



Outdoor

## ESSBARE FRÜHLINGSKRÄUTER SPAZIERGANG MIT ANSCHL. APÉRO

**Samstag,**  
13. April 2024,  
09.00 - ca. 12.00 Uhr

**Jetzt spriessen sie wieder, die wilden grünen Frühlingskräuter. Reich an Vitaminen und Mineralstoffen bereichern sie unser Essen und unterstützen unsere Gesundheit.**

**Kosten**  
CHF 30.00  
inkl. Apéro

Wir schauen uns die Standorte der Kräuter an und sehen, wie und wo sie wachsen und wie wir sie verwenden können.

**Kursleitung**  
Jlona von Büren,  
Heilpraktikerin  
076 747 02 65

Viele der grünen Vitalspender sind ausserdem Heilkräuter und können gezielt zur Unterstützung der Gesundheit eingesetzt werden. Auch sogenannte „Unkräuter“ können unser tägliches Essen bereichern.

**Ort**  
Umgebung Buchegg

Die Exkursion ist für Interessierte, welche die wilden Grünen für sich entdecken und nutzen möchten. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Wir sind in Wald und Wiese unterwegs, deshalb ist gutes Schuhwerk erforderlich. Nicht vergessen: Korb und Notizbuch.

[www.praxis-satva.com](http://www.praxis-satva.com)  
starkes Immunsystem für  
körper  
seele  
geist

Anmeldung schriftlich bis Mittwoch, 10. April 2024.