

Einladung zum Wildpflanzenworkshop  
im Seminarhaus Paska "Zeitfürmich"  
am 6.4.2019 von 10 bis 15 Uhr  
mit Ines Neubert



Frühjahrsputz für Körper, Geist und Seele  
mit Brennnessel, Löwenzahn und Giersch

Die " Altlasten" des Winters loswerden und fit in den Frühling starten!  
Stoffwechselschlacken belasten unseren Körper, was sich unter anderem in allgemeiner Müdigkeit (Energienmangel), rheumatischen Beschwerden, schlechtem Hautbild und depressiven Verstimmungen äussert. Viele bekannte "Un"-Kräuter, welche unmittelbar vor unserer Haustür wachsen, helfen seit Urzeiten unser Körpersystem zu reinigen, in Schwung zu bringen und richtig "durchzuputzen"!

An diesem Tag lernen die Teilnehmer die wichtigsten Pflanzen kennen sowie deren Anwendungsmöglichkeiten: Zubereitung in der gesunden Naturküche, Smoothies, Tinkturen, Öle, sowie Tipps zum Sammeln und Aufbewahren.

Kosten: 55,- EUR pro Person inkl. Script und Materialkosten

Ablauf:

10-12 Uhr Begrüßung mit anschließendem gemeinsamen Sammeln, Bestimmen und Zubereiten eines Wildkräuter-Imbisses

12-14 Uhr Erläuterungen zur Anwendung und Herstellen eines gemeinsamen Präsentes für Daheim

14.30 Uhr Abschlussgespräch und Erfahrungsaustausch

Ich freue mich auf Sie!

Ihre Ines Neubert (zertifizierte ganzheitliche Ernährungs- und Lebensberaterin)

Anmeldung im Seminarhaus Paska „Zeitfürmich“ unter Telefon: 036483/ 173999  
Patricia Wulff