

WEBINAR MIT DER
KRÄUTERWERKSTATT & MEHR



NUTZE DAS ERSTE GRÜN FÜR DEINE FRÜHLINGSKUR

WIE DETOXEN FUNKTIONIERT
WELCHE KRÄUTER EIGNEN SICH
3 TIPPS, DAMIT DEINE KUR GELINGT





Hallo, ich bin Susanne 

Pflanzen begleiten mich schon seit über 20 Jahren. In der Kräuterwerkstatt gebe ich mein Wissen so gerne weiter. Mir ist wichtig, dass das alte Wissen um die Kräuter erhalten bleibt! Hier einige meiner Stationen in den letzten Jahren:

- Ich & die Heilpflanzen - eine tiefe Freundschaft seit über 25 Jahren
- Heilpraktikerin seit 2006
- wichtige Lehrerin Saskia Zersen
- Gründung der Kräuterwerkstatt in Potsdam
- vielfältige Kurse & Veranstaltungen für alle Altersgruppen
- Volkspark Potsdam: "Vom Garten in den Topf"
- BUND Jugend: Kinderkräuterwerkstatt
- Schulprojekt Mülldetektive - Klimapreis der Stadt Potsdam 2018
- Mitbegründung eines Gemeinschaftsgartens
- Genussbotschafterin (Sarah Wiener Stiftung)
- Dozentin im Fachverband Deutscher Heilpraktiker - Fach Phytotherapie
- Fastenleiterin, Mediation

Ich wünsche dir viel Spaß mit dem Webinar und Erfolg bei deiner Frühlingskur!





Was ist eigentlich eine Frühlingskur?

Bei einer Frühlingskur geht es vor allem darum, sogenannte Schlacken aus dem Körper zu transportieren. Was sind eigentlich Schlacken? Darunter werden Stoffwechselprodukte zusammengefasst, die der Körper nicht ausscheidet und dann im Gewebe abgelagert. Dadurch können verschiedene Symptome und Krankheiten entstehen. In der Volksheilkunde sind zahlreiche "blutreinigende" Pflanzen bekannt. Sie regen den Stoffwechsel und die Entgiftung des Gewebes an. Insbesondere die Entgiftungsorgane Leber, Niere, Haut und Lunge müssen dabei unterstützt werden.

Wusstest du schon, dass Schlacken im Körper verschiedenen Symptome verursachen können?

Diese Symptome können entstehen, wenn sich "Schlacken" im Gewebe ablagern:

