

Aus Frühlingskräutern Produkte herstellen

Kräuter-Workshop in Jonen am 9. April

Heilpflanzen werden seit Urzeiten zu Kräuterprodukten verarbeitet, die die Gesundheit erhalten und wiederherstellen sowie die Schönheit von innen und aussen fördern. «Die Natur ist die beste Apotheke» so sagte bereits Sebastian Kneipp. In der Hexenküche «Al-Chemilla» wird aus dem Erfahrungsschatz der alten Kräuterkundigen geschöpft und spielerisch lustvoll Neues entdeckt und erarbeitet. Die Kräuterkurse finden viermal im Jahr statt und nehmen sich die jeweiligen Jahreszeiten zum Thema.

Im Theorieteil der einzelnen Kurse lernen die Teilnehmer verschiedene Kräuter, deren Wirkungen und Anwendungsmöglichkeiten kennen. Im praktischen Teil wird das erworbene Wissen bei der Herstellung verschiedener Kräuterprodukte unter fachkundiger Anleitung angewendet.

Heimische Pflanzen neu entdecken und alltagstauglich duftende und nützliche Kräuterprodukte für Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden herstellen, ist das Thema des Kräuter-Workshops vom 9. April. Die Teilnehmenden lernen bekannte und weniger bekannte Vertreter zweier

Pflanzenfamilien kennen, wie z.B. Pestwurz, Huflattich, Wiesen-Pippau, Bocksbart, Mauerlattich, Löwenzahn, Knoblauchhederich, Wiesenschaumkraut, Hirtentäschel. Auf einem kurzen Streifzug durch die Natur treffen sie die wilden Kräuter aus der nächsten Umgebung und stellen daraus Frühlingscremes, Duschgel und Haarschampoo her. In der Seminargebühr von 160 Franken sind Materialkosten für die selbsthergestellten Kräuterprodukte sowie ein Skript mit Erläuterungen und den Rezepten enthalten.

Die Kursleiterinnen Ernestine Astecker (Homöopathin und Apothekerin) und Birgit Krug (Eneoluma Coaching und Human Energetik) sind begeisterte Pflanzenfrauen. Sie geben gern ihr Wissen und ihre Erfahrung mit Heilkräutern weiter und freuen sich auf interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer. (pd.)

Kräuter-Workshop am 9. April von 10 bis 17 Uhr im Kreativ- und Gesundheitshaus zum Löwen, Obschlagenstrasse 2, 8916 Jonen. Anmelden: kontakt@eastecker.ch oder Tel. 043 322 86 70. Weitere Infos unter www.al-chemilla.ch oder www.eastecker.ch.



Ernestine Astecker und Birgit Krug laden wieder in ihre Hexenküche. (Bild zvg.)

Altolter Anzeiger 30.3.2016