



🌻 Workshop Wildkräuter sammeln und kochen

Eine kulinarische Wildkräuterreise mit grünem Superfood 🌿 Gemeinsam erkunden wir saisonale Wildkräuter, welche in unserer Gegend wachsen 🌿 Wir lernen die Wildkräuter zu erkennen und deren Wirkung auf unseren Körper 🌿 Während der gemütlichen Exkursion sammeln wir achtsam die frischen Wildkräuter 🌿 Wir kochen auf dem Feuer und werden viele verschiedene leckere Gerichte zubereiten und uns diese schmecken lassen 🌿

Bramboden Entlebuch LU im Hotel Weitsicht 🌿

Wildkräuter-Exkursion und kochen 🌿

Mo 29. Mai / Pfingstmontag 🌿

Do 08. Juni / Fronleichnam 🌿

13:00 - 19:00 🌿 Anmeldegebühr CHF 37.00 plus 60.00 inkl. reichhaltigem Abend-buffet 🌿

🌻 Workshop Naturkosmetik selber herstellen, kreierte deine persönliche Naturkosmetik 🌿

Hast du dich auch schon mal gefragt, was alles in deiner Zahnpasta oder Gesichtscreme ist? Wie notwendig sind all diese Inhaltsstoffe? Wie gesund sind diese? Ich zeige dir, wie du mit gesunden pflanzlichen und mineralischen Präparaten deine eigene Naturkosmetik herstellen kannst. Du lernst die Verarbeitung verschiedener Pflanzen und mineralischer Stoffe und wie diese auf deinen Körper, Geist und Seele wirken 🌿

Bramboden Entlebuch LU im Hotel Weitsicht 🌿

Mo 29. Mai / Pfingstmontag 🌿

Do 8. Juni / Fronleichnam 🌿

jeweils 08:30 – 12:00 🌿 CHF 45.00 exkl. Material

🌻 Wildkräuter Jahreskreis-Schulung, ein Jahr unterwegs im Rhythmus der Natur 🌿

Mit der Jahreskreis-Schulung tauchen wir tief ein in die Geheimnisse der Natur und fördern unsere Liebe und Verbundenheit zur Mutter Erde 🌿 Wir gehen im Rhythmus der 10 Jahreszeiten, 13 Vollmonde und 8 Jahresfeste 🌿 Wir erarbeiten uns ein persönliches Herbarium, lernen die 10 phänologischen Zeigerpflanzen kennen 🌿 Wir kochen grünen Superfood 🌿 Fein riechende Düfte aus Harzen und Balsamen verzaubern wir in wohlthuende Pflegepräparate und vieles mehr... 🌿 Zurück zur Natur, zurück zu unseren Wurzeln 🌿

Wir treffen uns jeweils zweimal pro Monat zur Schulung 🌿

Alle Schulungsdaten und ausführliche Infos auf www.swiss-herbs.ch 🌿

Anmeldegebühr CHF 380.00 plus monatlich CHF 200.00 🌿

Infos und weitere Termine auf www.swiss-herbs.ch

Gerne biete ich Individuelle Termine für Gruppen an 🌿

🌻 Anmeldung

Claudia Juma Hotz 🌿 079 902 80 89 🌿 bio@swiss-herbs.ch 🌿 www.swiss-herbs.ch

