



## Praxis für Psychotherapie und mehr

Beate Peetz-Fuhse

Gesundheits-Coach

E-Mail: [Beratung-Fuhse@t-online.de](mailto:Beratung-Fuhse@t-online.de)

Homepage: [www.Beratung-Fuhse.de](http://www.Beratung-Fuhse.de)

Dr. rer. nat. Jürgen Fuhse

Heilpraktiker (Psychotherapie)

Tel.: 02972/ 96 11 50



## Kräuterwissen – kompakt



Giersch, Vogelmiere, Brennnessel, Thymian (Quendel), Salbei, Schafgarbe, Brombeere, Frauenmantel und Co.: unsere Wildkräuter sind wahre Kraftpakete der Natur. Mit ihren sekundären Pflanzenwirkstoffen strotzen sie vor Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen. Besonders im Frühjahr sind die Wildkräuter noch sehr fein und zart in ihrem Geschmack, jedoch stark in ihrer Wirkung.

Nach den Lehren des bekannten Arztes und Naturphilosophen Paracelsus (1493-1541) wachsen „die Heilmittel, die wir brauchen, vor der eigenen Haustür“. Gleiches sagt uns auch Anastasia, dass alles Kraut, was wir für unsere Gesundheit benötigen, bereits um uns herum ist. Wir brauchen uns nur umschaun und uns bedienen; aus dem Kräutergarten der Natur, vor unserer Haustür.

Mit den Wildkräutern können wir uns und unserem Körper viel Gutes tun, u. a. durch eine vollwertige Ernährung in Form von Smoothies, Suppen und Kräuterdips, eingearbeitet in Kosmetik als Massageöl oder Creme.

Den Gesundheitswert der heimischen Kräuter in jeglicher Form für uns nutzbar und anwendbar zu machen, ist Grundlage dieser Fachfortbildung, ebenso das Erkennen, Sammeln und Trocknen der heimischen Wildkräuter.

### Termin:

Sa: 10:00 bis 17:00 Uhr

So: 10:00 bis 16:00 Uhr

Sa 17.09.2022

So 18.09.2022

### Honorar:

190,- Euro

Max.6 TeilnehmerInnen

### Hier geht es zur Anmeldung:

Tel.: 02974 / 96 82 812

oder

[Kontaktformular](#)

### Seminarort:

Praxis für

Psychotherapie und  
mehr

Am Wiesentor 19

57392 Bad Fredeburg

Sie lernen die einzelnen sekundären Pflanzenwirkstoffe kennen:

- Was sind zum Beispiel Gerbstoffe, Bitterstoffe, ätherische Öle, Anthocyane?
- Wie ist ihre Wirkung: entzündungshemmend, schweißtreibend, menstruationsfördernd, appetitanregend?
- Was gibt es zu beachten, welche Kontraindikationen gibt es?
- Wie sehen ihre giftigen Verwandten aus (Bärlauch – Herbstzeitlose)?

Ebenfalls lernen Sie einige Naturheilverfahren kennen, die sich auf die mannigfaltige Wirkung der heimischen Wild- und Heilkräuter in Form von Tees, Globuli und Tinkturen ausgerichtet haben: Aromatherapie, Homöopathie, Bachblütentherapie, Gemmotherapie und natürlich unsere Phytotherapie nach der TEM.

Nach diesem Wochenende können Sie Kräuteröle für die Küche herstellen, ebenso Tinkturen, Cremes und Massageöle für die eigene Hausapotheke und den eigenen Wohlfühlbereich.

Abschließen werden wir die Fachfortbildung mit einer gemeinsamen Kräuterwanderung.

Sie erhalten umfangreiche Seminarunterlagen, Getränke (Kaffee, Tee, Wasser) werden von uns bereitgestellt, zum Abschluss erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Lassen Sie uns gemeinsam in die Wunder der Natur eintauchen!

