

## Frauenkräuter-Frauenthemen-Frauengesundheit

Zykluswissen trifft Wildkräuterkraft – ein Tag für dich

Der weibliche Zyklus ist wie ein feines Barometer – er zeigt uns selbst kleinste Veränderungen im Körper an und erinnert uns daran, auf unsere inneren Bedürfnisse zu achten. In einer Welt, die oft laut und schnell ist, schenkt uns das zyklische Erleben eine tiefe Verbindung zu uns selbst – zu unserem Werden, Vergehen und dem immer wieder Neu-Geboren-Werden.

Beim Sammeln von Wildkräutern tauchen wir ein in die stille Kraft der Natur. Mit wachem Blick und achtsamen Händen entdecken wir, was direkt vor unseren Füßen wächst – kraftvolle Pflanzen, die uns nähren, stärken und begleiten können. Dieses bewusste Tun bringt uns in den Moment, lässt uns zur Ruhe kommen und schärft unsere Sinne.

An diesem besonderen Tag verbinden wir altes Kräuterwissen mit dem Verständnis für das zyklische Leben. Wir lernen, welche Wildkräuter uns in den verschiedenen Phasen des Zyklus unterstützen können – sei es zur Stärkung, zur Entspannung oder zur Reinigung. Wir sammeln gemeinsam, verarbeiten die Pflanzen zu einfachen Anwendungen und nehmen nicht nur duftende Schätze mit nach Hause, sondern auch ein neues Gespür für unseren Körper und seine Rhythmen.

Ein Tag für dich. Für dein inneres Gleichgewicht. Für deine Verbindung zur Natur.

Änderungen vorbehalten.

## Information

<b>Kursdauer:</b>	8 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	105,00 €
<b>Fachbereich:</b>	Gesundheit und Ernährung
<b>Zielgruppe:</b>	Absolvent:innen ZL Altes Wissen, Absolvent:innen ZL Natur am Hof, Bäuerinnen, Kräuterpädagog:innen, Natur- und Landschaftsvermittler:innen, Naturinteressierte

## Verfügbare Termine

### 18.04.2026 09:00, Linz

Ort	Linz
Beginn	18.04.2026 09:00
Ende	18.04.2026 17:00
Örtlichkeit	Seminarhaus auf der Gugl, Auf der Gugl 3, 4021 Linz
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, <a href="mailto:info@lfi-ooe.at">info@lfi-ooe.at</a>
Kursnummer	3636/1
Trainer:in	Susanne Kastl
Termin 1	18.04.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
Termin 2	18.04.2026, 12:00 - 17:00 Uhr

### 27.06.2026 09:00, Pierbach

Ort	Pierbach
Beginn	27.06.2026 09:00
Ende	27.06.2026 17:00
Örtlichkeit	Casa Mariposa, Naarntal 17, 4282 Pierbach
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, <a href="mailto:info@lfi-ooe.at">info@lfi-ooe.at</a>
Kursnummer	3636/2
Trainer:in	Susanne Kastl
Termin 1	27.06.2026, 09:00 - 12:00 Uhr
Termin 2	27.06.2026, 12:00 - 17:00 Uhr