

FLINTA*-Selfcare-Workshop mit Wildkräutern

mit Damaris (Insta @fleuri.herbalista)



Am Montag, 27. Oktober 2025



15 – 17 Uhr



Treffpunkt: Hildegarten



Anmeldungen an: hallo@fleuriherbs.com



Teilnahme auf Spendenbasis - Spendenempfehlung 5 - 15 Euro

Mal ehrlich, wer freut sich schon auf einen Montag? Gemeinsam wollen wir uns den sonst unliebsamen Wochenstart schön machen:

Beim FLINTA*-Selfcare-Workshop mit Wildkräutern! Draußen im Garten, zwischen Erde und Grün nehmen wir uns Zeit für Austausch, Empowerment und eine große Portion Selfcare.

Im Workshop wollen wir gemeinsam reflektieren und uns austauschen:



Wie können uns Pflanzen im Umgang mit gesellschaftlichen Traumata und Diskriminierungserfahrungen unterstützen?



Wie kann Selfcare mit Wildkräutern aussehen?

Der Workshop richtet sich an FLINTA-Personen* – also an Frauen, Lesben, inter, nicht-binäre, trans und agender Personen. Wir möchten einen achtsamen Raum öffnen, in dem wir Erfahrungen teilen, uns gegenseitig stärken und gemeinsam Wege der Selbstfürsorge mit Wildkräutern erkunden.

Außerdem bietet der Nachmittag eine gute Gelegenheit, ein bisschen den Saisonabschluss im Garten zu feiern und ihn schon mal in die ruhige Jahreszeit zu verabschieden. Wer mag, kann im Anschluss noch bis 18 Uhr im Garten bleiben und gemeinsam Gärtnern.

Wir freuen uns auf einen gemütlichen Oktobernachmittag zum gemeinsam Kraft tanken 



Der Workshop findet auch bei leichtem Regen statt (wir haben eine überdachte Einhausung). Bringt euch für den kleinen Kräuterspaziergang dann einen Regenschirm oder eine Regenjacke mit.



Hinweise zu Barrieren:

Wir werden auf weitestgehend ebenen Wegen gehen, die aber meist nicht geteert, sondern erdig oder geschottert sind. Es handelt sich um teilweise recht schmale Trampelpfade, die manchmal etwas zugewachsen sind. Vielleicht werden wir kleinere Hügel überqueren, wobei es aber auch alternative Wegemöglichkeiten drum herum geben kann.



Der Workshop findet mittags unter der Woche statt. Uns ist bewusst, dass nicht alle zu dieser Zeit kommen können. Wenn großes Interesse besteht, möchten wir die Veranstaltung im Frühjahr gerne wiederholen. Gebt uns also sehr gern Rückmeldung dazu!