

Gesundes aus der Kräuterküche

Viele wild wachsende „Unkräuter“ schmecken nicht nur gut, sie haben auch große Heilwirkung. Heilpflanzen wirken nicht im allgemeinmedizinischen Sinne zielgerichtet symptom beseitigend. Sie unterstützen vielmehr den gesamten Organismus und Stoffwechsel durch eine große Anzahl von Wirkstoffen, die zusammen mehr sind als ihre Teile.

Daher ist es sinnvoll, nicht erst dann zu pflanzlichen Mitteln zu greifen, wenn sich bereits Krankheitssymptome zeigen, sondern sich auch ohne akute Beschwerden praktisches Wissen zur Kräuterheilkunde anzueignen und nach und nach heraus zu finden, was den eigenen Körper besonders unterstützt und welche Kräuter der Konstitution und den seelischen Bedürfnissen besonders gut tun. Auf einer kleinen Wanderung wollen wir Wurzeln von Löwenzahn und Beinwell ausgraben und Kräuter sammeln, um daraus anschließend in der Kursküche Tinkturen, Salben und Magenbitter herzustellen.

Bitte mitbringen: Geeignete Kleidung, beim Graben kann es schmutzig werden!

Falls vorhanden einen Klappspaten, kleine Gläser und Flaschen, kleine Salbendosen (Apotheke) Plastik- und Stoffbeutel oder einen Korb.

Der Treffpunkt ist am Ortseingangsschild von Eitorf-Lützgenauel, bei Anmeldung erhalten Sie eine Wegbeschreibung. Der Transfer zu MUTABOR muss in Eigeninitiative organisiert werden. Die Kursküche dort finden Sie hinter dem Haus am Kellereingang. Die Umlage zahlen Sie bar vor Ort.

Kursleitung: Heike Gecks

Termine: 29.09.12 (Kursnr: BLGE)

Zeit: 10.00-12.15 Uhr (Wanderung)

Transfer +Pause

13.00-14.30 Uhr (Zubereitung in der Kursküche)

Kosten: 30,-€ plus 3.- Umlage

Onlineanmeldung unter: <http://mutabor-akademie.de/anmeldung.php>

Unsere Teilnehmerzahl ist begrenzt. Bitte melden Sie sich bis spätestens eine Woche im Voraus an.

MUTABOR- Akademie
Asbacherstr.33, 53783 Eitorf
Informationen unter: 02243 847 818 – 15
info@mutabor-akademie.de