

# PranaVita Kräuterwissen

**Eine Ausbildung in 7 Modulen mit Diplom in Salzburg!**

Unsere menschliche Natur und die Natur um uns herum sind eins. Daher gibt es auch viele natürliche Mittel, die uns gut tun. Ganz besonders beachtenswert sind die Kräuter, die "Edelsteine" unter den Pflanzen. Ein gutes Basis-Kräuterwissen zu haben ist daher für einen selbst sehr erfreulich und für andere durchaus nützlich.

## **Gesundheitstage mit Peter Steffen - 28./29. Sep. 18**

Zahlreiche Faktoren sind für das körperliche Wohlbefinden wichtig: Gesunde Ernährung und biologische Nahrungsmittel, die Verdauung, das "Hören auf seine Körper" und das Wissen über Ursachen von Krankheiten.



## **Kräuterwerkstatt 1 mit Elfi Seidl – 2./3. Nov. 18**

- Heilkräuter für die Lebensfreude und den Kopf: Konzentration/Gedächtnis • Teekräuter
- Kräuter gegen Nervosität und Erschöpfung • Herstellung: Lavendelsalbe, Melissen-Tinktur, Badesalze
- Roll-On (als schnelle Hilfe für unterwegs), Entspannungs-Fußcreme



Elfi

## **Räuchern mit den Schätzen der Natur mit Elisabeth Andes – 30.11./1.12. 18**

- Warum, wann und wie räuchern wir • Räuchern im Jahreskreis
- Besprechung heimischer Räucherpflanzen • Zusammenstellung eigener Räuchermischungen
- Binden eines Räucherstabes



Elisabeth

## **Kräuterwerkstatt 2 mit Elfi Seidl - 1./2. Feb. 19**

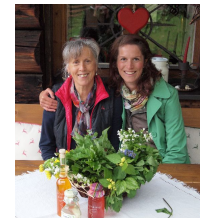
- Was sind Aromaöle, wie verwednet man sie, was kann man mit ihnen machen?
- Herstellung von Duschgel, Raumspray; Lippenpflege • Mazerat ansetzen • Seifensieden
- Was sind Hydrolate, was kann man mit Hydrolaten machen, Herstellung eines eigenen Hydrolates.

## **Kräuterwerkstatt 3 mit Elfi Seidl - 5./6. April 19**

- Frauenheilkräuter: Frauenmantel, Schafgarbe uva. • Erstellung eines eigenen Kräuter-Mandalas • Teekräuter
- Erstellung von Produkten: Spitzweigerichsalbe, Efeuöl, Gänseblümchentinktur • Kräuterwanderung

## **Kräuterkuchl 1 mit Gretl Knapp und Martina in Großarl - 3./4. Mai 19**

- Kräuterenergetik (Nutzung der Kräuter für meine Chakren, Meridiane + feinstofflichen Körper)
- Die Heilkraft der Pflanzenknospen (Gemmotherapie) • Wie mache ich mir die Wurzelkräfte zunutze?
- Wir verpflegen uns selbst mit einfachen und schmackhaften Kräutergerichten und -getränken, die wir überwiegend vor Ort gemeinsam herstellen



## **Kräuterkuchl 2 mit Gretl und Martina in Großarl - 28./29. Juni 19**

- Kochen mit frischen Wildkräutern • Herstellung von Produkten wie Essig, Pesto,...
- Herstellung von Mazeraten und event. Hydrolaten, Kräutersole
- Besprochene Kräuter: Labkraut, Giersch, Vogelmiere, Rotklee, Kapuzinerkresse, Gundelrebe, Gänsefuß, Mädesüß, Franzosenkraut, Brennessel, Wiesenbärenklau, Brennessel

**Kräuterkuchl 1+2:** Kosten: 195,-- Seminarbeitrag + € 40,-- Materialkosten & Verpflegung für beide Tage

Alle Module sind in sich abgeschlossen und können auch individuell/**einzelnen besucht werden.**

Die TeilnehmerInnen erhalten nach Absolvierung aller Module das Zertifikat zur/zum "**Diplom. PranaVita Kräuterfachfrau/mann**".

**Seminartage:** jeweils Freitag (17 - 21.30 Uhr) und Samstag (9.30 - 18 Uhr); **Beitrag/Modul € 195,--**

**Anmeldung und weitere Information: Intern. Prana-Schule Austria: [www.pрана.at](http://www.pрана.at) – PV Kräuterwissen**

**„Es ist gegen jede Krankheit ein Kraut gewachsen“.  
Lassen wir dieses wertvolle Wissen nicht verloren gehen!**