



### Mit Bärlauch entgiften und entschlacken

Wie unterscheidet sich der Bärlauch von giftigen Kräutern in seiner Nähe und was kann er für unsere Gesundheit tun? Nach einer kleinen Wanderung verkosten wir Bärlauchbutter und stellen selbst eine Bärlauchtinktur her. So lassen sich die unglaublichen heilsamen Vorzüge des Bärlauchs übers ganze Jahr nutzen.

*Fr 17. März 2017, Köngen*

*Führung Beginn: 16 Uhr, Dauer 1,5 – 2 Std., 20€/ Person*

### Wundervolle + starke Heiler des Frühjahrs

Wir wenden uns 2 ganz bekannten Wildkräutern zu, die wahre **Kraftbündel für die Gesundheit** sind. Sie bieten uns einen starken körperlichen und seelischen Schutz, kräftigen den gesamten Stoffwechsel und füllen unsere Speicher mit neuer Energie. Dazu erhalten Sie Rezepte für die Kulinarik, Schönheit und Gesundheit und es gibt etwas zu probieren.

*Di 21. März oder Do 23. März 2017, Köngen*

*Abendvortrag Beginn: 19 Uhr, Dauer: 1,5 Std., 15€/ Person*

### Kraft und Magie der Frühlingskräuter

Das große Erwachen in der Natur findet statt.

Im Frühjahr haben die Wildkräuter die ganz besondere Kraft der Erneuerung, da sie in dieser Zeit ganz besondere, wertvolle Inhaltsstoffe bieten.

*Mi 22. März 2017, Köngen*

*Führung Beginn: 16 Uhr, Dauer: 1,5 Std., 15€/ Person*

### Darm - Wurzel unserer Lebenskraft

An diesem kurzweiligen Tag erfahren sie unter anderem was **Gelenksbeschwerden, Migräne, Rheuma, Krebs, Hauterkrankungen, Depressionen, Fußpilz** und vieles mehr mit dem Darm zu tun haben und wie dieser unser **Gehirn beeinflusst**. Neueste Erkenntnisse aus der Wissenschaft erfahren sie genauso wie **vergessene alte, einfache Hausmittel**, die fast umsonst sind und enorme Heilwirkungen besitzen.

*Sa 25. März 2017, Köngen*

*Tagesworkshop Beginn: 10 Uhr, Dauer: 4,5 Std.(mit Mittagspause), 40€/ Person*

### Grüne Wildkräuter-Smoothies

Stark im Trend und eine ganz neue Art, Wildkräuter zu verarbeiten. Mit diesem Frühlings-Powerdrink, der schnell zubereitet ist und prima sättigt kommen Kraft, Energie und Gesundheit aus der Natur direkt in den Körper.

*Do 30. März 2017, Köngen oder Wendlingen*

*Abendworkshop Beginn: 19 Uhr, Dauer: 1,5 – 2 Std., 20€/ Person*

### Verjüngungsöl

Wir gehen auf die Suche nach bestimmten Wildblüten und bereiten daraus ein regelrechtes Verjüngungsöl zu, denn alle Pflanzen des Frühlings tragen auch die Kraft der Jugend in sich.

*Di 11. April 2017, Köngen oder anderer Ort*

*Führung mit Workshop Beginn: 16 Uhr, Dauer: 1,5 Std., 15€/ Person*





### **Ach du grüne Neune - traditionelle Gründonnerstagsuppe**

Wir machen uns auf die Suche nach 9 heilkräftigen Wildkräutern, die in die Gründonnerstagsuppe gehören und traditionell früher in der Karwoche bzw. an Gründonnerstag gegessen wurde. Eine fertige Suppe zum Probieren und das Rezept dazu erhalten Sie.

*Mi 12. April 2017, Köngen*

*Führung Beginn: 16 Uhr, Dauer: 1,5 Std., 15€ / Person*

### **Wildkräuterführung**

Das große Erwachen in der Natur findet statt. Sträucher treiben aus, sanftes Grün macht alles lebendig. Grün ist voller Hoffnung. Lebendigkeit, Freude und Kraft heilen.

*Sa 29. April 2017, Köngen oder anderer Ort*

*Führung Beginn: 14 Uhr, Dauer: 1,5Std., 15€ / Person*

### **Entgiftungskonzepte mit Heilkräutern**

Viele Pflanzen haben die Eigenschaft Giftstoffe zu binden, Organe zu stärken und die Ausscheidung von Giftstoffen anzuregen. Stoffwechselaktivierende Wirkungen machen diese Heilkräuter zu einzigartigen Mitteln. Man kann damit versuchen, die heute üblichen teils sehr schweren Krankheiten zu verbessern oder ihnen vorzubeugen.

An diesem Tag bekommen Sie noch viele Gesundheitstipps und erfahren woran Sie erkennen, dass Sie entgiften sollten.

*Sa 6. Mai 2017, Köngen*

*Tagesworkshop Beginn: 10 Uhr, Dauer: 4,5 Std.(mit Mittagspause), 40€ Person*

### **Straffendes Körperöl und Peelingsalz**

Gerade im Frühjahr sind Körperpeelings eine tolle Möglichkeit die Haut von abgestorbenen Hautschuppen zu befreien. Wir werden ein Celluliteöl, Peelingsalz und ein Wundöl herstellen.

*Mi 10. Mai 2017, Köngen oder anderer Ort*

*Abendworkshop Beginn: 19 Uhr, Dauer: 1,5 Std., 15€/ Person*

### **Heilmittel und Gewürze der Hildegard von Bingen**

Wir lernen die wichtigsten Heilmittel der Hildegard von Bingen kennen, die wir gleichzeitig als Arznei gegen vielerlei Alltagsbeschwerden sowie als Gewürze für den täglichen Hausgebrauch nutzen können.

*Di 23.Mai 2017, Köngen*

*Vortrag Beginn: 19 Uhr, Dauer: 1,5 Std., 15€ / Person*

**Bitte beachten Sie, für jeden Kurs gilt:**

*der genaue Treffpunkt wird nach Anmeldung und kurz vor Beginn bekannt gegeben.*

*Individuell geplante Events sind jederzeit auch an anderen Orten möglich.*

**Anmeldungen** bitte schriftlich per E-Mail oder über meine Website: <http://www.kräutersanne.de/kontakt.html>

### **Vorschau Sommer 2017**

Wildkräuterführung Kraft der Sommerkräuter

Heilpflanzen für Frauen

Heilige und heilkräftige Pflanzen rund um die Sonnenwende

Heilkraft der Rose

Pflanzliche Antibiotika – immunstärkende Sommerkräuter

Wildkräuter für Hunde und Hundebesitzer

