



# Grüne Hausapotheke

Natürliche Hausmittel und einfache Anwendungen  
aus der Naturheilkunde für jedermann

Heilkräuter können bei zahlreichen Gesundheitsbeschwerden helfen und zur Gesundheit beitragen.

Unter den bekannten Heilpflanzen gibt es einige, deren Heilwirkung so vielfältig ist, dass man schon mit wenigen Heilkräutern seine Hausapotheke ausstatten kann. Diese Heilkräuter wirken mild und nebenwirkungsarm. Daher eignen sie sich gut zur Selbstbehandlung.

Heilsames finden wir auch in jedem Haushalt: Heilgemüse, Heilfrüchte und Heilgewürze aus der Küche wie Salz, Öl, Essig und Honig. Was gibt es einfacheres als eine Zwiebel auseinander zuschneiden und damit die Nieren einzureiben oder bei Stirnhöhlenproblemen fein geschnittene Meerrettichwurzel auf die Stirn zu legen?

Für die Hausapotheke verwenden wir die Kräuter die in unserer unmittelbaren Umgebung und im Garten wachsen, aber auch Heilmittel aus der Küche, aus unserem Kühlschrank.

Jeder Mensch kann sich seine eigene naturgemäße Hausapotheke zusammensetzen und so für sich selbst Verantwortung übernehmen und sein eigener Apotheker werden.

## Im Seminar lernen wir die wichtigsten Kräuter für die Hausapotheke kennen:

- Wichtige Heiltees, Tinkturen und Heilpflanzen – Zubereitung und deren Einnahme
- Erste Hilfe Mittel aus der Kräuterapotheke
- Wichtige Heilmittel aus Küche und Keller – Anwendung und Dosierung
- Die wichtigsten homöopathischen Arzneimittel für die Hausapotheke

Termin: **Samstag, 14. November 2015**  
von 10.00 bis 17.00 Uhr

Trainerin: **Gudrun Laimer**, Kräuterexpertin

Kosten: **€ 95,-** inkl. Unterlagen

Wo: **Feelings-Seminarzentrum**  
4532 Rohr, Oberrohr 9

Anmeldung: [office@feelings-seminarzentrum.at](mailto:office@feelings-seminarzentrum.at)  
[www.feelings-seminarzentrum.at](http://www.feelings-seminarzentrum.at)  
0664-5201861



**FN** FREUNDE  
NATURGEMÄßER  
LEBENSWEISE

 **Kräuter  
AKADEMIE**  
nach IGNAZ SCHLIFNI



[www.feelings-seminarzentrum.at](http://www.feelings-seminarzentrum.at)

4532 Rohr im Kremstal, Oberrohr 9 | 0664-5201861 | [office@feelings-seminarzentrum.at](mailto:office@feelings-seminarzentrum.at)

**Feelings**  
Seminarzentrum