



## **Exkursion und Workshop** **„traditionelle Kräuterzubereitungen selbstgemacht“**

Im Mühlheimer Naherholungsgebiet lernen Sie heimische Wildkräuter und Heilpflanzen im Wald und auf der Wiese kennen. Sie erfahren, wie man sie bestimmt, lernen deren Merkmale, Inhaltsstoffe und Wirkung kennen sowie Anwendungsmöglichkeiten bei alltäglichen Beschwerden.

Für den praktischen Teil sammeln wir ausgewählte Pflanzen und verarbeiten sie zu einer Tinktur, Auszugsöl oder -honig oder Medizinalwein und zu kleinen Leckereien aus der Wildkräuter-Küche, die wir gemeinsam verzehren werden - je nachdem was die Natur gerade hergibt. Ausführliches Info-Material und Rezepte sind inklusive.

Die Gesamtdauer beträgt 4 Stunden, davon benötigen wir ca. 2,5 Stunden für die Exkursion. Die verbleibende Zeit verwenden wir für den praktischen Teil im Vereinshaus der Artificial Family.

- ✓ Mitzubringen sind zwei 200 ml Gläser mit Schraubverschluss.
- ✓ Bitte Wetter gerecht anziehen.
- ✓ Die vorherige Anmeldung ist wegen der Lebensmittel ist erforderlich

**Termin:** Sonntag, 04. September 2016, 15 Uhr - 19 Uhr

**Treffpunkt:** Vor dem Vereinsgelände der „Artificial Family“  
Naherholungsgebiet Steinbrüche, Mühlheim/ Dietesheim

**Kursgebühr:** 20,- € pro Person zuzügl. 7,- € Materialkosten

**Anmeldung unter:** [info@pflanzenheilkunde-jaskulla.de](mailto:info@pflanzenheilkunde-jaskulla.de) oder 0178-8091246