

Almkräuter entdecken, sammeln und verarbeiten

Kräuterverarbeitung unter verschiedenen Aspekten, Achtsamkeit üben und die eigenen Bedürfnisse erkennen.

Auf den **artenreichen Almweiden der Lammersdorfer Alm** mit Blick auf den Millstätter See starten wir, um die **besonders wertvollen Almkräuter** und ihre Merkmale kennenzulernen.

Welche **heilkräftig** sind, und wie wir sie **für uns nutzen können**, erfahren wir ebenso. Diese werden **gesammelt und achtsam zu wertvollen Kräuterprodukten** verarbeitet, die unsere „**Naturapotheke**“ bereichern. Die **gesundheitsfördernde Wirkung** der Alm - erlebt die **einzigartige Heilkraft der Alm für Körper, Geist und Seele**.

Eckdaten:

Termin: Freitag, 07. Juni 2024, 09:00-17:00 Uhr

Ort: Lammersdorfer Alm, 9872 Millstatt

Treffpunkt: am Freitag, 07. Juni 2024 Lammersdorf, Obermitlstatt beim Parkplatz gegenüber Hotel Berghof um 8:30 Uhr

Referentin: Elisabeth Obweger (Dipl. Alpenmentorin, FNL Kräuterexpertin)

Kursbeitrag: € 65

Anmerkung: Alle im Kurs selbst erzeugten Produkte (Tinkturen, Kräutersalz etc.) können mit nach Hause genommen werden. Mittagsverkostung inbegriffen;

Mitzubringen: Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, Wasserflasche

Information und Anmeldung:

beim LFI Kärnten

LFI-Kursnummer: 2-0025401

Tel.: 0463/5850-2500, office@lfi-ktn.at

oder direkt online über folgenden Link: **Almkräuter entdecken, sammeln und verarbeiten**