

Unkraut für meine Gesundheit?

Wildkräuter, Pflanzen und Gedanken fürs Immunsystem



© Elisabeth Hummel

Woran erkenne ich Wildkräuter? Wie schmecken sie? Wofür kann ich sie verwenden? Wie kann ich meinen Körper und mein Immunsystem durch Wildkräuter und Pflanzen stärken? Welche Gedanken kann ich denken, die gut für mein Immunsystem sind? Viele Fachinputs wurden beim Kurs am 19. und 20. Jänner 2024 von der Referentin Sonja Appel gegeben und die auf die Verwendung der Wildkräuter für die Gesundheit und in der Küche hingewiesen. Gestärkt mit einer Wildkräuterjause und mit einem Kräutergetränk kreierte die Teilnehmerinnen ihr persönliches Kräuterelexier.

Ein toller Kurs!

Gesundheit bedeutet Leben!

Die Bäuerinnen im Gebiet Dobersberg!