

Tagesseminar 9. Juli 10 Uhr 30 – 17 Uhr 30 Tifu/Volkspark

„Go wild – Power durch Wildkräuter!“

Seminarleitung: Buchautorin („Löwenzahn“, „Brennnessel“ „Warum bio?“)

Barbara Simonsohn (www.Barbara-Simonsohn.de)

Assistenz: Cornelia Simonsohn

Programm

- Warum Wildkräuter? Kl. Vortrag (Vitalstoffdefizite selbst in Bio-Gemüse)
- Kräuter sammeln (u.a. Johanniskrautblüten, Beifuß, Brennnesseln, Löwenzahnwurzeln)
- Beinwell, das heilige Kraut der Germanen: Räucherwerk herstellen
- Brennnesselsamen-Pesto herstellen (Phytoöstrogene gleichen den Hormonspiegel aus)
- Löwenzahnwurzel-Kaffee herstellen (die Bitterstoffe killen sogar Krebszellen)
- Wildkräuter-Salat, Wildkräuterbutter

Mittagessen überm Feuer zubereiten mit Demeter-Kartoffeln (Bauck-Hof)

Kleines Kulturprogramm:

- Meditation der 4 Himmelsrichtungen
- 1 Sommergedicht
- 4 Sommerlieder
- 3 Europäische Kreistänze („Kos“ Begrüßungstanz aus Griechenland, „Nigun Atik“ Segnungstanz aus Israel, „Pachelbel“ Meditationstanz)
- 1 Mutter-Erde-Meditation

.....
Teilnahmebeitrag inkl. Sesamöl, Pflanzenbutter, Feuerholz, Kartoffeln usw.: 90 Euro (ermäßigt 75)

Die Anmeldung wird verbindlich mit der Überweisung des Betrages auf mein Konto bei der Hypovereinsbank
IBAN DE47 2003 0000 0002 2095 18

maximale Teilnehmerzahl: 12

Anmeldung: Name

_____ Mailadresse _____

Adresse _____ Tel.: _____

(an B. Simonsohn, Holbeinstr. 26, 22607 HH, info@barbara-simonsohn.de Tel. 895338) Bitte Körbchen zum Kräutersammeln mitbringen und festes Schuhwerk