- *
- *
- *
- *
- *

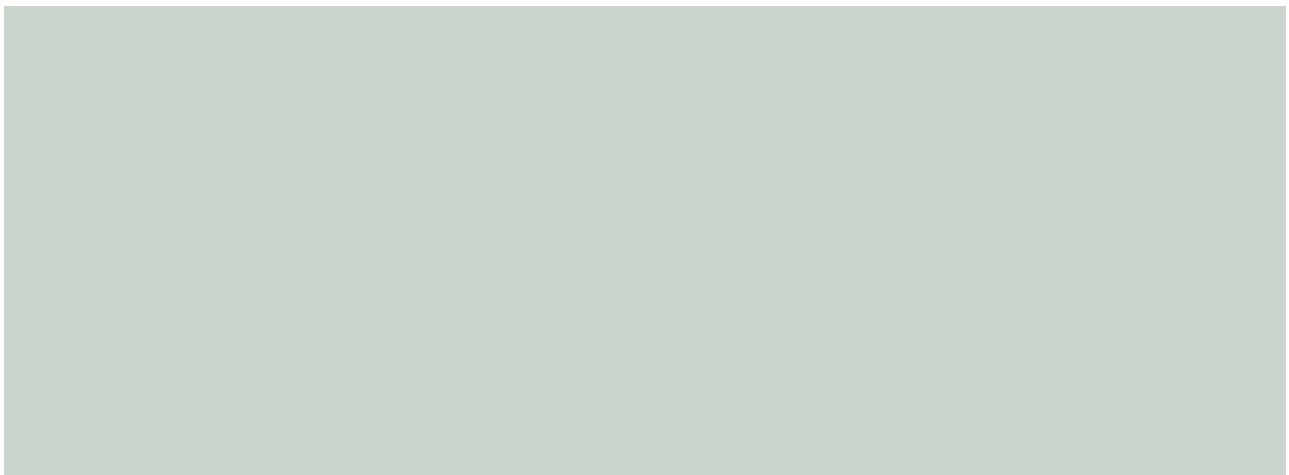


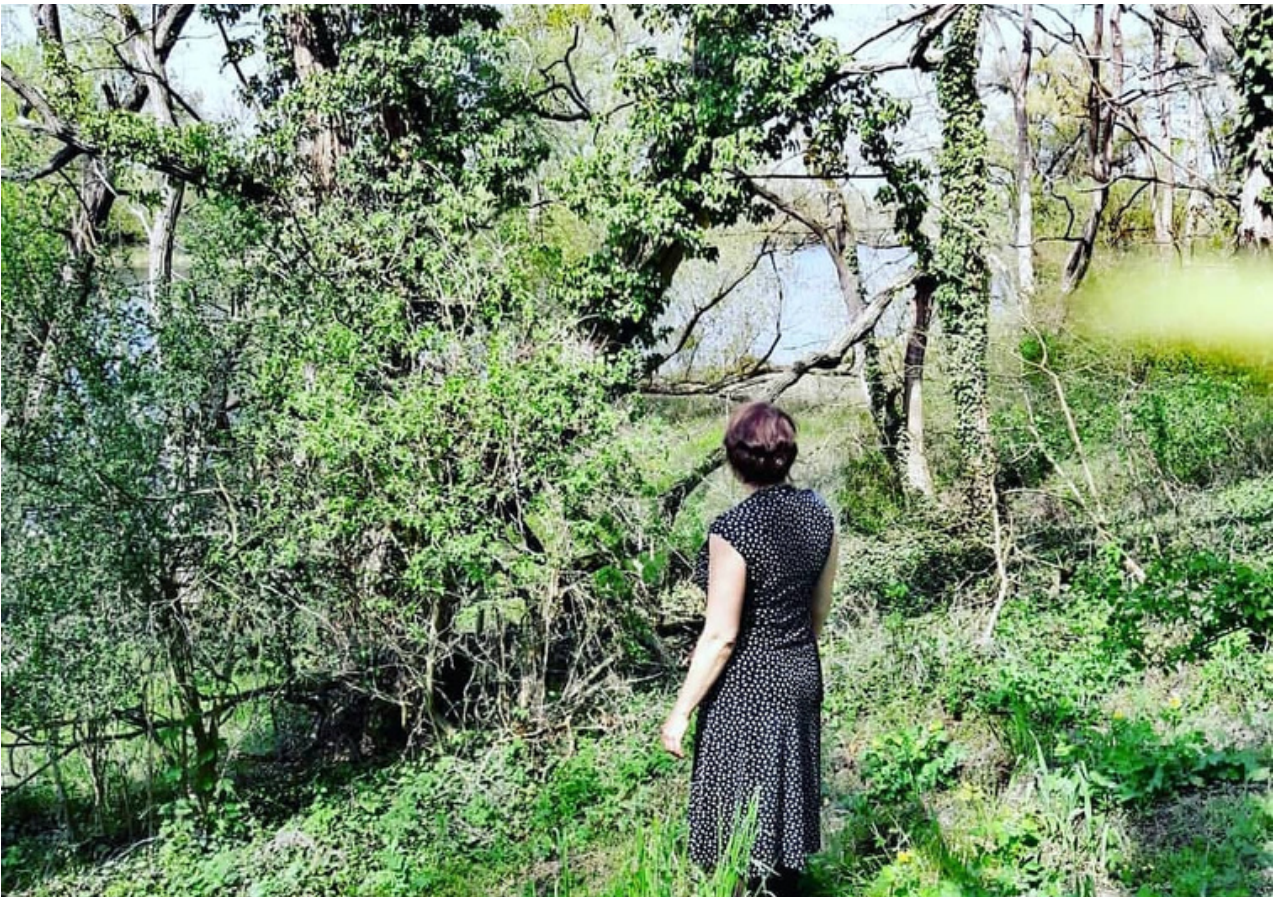


Welche Kräuter sind zum Detoxen geeignet ?

Frühlingspflanzen und das erste Grün steckt voller Lebenskraft, Vitamine, Vitalstoffe. Bitterstoffe aktivieren die Leber und Saponine fördern die Ausscheidung aus dem Gewebe. Die zahlreichen Mineralstoffe wirken zusätzlich basisch. Der Tisch ist im Frühling reichlich gedeckt, sobald die ersten Sonnenstrahlen die Pflanzen wecken. Verwende die Frühlingskräuter für Tees, Salate, Smoothies oder Frischsäfte. Viele Rezept*Ideen findest du auf meiner Webseite.

