

# Heil- und Wildkräuter im Garten und in der Natur

**Freitag, 10. März 2023, 16.00 bis ca. 18.00 Uhr**

**Gesund und fit durch den Herbst und Winter!**

Die ersten Wildkräuter zeigen sich, wie Bärlauch, Scharbockskraut, Ehrenpreis u.v.m. **Welche Wildkräuter und Pflanzen können jetzt verwendet werden für die Stärkung unserer Immunabwehr, für die Ausleitung von Schwermetallen, Medikamenten und Zusatzstoffen?**

**Wie können diese wichtigen Helfer für unsere Gesundheit verwendet werden?**

Wir bereiten einen kraftvollen Grüntrank zu, der mit seinem hohen Gehalt an Chlorophyll und vielen anderen Inhaltsstoffen Vitaminen und Mineralstoffen uns eine günstige und einfache Möglichkeit bietet, selbst etwas für unsere Immunabwehr zu tun. Auch geeignete Geräte werden dazu vorgestellt.

**Was tut in dieser Jahreszeit und in der aktuellen Situation unseren Kindern besonders gut?**

**Kräuterführung** mit Tipps zum Sammeln, zur Verwendung als Tee's, als Grüntrank und Smoothies.

**Treffpunkt:** bei uns im Garten in der  
Lindenstraße 7, Steinhausen a.d. Rottum

mit: **Irmgard Bentele**, Heilpraktikerin

**Gebühr: € 10,-**

**Bitte melden Sie sich an unter Tel. 07352 939175**

Bitte achten Sie darauf, dass Sie als Teilnehmer/in gesund sind. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.