

Schätze des Herbstes

Die Natur hilft – besser leben mit dem Kräuter-Wildfrüchte-Seminar

Samstag, 05.10.2019 von 10:00-13:00 Uhr



Die Natur schüttet jetzt noch einmal ihr Füllhorn aus. Holunder, Schlehe, Vogelbeere und Hagebutte sind nur einige der Früchte, aus denen sich leckerste Marmeladen, Gelees oder auch Tees und Liköre zubereiten lassen. Mal sehen, welche Früchte und Beeren in diesem Jahr auf uns warten. Inzwischen ist auch dank technisch hoch entwickelter Analytik bekannt, worauf die Wirksamkeit der Wildfrüchte und -kräuter beruht. Die Reihe der wirksamen Inhaltsstoffe wird von wissenschaftlichen Untersuchungen immer wieder beeindruckend dargelegt, z.B. welche Schätze und Heilwirkungen Mutter Natur für uns bereithält.

Die **Hüttenberger Kräuterfrau Barbara Skarupke** führt die Seminar-Teilnehmer in das Wissen der Wildfrüchte ein. Gesundheit – des Menschen höchstes Gut. Warum, so fragen sich gesundheitsorientierte Menschen, werden erst beim Ausbruch einer Krankheit heilende Maßnahmen ergriffen, wenn Wildfrüchte und Heilpflanzen im Vorfeld schon vorbeugend eingesetzt werden können?

Diesmal werden wir Interessantes herstellen: einen köstlichen Nuß-Sirup, einen Beifuß-Aperitif für gute Verdauung, Hopfenmilch zum ein- und Durchschlafen und noch einige andere Spezialitäten. Die Zutaten sammeln wir in der Natur. Wir bilden Fahrgemeinschaften zu den Sammelplätzen oder direkt nach Rechtenbach. Fragen beantwortet Frau Skarupke jederzeit gerne während ihres Seminars. Viele kleine Tipps und Kniffe, sowie ein Handout runden diesen Kurs ab.

Seminar-Leitung:

Barbara Skarupke,

Ort: Seminarraum und Lehrküche von, Barbara Skarupke, Rechtenbach (wir bilden Fahrgemeinschaften)

Bitte mitbringen:
Sammelkörbchen, Messer,
Vorratsbehälter, Twist-off-Gläser.

Die Seminar-Gebühr beträgt für Gäste/Mitglieder 32,-/25,- € zzgl. Lebensmittelkosten ca. 6,- €.

Anmeldung:

besser leben e.V.

Siegrid Bourdin, Rittershausstr. 5, 61231 Bad Nauheim, Tel.: 06032-804572.

Anmeldung per Überweisung der Gebühr auf das **Vereinskonto** besser leben eV.,
Konto: IBAN DE64 5185 0079 0027 1466 00, Sparkasse Oberhessen, Stichwort „Wildfrüchte“, Name, Telefon-Nr.
Anmeldung per Mail über die Internet-Seite: www.besser-leben-eV.de

