



LEBEN MIT KRÄUTERN

Andrea Bregar - Kräuterpädagogin
Dipl. Aromapraktikerin mit ärztl. Prüfung

Kräuter erkennen
Kräuter genießen
Kräuter erleben

AM KRÄUTERHÜGEL

Ein Abend im Kräutergarten

„Gesundheit aus dem Garten“

mit Kräutern und ätherischen Ölen

Mithilfe von Kräutern und ätherischen Ölen kann man nicht nur die Heilung verschiedener Beschwerden unterstützen, sondern auch Krankheiten vorbeugen und die Gesundheit mit viel Genuß aufrecht erhalten! Diese Kursreihe soll Ihnen Einblicke in verschiedene Gesundheitsthemen geben.

Sie nehmen Anregungen, Tips, Vorschläge zur Gesunderhaltung Ihres Körpers und der Seele mit nach Hause.

Dauer: 2 Stunden, von 18:00 – 20:00 Uhr (*natürlich können Sie danach noch den Kräutergarten erkunden*)

Kosten: € 20,-- (*inkl. Materialien und Rezepten*)

Ausnahme Teil 7: 18:00 – 21:00 Uhr, € 15,-- (*exkl. Material zur Herstellung Ihrer Geschenke nach Wahl*)

25. Mai 2012 Teil 1	„Gesunde Ernährung u. Verdauung“	Kräuter und äth. Öle für die gesunde Ernährung und Gesunderhaltung des Verdauungstraktes
29. Jun 2012 Teil 2	„Frau und Kind“	Kräuter und äth. Öle rund um das Thema Frau, Schwangerschaft, Kinder sowie Klimakterium
27. Juli 2012 Teil 3	„Haut und Haar“	Kräuter und äth. Öle für Verletzungen, bei Hauterkrankungen, als Insektenschutz
03. Aug 2012 Teil 4	„Bewegungsapparat u. Schmerzen“	Kräuter und äth. Öle bei Muskelverspannungen, Schmerzen, Sehnscheidenentzündung etc.
28. Sep 2012 Teil 5	„Kalte Jahreszeit“	Kräuter und äth. Öle zur Stärkung des Immunsystems und bei Erkältungskrankheiten
12. Okt 2012 Teil 6	„Seelenschmeichler“	Kräuter und äth. Öle zur Unterstützung bei Stress, depressive Verstimmungen, Angst etc.
23. Nov 2012 Teil 7	„Wohlfühl-Weihnachtsgeschenke“	Wir stellen kleine Naturprodukte her wie z.B. Balsam, Lippenpflege, Massageöl, Salzpeeling

Natürlich ist auch die Kräuterwerkstatt im Einsatz und wir werden eine Kleinigkeit zum Wohlfühlen herstellen. (z.B. Salben, Ansatzöle, Tinkturen, Massageöle...)

www.kraeuterhuegel.at