

Kurse von Kraut + Quer in Frau Gerolds Garten

# Kursprogramm 2019

Wissen teilen und vervielfachen ist unsere Devise. Gerne zeigen wir Dir, wie Du Deinen **Balkon richtig aufpeppen**, mit **selbstgemachten Tinkturen kleine Beschwerden** lindern kannst oder einfach Dein **Flora Know-how erweitern**.

## Balkon 1x1

**Sonntag, 05. Mai** Zeit: 10 – 13 Uhr

Du möchtest gärtnerisch tätig werden, doch dafür fehlen Dir die Grundlagen? Wir zeigen Dir die nötige Basis dafür, wie du auch auf kleinem Raum Deinen grünen Daumen entdecken kannst. Komm und lerne bei uns, welche Anbausysteme sich für Deinen Balkon eignen, erweitere Deine Pflanzenkenntnisse, erkenne Nützlinge und finde heraus, wie Du Deine Pflanzen stärken kannst. Stelle Deine individuelle Pflanzenkiste zusammen zum mit nachhause nehmen.



## Naturkosmetik

**Sonntag, 25. August** Zeit: 10 – 13 Uhr

Lerne wie du deine Kosmetik selber und ganz einfach herstellen kannst. **Einfach + natürlich**. Mit uns erhältst Du die theoretischen Grundlagen und das nötige Wissen für die **Herstellung und Anwendung von Pflegeprodukten** wie Deo, Lippenpflege, Body-Scrub, Masken, Gesichts- und Handpflege. Wir stellen verschiedene Produkte zusammen her die Du dann auch mit nachhause nehmen kannst.

## Grüne Apotheke

**Sonntag, 1. September** Zeit: 10 – 13 Uhr

Wir zeigen Dir die Theorie zu den Wirkstoffen von Gartenkräuter und deren heilpraktische Anwendung von Tee, Wickel, Auflagen und Bäder. Eine praxisorientierte Ausrichtung der Nutzung von Heilpflanzen steht im Mittelpunkt unseres Kurses. Zusammen werden wir verschiedene Tees, Öle und Tinkturen herstellen zur Linderung von kleinen Alltagsbeschwerden. Der Kurs wird mit Monique Stocker, unserer Phytomedizin Expertin durchgeführt.

## Adventskränze

**Samstag 30. November** Zeit: 12 – 15 Uhr

Erstelle Deinen eigenen Adventsschmuck. Wir zeigen Dir wie man ganz einfach seinen eigenen Weihnachtszauber binden und schmücken kann. Lege selbst Hand an und erstelle Deinen individuellen Kranz für Dich oder als Geschenk.

*Für alle Kurse gilt:*

*Kosten: CHF 90.- p.P. inkl. Material*

*Durchführung: ab 6 Personen*

Melde Dich an unter: [info@krautundquer.ch](mailto:info@krautundquer.ch)

