X3533 Heilpflanzen für die Frauengesundheit

Beginn	Freitag, 13.11.2026, 18:00 - 22:00 Uhr
Kursgebühr	69,00 €
Dauer	1x
Kursleitung	Andrea Rieplhuber
Informationen	2 Schraubgläser mit circa 200 ml Volumen, Salbentiegel oder Cremedose, Hausschuhe.
Kursort	, ,

Der Übergang in die Lebensmitte bringt körperliche und seelische Veränderungen. Im Workshop „Frauenkräuter Ü40“ lernen Sie, wie ausgewählte Heilpflanzen Frauen in dieser Phase unterstützen können. Wir nutzen u. a. Frauenmantel (stärkend), Salbei (bei Hitzewallungen), Rotklee (für die Wechseljahre) und Schafgarbe (für Zyklus und Verdauung) sowie weitere Kräuter für Herz, Knochen, Schlaf, Nerven und Hormone. Sie stellen eine individuelle Teemischung, eine Tinktur, ein Körperspray, eine pflegende Salbe und gemeinsam ein mineralstoffreiches Kräutersalz her. Ein Skript mit Rezepten und Anwendungstipps ist enthalten. Neben Wissen gibt es Raum für Austausch in der Gruppe. Im Preis enthalten: Skript, Material für fünf Produkte und Verpackung.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
13.11.2026	18:00 - 22:00 Uhr	Steinstraße 4, 83308 Trostberg

zur Kursdetail-Seite