Diese Kräuter sind für deine Frühlingskur geeignet:





Das sind wichtige Bestandteile einer Detox-Kur

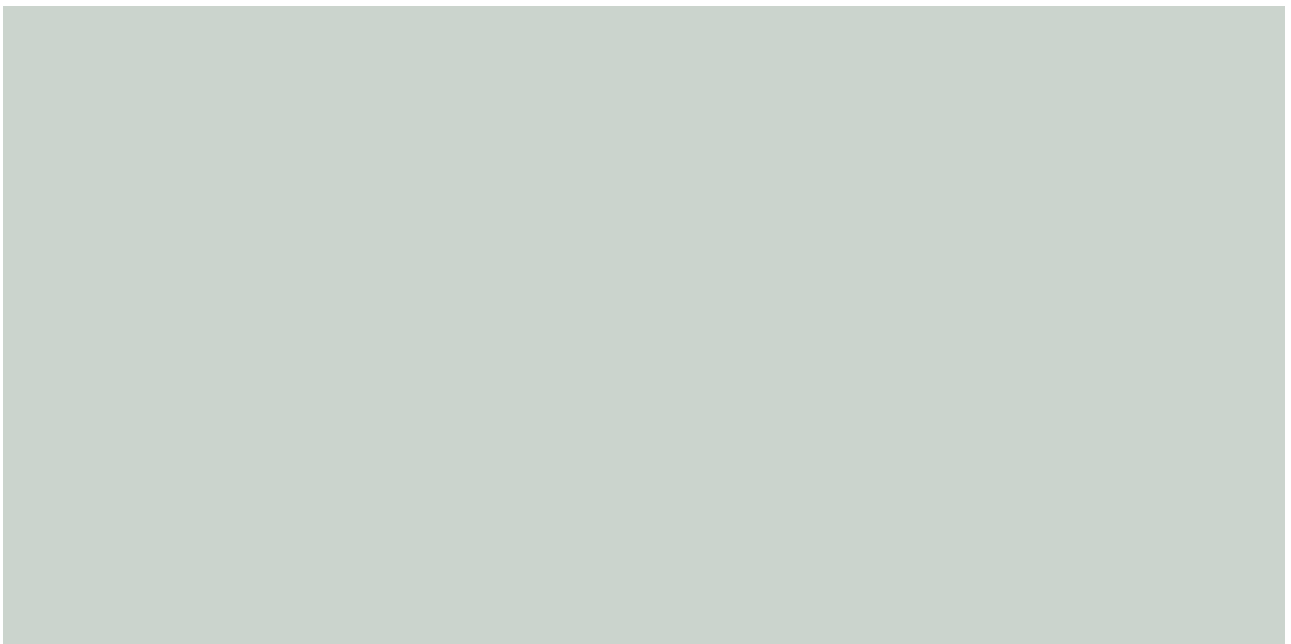
7 Gründe für eine Frühlingskur

Achtung! Nicht geeignet in der Schwangerschaft





Meine 3 wichtigen Tipps, damit deine Kur
gelingt:



Diese Detox-Rezepte findest du in meinem Blog:



3 schnelle Detox-Rezepte mit getrockneten Kräutern

Für alle, die Angst haben. Kräutern beim Sammeln zu verwechseln und trotzdem loslegen wollen. Rezepte: Bliss Balls mit Kräutern, Detox-Kräuter-Pulver, Smoothie



Meine Teemischung für die Frühlingskur



Ein wild-grünes Süppchen zum Gründonnerstag

Meine Version einer Brennesselsuppe. Einfach & lecker.

Wild & Grün

die online Heilpflanzen-Ausbildung

Starte jetzt dein Heilpflanzenjahr mit der Kräuterwerkstatt!

Verpasse nie wieder die richtige Sammelzeit deiner Lieblingskräuter und erstelle mit mir deine grüne Hausapotheke.

- Erlebe das Kräuterjahr im Rhythmus der Natur und lerne über 30 Heilpflanzen und ihre Heilwirkungen entsprechend der Jahreszeiten kennen.
- Erlerne, wie du Kräutersalben, Tinkturen, Oxydel und aromatische Elixiere ganz einfach und unkompliziert selbst herstellen kannst.
- Tausche dich mit den anderen Teilnehmern aus und entdecke so die Vielfalt der Natur.

Lass uns gemeinsam Kräuterkuren ausprobieren, Räucherwerk herstellen und die Jahresfeste feiern!

Buche jetzt und sei dabei!

Klicke dafür einfach hier

