



Kräuterwissen, Hausmittel und praktische Tipps für ein gesundes Frauenleben

Die drei Lebensalter der Frau

In drei aufeinander folgenden Abenden wollen wir uns mit den 3 wichtigen Phasen im Leben einer Frau auseinandersetzen und in die Welt der Kräuter eintauchen, die uns hilfreich durch diese Lebensabschnitte begleiten.

Jedes Seminar ist einzeln buchbar

Referentin: Gudrun Laimer, Kräuterexpertin

Termine:

Die junge Frau: Freitag 12. Dezember von 18.00 bis 21.00 Uhr

Die reife Frau: Freitag 9. Jänner von 18.00 bis 21.00 Uhr

Die weise Frau: Freitag 6. Februar von 18.00 bis 21.00

Kosten pro Seminar €48.--

Bei Buchung aller 3 Seminare: €115.—

oder bei Seminar die junge Frau: Mutter – Tochter oder Geschwisterrabatt
€38.—pro Person

Anmeldung: office@feelings-seminarzentrum.at

Die junge Frau:

Viele junge Frauen leiden unter Menstruationsbeschwerden und Krämpfen. Liebeskummer, seelische Unausgeglichenheit, hormonelle Veränderungen können zeitweise das Leben einer jungen Frau beeinträchtigen. Oft kommt noch Kreislaufschwäche und ein latenter Eisenmangel hinzu. Für all diese Unpässlichkeiten bietet die Natur lindernde und heilkräftige Pflanzen.



Schwerpunkt des Workshops

Kennenlernen der wichtigsten Kräuter für die junge Frau
entkrampfende und eisenhaltige Kräuter
Rezepte für Teemischungen
herstellen einer entkrampfenden Salbe und einer immunstärkenden Tinktur

Die reife Frau:

Die Frau steht in ihrer Blüte, Mutterschaft und Fruchtbarkeit (auf allen Ebenen) ist das Thema dieses Lebensabschnittes.

Es ist die hohe Zeit der Frau, doch viele Frauen leiden gerade in dieser zweiten Phase unter hormonellem Ungleichgewicht, Myomen, Unfruchtbarkeit, schwachem Bindegewebe und PMS. Auch Scheideninfektionen sind ein großes Thema. Auch für diese Leiden hält die grüne Apotheke Kräuter bereit, die uns hilfreich durch diese Zeiten des Unwohlseins begleiten.

Schwerpunkt des Workshops:

Kennenlernen der wichtigsten Kräuter für die reife Frau
unterstützende Kräuter für Schwangerschaft und Geburt
fruchtbarkeitsfördernde Pflanzen
herstellen eines Liebesweines

Die weise Frau:

Ab dem Wechsel kommt für die Frau die Zeit der Innenschau und einer neuen Freiheit. Viele Frauen sind sich nicht bewusst welche großen Energien in dieser Zeit frei werden, die vorher von Familie und anderen Versorgungsaufgaben gebunden waren.

Die Reife und das Selbstbewusstsein der weisen Frau macht sie zu einer Ratgeberin und Lehrerin. Vieles wurde schon erlebt und erfahren, das nun an die jüngeren weitergegeben werden kann. Doch auch diese Phase wird oft schmerzhaft erlebt, Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen und Herzrasen sind in Zeiten des hormonellen Wechsels für viele Frauen ein Thema.

Schwerpunkt des Workshops:

Kennenlernen der wichtigsten Pflanzen für den Wechsel
Kräuter bei Osteoporoseeigung
aphrodisierende Kräuter
Herstellen einer Tinktur gegen Wechselbeschwerden