



Workshop

ESSBARE FRÜHLINGSKRÄUTER SAMMELN UND VERARBEITEN

**Samstag, 4. April 2026,
10.00 - 13.00 Uhr**

Anmeldefrist

2 Wochen vor dem Kurs

Kosten

CHF 55.00
inkl. Unterlagen &
Apéro

Kursleitung

Jlona von Büren,
Heilpraktikerin
076 747 02 65

Kursort

3296 Arch

www.praxis-satva.com
starkes Immunsystem
für
körper,
geist &
seele

seit 2010

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

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

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

Nach dem Spaziergang stärken wir uns gemeinsam und stellen ein feines Wildkräutersalz her.

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. Ausserdem: Konfiglas, Messer und Schneidebrettli.

Ich freue mich auf dich!

Der Kurst findet ab 6 Teilnehmenden statt. Max. 8 Teilnehmende.