

## Entschlacken und Entgiften mit der Kraft des Frühlings

*Die Kraft der Frühlingskräuter Tag für Tag nutzen*

Mehr denn je sind wir damit konfrontiert, auf unsere Gesundheit zu achten und unser Immunsystem zu stärken. Viele Nahrungsmittel, Gewürze und Küchenkräuter können bei richtigem Einsatz und verschiedensten Erkrankungen wertvolle Dienste leisten.

In diesem Webinar werden altbewährte Hausmittel für Beschwerden von Kopf bis Fuß erläutert und demonstriert. Nach dem Motto „was Oma noch wusste“ wollen wir praktische Tipps an die Hand geben, um sich und seine Familie bei allerlei Wehwehchen unterstützen zu können.

### **Webinarreihe Naturapotheke: Entschlacken und Entgiften mit der Kraft des Frühlings**

Die Kraft des Frühlings ist eine ganz besondere. Sie wohnt in den Bäumen, Sträuchern und Kräutern und kann uns nähren und stärken. Diese Lebenskraft frischer Frühlingskräuter kurbelt den Stoffwechsel an, wirkt heilend und hilft, Frühjahrsmüdigkeit zu vertreiben.

Bei einem Vortrag werden die Körperprozesse zur Entgiftung und Entschlackung erläutert und Möglichkeiten aufgezeigt, wie wir sie mit Hilfe von Kräutern und Heilpflanzen unterstützen können. "Entschlacken und Entgiften" ist ein sehr wesentlicher Baustein für unsere Gesundheit, dem wir nicht genug Beachtung schenken können.

### **Referentin: Mag. Wilbirg Benischek**

Wilbirg ist Landwirtin, Kräuterexpertin, sowie ausgebildete Seminarbäuerin und Kräuterpädagogin beim LFI OÖ.

Sie liebt die Arbeit in und mit der Natur und hat sich bereits ihr eigenes Kräuterparadies ([Kräuterwanderungen in St. Florian \(kraeuterparadies.net\)](https://kraeuterparadies.net)) gezaubert. In dieser vierteiligen Webinarreihe möchte Wilbirg ihr Wissen rund um die Geheimnisse der Natur und der Wirkungen der Kräuter und Heilpflanzen an Interessierte weitergeben. "Lebe die Jahreszeiten, wie sie kommen, atme ihren Duft, trinke ihre Getränke, schmecke ihre Früchte und überlasse dich ihren Einflüssen." (Henry David Thoreau)

### **Anmeldung und Info**

LFI-Kundenservice

4021 Auf der Gugl 3

Telefon 050/6902-1500

Fax 050/6902-9150

[info@lfi-ooe.at](mailto:info@lfi-ooe.at)