in einer kleinen Gruppe in entspannter Atmosphäre an einem bezaubernden Ort.

### 4-teilige Workshopreihe | Termine

**Zartes Grün:** Sa, 27.4.2024 | 12:00 bis 19:00

**Bunte Vielfalt:** Sa, 22.6.2024 | 12:00 bis 19:00

**Herbstliche Fülle:** Sa, 21.9.2024 | 12:00 bis 19:00

**Winterzauber:** Sa, 16.11.2024 | 12:00 bis 19:00



### Der Ort im Wienerwald

**Gasthaus der Sinne** | Brand 6 | 3053 Brand-Laaben

### Wildgenüsslich erwartet dich:

- \* Ein erfrischendes Kräuter-Getränk zum gut Ankommen
- \* Saisonale Wildkräuterkunde und Sammeltipps
- \* Gemeinsame Kräuterwanderung mit genügend Zeit, die Natur ganz in Ruhe auf dich wirken zu lassen (*bitte um geeignete Kleidung*)
- \* Reflektieren des Naturerlebens im Dialogkreis\*
- \* Gemeinsames freudvolles Kochen und
- \* Lustvolles Essen im „Gasthaus der Sinne“
- \* Wildkräuter-Skriptum mit Rezepten
- \* Goodie-Bag



Sinnesreise  
Wilde Kulinarik  
Gaumenglück  
Naturerlebnisse  
Dialogerfahrung



# Wildgenüsse

## Wildkräuter-Genuss-Workshops

*\* Dialogkreise folgen einer alten indianischen Tradition. Dialog lebt vom Prinzip der Gleichwertigkeit, der Achtsamkeit und einer Haltung der bewertungsfreien Offenheit. Der Austausch im Dialogkreis ermöglicht eine wohltuende Verlangsamung und Entschleunigung.*

### Fragen, Infos und Anmeldung:

[hallo@waldundwunder.at](mailto:hallo@waldundwunder.at)

Natalie Brezer | Tel. 0699/100 626 03

Verena Bittner-Call | Tel. 0650/710 13 73

### Kosten

Workshop: € 120,- | Workshopreihe: € 420,-

Kräuterkunde | 5-gängiges Menü | Getränke | Jause

Dialogkreis | Skriptum | Rezepte | Goodie-Bag



**Mit Einbezahlung des Workshopbeitrags auf folgendes Konto ist dein Platz fix für dich reserviert:**

Erste Bank | Kontoinhaberin: Natalie Brezer | Verwendungszweck: Wald & Wunder Wildgenüsse  
IBAN: AT142011182877078302 | BIC: GIBAAWWXXX

Deine Anmeldung ist verbindlich, sowohl für uns als auch für dich. Solltest du deine Teilnahme stornieren müssen, fallen bis 10 Tage vor dem Workshop-Termin keine Kosten für dich an. Bei einer Stornierung bis 5 Tag vor dem Workshop, verrechnen wir 50% des Workshopbeitrags. Bei einer späteren Stornierung erfolgt keine Rückerstattung des Workshopbeitrags. Selbstverständlich kann statt dir jedoch eine andere Person am Workshop teilnehmen.

### ***Es freuen sich auf dich***



#### ***Natalie Brezer***

Zert. Kräuterpädagogin & Zert. Erlebnispädagogin, beschäftigt sich intensiv mit Wildpflanzen und ihren unterschiedlichsten Verwendungsmöglichkeiten – in der Küche, der Heilkunde und der Naturkosmetik. Liebt es, draußen zu sein, kreativ zu werken und immer Neues zu entdecken und zu lernen.



#### ***Verena Bittner-Call***

Lebens- und Sozialberaterin (in Ausbildung und Supervision), Ausbildung in Aufstellungsarbeit und Dialogkreisbegleitung. Schätzt den Austausch mit Menschen genauso wie die Ruhe der Natur.

*Bis bald im Wald ... und auf der Wiese.*