

Brennnessel, Löwenzahn & Co - vitalisierende Kräuter

Unter vitalisierenden Kräutern verstehe ich wild wachsende Pflanzen, die durch ihre komplexen Eigenschaften helfen, zu regenerieren und neue Kräfte zu mobilisieren. Die vitalisierende Wirkung dieser Kräuter beruht auf ihren Fähigkeiten zur Blutreinigung, Entschlackung und Verdauungsregulierung. Die alte Kräutermedizin empfiehlt uns Frühjahrskuren mit diesen Pflanzen, damit wir gesund und erneuert in die helle und aktive Jahreshälfte starten können.

Wann? 05.05.2017, 14.30 – 19.00 Uhr oder
06.05.2017, 10.00 – 14.00 Uhr

Wo? Waldgarten Seeberg (bei Gotha)

Seminarinhalte:

- ∞ Die vitalisierenden Kräuter: Brennnessel, Löwenzahn, Taubnessel, Ehrenpreis, Spitzwegerich, Giersch, Schafgarbe, Gänseblümchen und weitere; ihre Eigenschaften und Heilwirkungen; Hinweise zum Sammeln und Verarbeiten; Verzehrsempfehlungen,
- ∞ Sammeln der Kräuter im Garten und in der freien Natur,
- ∞ Herstellung eines Kräuterfrischsaftes und Anleitung zur Herstellung eines vitalisierenden Mischtees,
- ∞ Gemeinsame Zubereitung eines Imbißes mit Gierschbrötchen und Kräuterkäsecreme.

Energieausgleich inkl. Kursskript, Getränke & Imbiß: 40,-€

Mitzubringen: gartengerechte Kleidung, Gartenhandschuhe,

Informationen und Anmeldung:



Psychologische Beratung ∞ Naturtherapie ∞ Reiki

Ilka Bergner, 036452/72241 www.lichtblicke-ettersberg.de