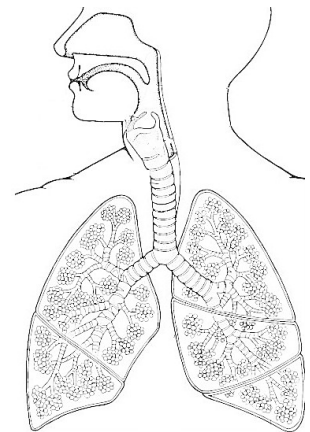


# Heilpflanzen bei Atemwegserkrankungen

Gerade in der dunklen, kalten Jahreszeit ist es schnell passiert: die Nase läuft, der Hals kratzt und ein Husten schleicht sich an. Doch die richtigen Heilpflanzen können helfen die Symptome zu lindern, schneller zu genesen und die Abwehrkräfte zu steigern.

Ob Erkältung, grippler Infekt, Bronchitis, Nasennebenhöhlenentzündung, Mund- und Rachenbeschwerden - für alle Beschwerden ist ein Kraut gewachsen - mit keimhemmender, immunstimulierender, entzündungshemmender, reizlindernder, auswurfördernder und/oder schmerzlindernder Wirkung.



In diesem Seminar lernt Ihr die wichtigsten Heilkräuter bei Atemwegserkrankungen kennen und erfahrt viele weitere Tipps zur Vorbeugung und zur Unterstützung des Immunsystems.



Im Praxisteil stellen wir zusammen einen Hustensirup, ein "natürliches Antibiotikum", einen wohltuenden Brustbalsam und ein Nasenspray her und lernen wie man den passenden Tee bzw. eine geeignete Inhalation für akute und chronische Beschwerden mischt. Die Produkte dürfen mit nach Hause genommen werden. Und wie immer gibt es ein umfangreiches Skript zum Kurs.

**Dauer:** ca. 3,5 Stunden  
**Termin:** Sa, 15.02. um 14 Uhr  
**Kosten:** 50 € inkl. Material und Skript  
+ 2,50 € Förderverein  
**Ort:** Jakob-Büchel-Haus  
in Walheim

## Anmeldung und Kontakt:

Ulrike Zahnow  
Dipl. Biologin und  
Kräuterexpertin  
Tel. 0176 – 21726220  
Wilde-Kraeuter@gmx.de  
www.wilde-kraeuter.com

