



Praxis für Psychotherapie und mehr

Beate Peetz-Fuhse

Gesundheits-Coach

E-Mail: Beratung-Fuhse@t-online.de

Homepage: www.Beratung-Fuhse.de

Dr. rer. nat. Jürgen Fuhse

Heilpraktiker (Psychotherapie)

Tel.: 02972/ 96 11 50



Kräuter Dreierlei



Ein Kräuter-Workshop mit drei Schwerpunkten:

1. die sekundären Pflanzeninhaltsstoffe

Jeder spricht davon, sie sollen super gesund sein – doch: Was ist das überhaupt? Wir besprechen einige wichtige Pflanzeninhaltsstoffe wie die Bitterstoffe, Gerbstoffe, Saponine usw. hinsichtlich ihrer Definition, ihrer Eigenschaften und ihrer Wirkungsweise und in welchen Kräutern sie vorkommen.

2. das Herstellen eines Ölauszuges und einer Tinktur u.a. als Salbenbasis

Wir stellen gemeinsam einen Ölauszug her, als Grundlage für Salben oder auch als Massageöl. Weiter bereiten wir eine Tinktur zu, die uns ebenfalls als Grundlage für weitere Produkte dient.

3. Vorstellen einiger Kräuter hinsichtlich ihrer Wirkungsweise

In Zeitschriften, Büchern und der Tagespresse usw. werden alljährlich bzw. zum Teil auch ganzjährig die sprichwörtlichen „Heilkräuter“ für die unterschiedlichsten Symptome zur Selbstmedikation empfohlen. Zum Beispiel zur Anwendung bei Erkältungen, Magen-Darm-Problemen, Wechseljahrebeschwerden, Schlafprobleme u.ä. Wir besprechen einige wichtige heimische Kräuter bezüglich ihrer Wirkungsweise, die wir entsprechend nutzen können, basierend auf der traditionellen Volksheilkunde.

Der Workshop beinhaltet umfangreiche Seminarunterlagen inkl. Kräuter-Rezepte, Materialkosten für den Ölauszug und die Tinktur sowie für einen kleinen Mittag-Imbiss und Getränke.

Termine:

18.08.2018

10.00 – 17.00 Uhr

Preis:

80,00 Euro

max. 6

TeilnehmerInnen

Anmeldeschluss:

10.08.2018

Telef.: 02972 /

961150 oder

über das

Kontaktformular auf

www.beraetung-fuhse.de

Seminarort:

**Obringhausen 1a,
57392**

**Schmallenberg-
Obringhausen**



Praxis für Psychotherapie und mehr

Beate Peetz-Fuhse

Gesundheits-Coach

E-Mail: Beratung-Fuhse@t-online.de

Homepage: www.Beratung-Fuhse.de

Dr. rer. nat. Jürgen Fuhse

Heilpraktiker (Psychotherapie)

Tel.: 02972/ 96 11 50



Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

Ich freue mich auf Sie / auf euch und ein spannendes Seminar!

Ich freue mich auf Sie.

Ihre

Beate Peetz-Fuhse

Gesundheits-Coach

Wildkräuter- und Heilpflanzenpädagogin