

# **Mit heimischen Kräutern, Beeren und Wurzeln durch die kalte Jahreszeit**

## **Vortrag und Workshop mit Gottfried Hochgruber**

Wie stärke ich mein Immunsystem? Was regt meine Organe an? Wie bekomme ich mehr Power und warum ist ein guter Schlaf die Grundlage dafür? Wie kann ich Erkältungen vermeiden und was kann ich tun wenn es doch dazu kommt?

### **Der Referent:**

Vor über 20 Jahren, wandte Gottfried Hochgruber sich ganz den Kräutern und deren Wirkung zu. Inzwischen kennt er detailliert über 1700 Kräuter inklusive deren Inhaltsstoffe und deren Anwendung, hält Vorlesungen an der Uni Wien und Uni Strassburg sowie Vorträge im In- und Ausland. Auf humorvolle Art gelingt es ihm sein Wissen so zu vermitteln, dass selbst Kräuterneulinge sofort die für sie wichtigen Kräuter kennenlernen und wissen, wie sie zu verarbeiten sind. Kräutiererfahrene schätzen stets aufs neue seine wertvollen Inputs zur Erweiterung ihres Wissens

### **Wann und Wo:**

Vortrag am Montag, den 18. September 2017, um 18:30 Uhr, Workshop am Dienstag, den 19. September 2017, 9-16 Uhr. Beide Veranstaltungen in der FAST Ossiach, Ossiach 21, 9570 Ossiach

### **Leistungen des Workshops:**

Vormittags Kräuterwanderung mit Erläuterung der Kräuter, Beeren und Wurzeln sowie deren Heilwirkungen. Nachmittags Verarbeitung der gesammelten Kräuter, Beeren und Wurzeln. Teilnahmebestätigung.

### **Unkostenbeiträge:**

für den Vortrag: € 15,-- , bzw. € 10,-- für Mitglieder von HofErfreut, Kärntner Bildungswerk und FNL, für den Workshop: € 60,-- , bzw. € 35,-- für Mitglieder von HofErfreut, Kärntner Bildungswerk und FNL

**Anmeldeschluss: Montag 11. September 2017, 10:00 Uhr**

Aufgrund der Beschränkten Teilnehmerzahl melden Sie sich bitte rasch an.  
Alle Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Einlangens gelistet.

Information und Anmeldung: 0463/53657622, bzw. [office@kbw.co.at](mailto:office@kbw.co.at)  
Es gelten die AGB des Kärntner Bildungswerks