

Jahresprogramm 2020 Praxis der Natur

In Schönenbach - Alpe Hänslar

Entschlackung- und Entgiftungstag

Die Heilpflanzen, Leberwickel, Entschlackungstee, Fußbäder und Strömen helfen uns an diesem Tag unseren Körper von Schlacken zu befreien. Dabei gibt es eine Einführung in die Welt der Fußreflexzonenmassage mit Ines Wahl, Physiotherapeutin und Lehrberechtigte Heilmasseurin.

Termin: Donnerstag 23. April 2020 9.00-ca 17.00 Uhr

Energieausgleich: 70€ inkl. Mittagessen und Jause und Skript

Komm in deine Kraft

Aktuelle Frühlingskräuter- und rund um Birke und Brennnessel. Welche Geheimnisse verbergen sich in den Frühlingspflanzen und in Birke und Brennnessel? Bei einem kleinen Spaziergang sprechen wir über ihre Verwendung in Tees und in der Zubereitung in der Küche. Anschließend werden wir was leckeres aus Frühlingskräutern zubereiten um es gemeinsam zu genießen.

Termin: Mittwoch 13. Mai 2020 13.30-ca 16.00 Uhr

Energieausgleich: 25€ inkl. Skript und Jause

Brotbacken mit Gudrun

Gudrun Kaufmann zeigt uns wie einfach es geht selbst Brot zu backen. Dabei wird sie verschiedene Brote mit Kräutern uvm. backen. An Ort und Stelle kann es mit einem leckeren Kräuteraufstrich gekostet werden-der Rest ist zum mitnehmen.

Termin: Donnerstag 28. Mai 2020 13.30-ca 16.30 Uhr

Energieausgleich: 25€ inkl. Skript und Jause

Oxymel-Medizin aus Honig und Essig

Oxymel ist ein medizinischer Sirup aus Honig und Essig. Seit 2500 Jahren in der Weltmedizin als eigene Arzneiform verankert, ist Oxymel eines der wichtigsten und interessantesten Medikamenten der Geschichte (Gabriela Nedoma). Mit Zugabe von Kräutern und Gewürzen machen wir leckere Kräutersirupe ohne Zucker.

Termin: Freitag 5. Juni 2020 13.30-ca 16.30 Uhr

Energieausgleich: 27€ inkl. Skript und Jause

Einführung in die Grüne Kosmetik

Annegret Ischep, Zertifiziert in Grüner Kosmetik, wird mit uns verschiedenes auf Basis von Nahrungsmitteln, Heilpflanzen und biologischen Naturprodukten herstellen. Es werden einfache Sachen gemacht, damit jeder es Zuhause auch machen kann.

Termin: Freitag 19. Juni 2020 13.30-ca 17.00 Uhr

Energieausgleich: 20€ inkl. Jause und Skript zuzüglich Materialkosten

Kräuterpulver-Bitterpflanzen für die Leber und Galle

Bei einem Spaziergang in der wilden Natur und meinem Bergkräutergarten lernt ihr Bitterpflanzen kennen. Anschließend stellen wir ein Kräuterpulver her dass für Tee`s , Müslis, usw verwendet werden kann.

Termin: Freitag 10.Juli 2020 13.30-ca.16.30 Uhr

Energieausgleich: 25€ inkl. Skript und Jause

Entschlackung- und Entgiftungstag

Mit Heilpflanzen und Strömen. Leberwickel, Entschlackungstee, Fußbäder und Strömen helfen uns an diesem Tag unseren Körper von Schlacken zu befreien. Durch richtiges Atmen unterstützen wir unser Gehirn, mehr Sauerstoff aufzunehmen und negatives Denken zu reduzieren.

Termin: Freitag 7. August 2020 9.00-ca 17.00 Uhr

Energieausgleich: 70€ inkl. Mittagessen und Jause

Die Kraft der heilsamen Wurzel

Bevor der Winter kommt und die Pflanzenwelt ihre wohlverdiente Ruhepause bekommt, gehen wir noch einmal hinaus und graben nach den unterirdischen Pflanzenteilen. Danach machen wir eine feine Wurzelsalbe und eine Wurzeltinktur von der jeder eine mit nach Hause nehmen kann.

Termin: Freitag 18. September 13.30-ca 16.30 Uhr

Energieausgleich : 27€ inkl. Skript und Jause

Die alte Kunst des Räucherns

Mit einheimischen Kräutern und Harzen. Der Glaube und die Tradition der alten und neuen Kulturen bedeutet „ sich erinnern“, „ um Schutz und Segen bitten“, „ besonderes Dufterlebnis“ und „Begleitung in vielen Lebensphasen“. Wie man die ausgewählten Kräuter fachgerecht sammelt und trocknet, und welche Bedeutung dem Räuchern heute noch gegeben wird, erfahren sie bei einem Wildkräuterpunsch am Hänsler. Sie lernen „Waldweihrauch“ kennen , aktivieren das limbische System und lernen das Räuchern mit einfachen Hilfsmitteln für zu Hause kennen.

Termin: Donnerstag. 1 Oktober 2020 13.30 Uhr-ca. 16.30 Uhr

Wertschätzungsbeitrag: 30€ incl. Räuchermischung

Alle Kurse finden in Schönenbach auf der Alpe Hänsler statt.

Anmeldungen nehme ich gerne entgegen unter:

Dünser Marlies Tel. 0664 9282279 oder m.duenser@wood-gd.com