

Frauenkräuter für die Hausapotheke

Im Laufe ihres Lebens begegnen Frauen unterschiedlichen körperlichen Herausforderungen – von Menstruationsbeschwerden über Blasenprobleme bis hin zu Veränderungen in den Wechseljahren. Dieser Workshop widmet sich bewährten Heilpflanzen, die Frauen in verschiedenen Lebensphasen auf natürliche Weise unterstützen können.

Im Mittelpunkt stehen traditionelle „Frauenkräuter“ wie Frauenmantel, Schafgarbe, Rotklee, usw. Sie erhalten fundierte Informationen zu Wirkungsweise, Anwendungsgebieten und verantwortungsvoller Verwendung dieser Pflanzen.

Die mitgebrachten Kräuter (aus dem Hauseigenen Kräutergarten) werden gemeinsam zu ausgewählten Produkten weiterverarbeitet, beispielsweise zu einer individuellen Tinktur oder einer wohltuenden Teemischung.

Ziel des Workshops ist es, praxisnahes Wissen zu vermitteln und die Teilnehmenden zu einem sicheren Umgang mit pflanzlichen Begleitern im Alltag zu befähigen.

Information

Kursdauer:	3 Einheiten
Kursbeitrag:	61,00 € TN-Beitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Für alle interessierten Personen

Verfügbare Termine

25.09.2026 09:00, Birkfeld

Ort	Birkfeld
Beginn	25.09.2026 09:00
Ende	25.09.2026 12:00
Örtlichkeit	ehemaliges Gemeindeamt Waisenegg, Waisenegg 106, 8190 Birkfeld
Information	Sophie Stangl, Tel +43 3332 62623 4615, sophie.stangl@lk-stmk.at, Anmeldung bei: GB Tanja Dornhofer, Tel. 0664 4328828
Kursnummer	6-0022029
Trainer:in	Bettina Rosenberger
Veranstalter	Regional-LFI Oststeiermark