Vom Unkraut zum Heilkraut...

Viele Dinge in unserem Leben liegen sprichwörtlich im Auge des Betrachters..... so auch die Sichtweise auf die Unkräuter in unserem Garten.
So mancher plagt sich gerade jetzt im Frühjahr mit der Eliminierung des nun fleißig sprießenden Unkrauts. Doch wenige wissen, dass das meiste davon eine nähere Betrachtung verdient. Denn gegen viele Wohlstandskrankheiten unserer Zeit helfen Giersch, Löwenzahn und Co. und sollten den Weg in unsere Küche, statt in den Kompost finden. Der Löwenzahn zum Beispiel ist der beste Freund unserer Leber und kann von Kopf bzw. Blüte bis zur Wurzel verwendet werden. Ob als Tee, im Salat, in der Suppe oder als leckerer Sirup aufs Brot, der Phantasie oder der Kochkunst sind da keine Grenzen gesetzt. Oder wussten Sie, dass die Brennnessel im Pesto, im Smoothie

Petra Fietzke-Jank, Heilpraktikerin

oder als Gemüse gar nicht mehr brennt und neben Calcium, Eisen und Magnesium sechsmal mehr Vitamin C vorzuweisen hat wie eine Orange?
Wer die leckeren Kräuter nicht verspeisen mag, kann daraus auch Salben und Öle für die Behandlung so mancher Wehwehchen oder zur Pflege herstellen. Es ist gar nicht so schwer und macht richtig Spaß. Neben meiner Tätigkeit als Heilpraktikerin, in der die Pflanzenheilkunde eine nicht unbedeutende Rolle spielt, biete ich in meinem Kräuterstübl regelmäßig Workshops, Vorträge und Kräuterwanderungen an. Hier können Sie den Unterschied zwischen Heil- und Unkraut erlernen und mit anderen Kräuterfans so manch tolle Dinge aus diesen kleinen Kraftpaketen kreieren. Sie sehen, vom Unkraut zum Heilkraut ist es nur ein kleiner Schritt und der liegt im Auge des Betrachters.
Nächste Termine:

- Kräuterwanderung »Löwenzahn & Co« 18.Mai, 10 Uhr
- Workshop »(Fast) gesunde Süße« 23.Mai, 17 Uhr
- Kräutervortrag »Haut - Spiegel des Wohlbefindens, 6.Juni, 17 Uhr
- Kräuterwanderung »Frühsommerkräuter«, 15. Juni, 10 Uhr
- Workshop »Body-Butter/ Body-Lotion« 27.Juni, 17 Uhr

Anmeldung unter Telefon: 0355 53 76 55