

curhaus

BAD KREUZEN · BAD MÜHLLACKEN



CURHAUS BAD KREUZEN
WORKSHOPS 2022

Die Natur ist
die beste
Apotheke.

Sebastian Kneipp



Unsere Workshop- Expertinnen im Überblick



Monika Lechner-Kronsteiner
Kräuterpädagogin und TEH-Praktikerin

Eintauchen in die Natur, die Kraft der Heilpflanzen erkennen und spüren, Teerituale erlernen, altbewährte und immunstärkende Hausmittel kennenlernen, sich die Zubereitung von Hydrolaten, Heilsalben und Kosmetik aneignen, Gesundes aus der TEM-Lebensmittel Apotheke erleben u.v.m.



Sigrid Kastner
Diätologin und TEH-Praktikerin

Bei Sigrid Kastner erwarten Sie Workshops mit den Schwerpunkten Ernährung, Kräuter und Gewürze. Es werden Themen wie Superfood für die Darmgesundheit und das Immunsystem besprochen und wie man mit saisonalen und traditionellen Produkten gut durch das Jahr kommt. Ganz nach dem Motto von Hippokrates: „Eure Nahrung sei Euer Heilmittel.“



Ulrike Hausleithner
Räucherexpertin und Masseurin

Ulrike Hausleithner wird Ihnen als unsere Räucherexpertin Interessantes und Wissenswertes über das Räuchern in ihren Workshops vermitteln, Hausmittel wie Wickel und Co. zeigen, Ihnen den Wald und seine unerschöpfliche Quelle der Gesundheit näherbringen und Ihnen Ideen für etwas „Gesundes“ zum Verschenken präsentieren.



Die Kraft der Knospen

Zu Beginn eines neuen Jahres stehen die Knospen im Vordergrund.

Knospen enthalten bioaktive Substanzen, die die Regeneration unterstützen und uns als Superfood dienen. Nach einem Einblick in Geschichtliches erkunden wir, wie wir die Kraft der Knospen und ihre vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten nutzen können, um unsere Gesundheit zu stärken.

Wir stellen gemeinsam ein Oxymel (Sauerhonig), Sole (Urwassertinktur) und ein Mazerat (Glyzerinauszug) mit Knospen zur Anwendung für die Gesundheit her.



TERMIN:
Mittwoch, 09.03.2022
14.30 - 17.30 Uhr

VORTRAGENDE:
Sigrid Kastner

PREIS:
€ 54,-

Räuchern – VIEL MEHR ALS NUR RAUCH

Wie man heimische Kräuter, außergewöhnliche Baumkräfte, besondere und wohlriechende Harze zur Reinigung, Stärkung und Heilung einsetzen kann.

- Informatives, sowie etwas geschichtliches zum Thema Räuchern im Allgemeinen.
- Interessantes zum Thema „Feste im Jahreskreis“
- Der sichere Umgang und Einsatz von Räuchermaterialien und Utensilien wird erklärt
- Sammeln, vorbereiten und herstellen von Räuchermischungen

TERMIN:
Montag, 21.03.2022
14.00 - 17.00 Uhr

Freitag, 04.11.2022
14.00 - 17.00 Uhr

VORTRAGENDE:
Ulrike Hausleithner

PREIS:
€ 54,-



Naturkosmetik

FÜR DEN ALLTAG

Einführung zur Naturkosmetik: Mit einfachen Produkten schnell eine gute Grundlage zur Kosmetik kennen lernen. Alles was wir für eine gute Pflege benötigen: Haarshampoo, Lippenpflege, Körperpflegecreme, Gesichtscreme uvm.

TERMIN:

Samstag, 14.05.2022
09.00 - 17.00 Uhr

VORTRAGENDE:

Monika Lechner-
Kronsteiner

PREIS:

€ 119,-

Heilsames aus der Gewürzküche

Bei diesem Workshop möchte ich Ihnen die Heilkraft der Gewürze und viele Ideen, die unseren Alltag unterstützen, verraten. Außerdem wird Kräutersalz, Suppenwürze, Kräuternessig und Kräuterröl zubereitet.



TERMIN:

Mittwoch, 07.09.2022
14.00 - 17.00 Uhr

VORTRAGENDE:

Monika Lechner-
Kronsteiner

PREIS:

€ 54,-

Immunsystem stärken -

KRAFTVOLL IN DEN WINTER

„Vorbeugen ist besser als heilen“, das war bereits das Motto von Sebastian Kneipp. In diesem Sinne werden wir einen Blick darauf werfen, wie wir unser Immunsystem stärken können, um kraftvoll durch die kalte Jahreszeit zu kommen. Dabei werden wir erkunden, wie wir mit Ernährung und Kräutern unser Immunsystem und unseren Darm unterstützen können – sowohl kulinarisch als auch mit verschiedenen Schätzen aus der Naturapotheke. Wir werden gemeinsam eine Suppe kochen sowie ein Oxymel, eine Sole und eine Salbe herstellen.

TERMIN:

Mittwoch, 05.10.2022
14.30 - 17.30 Uhr

VORTRAGENDE:

Sigrid Kastner

PREIS:

€ 54,-





Curhaus Marienschwestern GmbH
1. Zentrum für Traditionelle Europäische Medizin

Bad Kreuzen 106
4362 Bad Kreuzen, Austria
Tel. +43 (0) 72 66 / 6281
badkreuzen@marienschwestern.at

www.curhaus.at  