



### Geme lade ich dich ein auf eine Kräuterreise mit mir

Wir erkunden saisonale Wildkräuter die in unserer Gegend beim Biogggwald Luzern oder im Bramboden, Entlebuch wachsen ☘. Wir lernen deren Wirkung auf unseren Körper und verschiedene Anwendungsarten in der Küche und Körperpflege. Zusammen kochen wir die gesammelten Kräuter zu einer Vorspeise und degustieren unsere feinen Wildkräuter Zubereitungen. Gerne dürft ihr auch Wünsche anbringen ☘

### Termine beim Biogggwald oder Altmend Biosphäre ☘

Samstag 2. April	Samstag 2. Juli
Samstag 7. Mai	Samstag 3. Sept.
Samstag 21. Mai	Samstag 17. Sept.
Samstag 4. Juni	Samstag 22. Okt.
Samstag 18. Juni	Samstag 29. Okt.

☘ Zeit: 9:00 bis ca 12:00 ☘ CHF 45.-

Treffpunkt am Waldrand ☘ Hinterhofring 26/28, 6005 Luzern ☘

### Termine beim Bramboden Entlebuch Biosphäre ☘

Dienstag 24. Mai	Samstag 11. Juni
Donnerstag 26. Mai	Samstag 25. Juni

Zeit: 13:00 bis ca 17:30 ☘ Zeit: 9:30 bis ca 14:00 ☘ CHF 75.-

Treffpunkt im Hotel Weitsicht, Bramboden 6, 6167 Bramboden ☘

Weitere Termine auf der Website [www.swiss-herbs.ch](http://www.swiss-herbs.ch)

Individuelle Termine ab 4 Teilnehmer möglich ☘

Ich freue mich auf die Kräuterinspiration mit euch. Lasst uns alles Wissen wieder erwecken und die Kraft der Natur für Körper Geist und Seele wirken ☘

### Anmeldung unter ☘

Claude Juma Holz ☘ Hinterhofring 28, 6005 Luzern ☘

Phone 079 902 80 89 ☘ [bio@swiss-herbs.ch](mailto:bio@swiss-herbs.ch) ☘ [www.swiss-herbs.ch](http://www.swiss-herbs.ch) ☘