

## **Frauenpower mit Frauenkräutern**

### **Rundgang im Projekt ökologischer Bürgergarten (Wiesbaden) oder wilde Wiesen vor Ort**

In diesem Vortrag geht es um die wohltuenden und heilsamen Kräfte der Frauenkräuter.

Welche Pflanzen/Kräuter sind besonders für die Gesundheit wichtig und wo sind sie zu finden; wie sind sie zu verwenden? Der Schwerpunkt liegt auf Kräutern, die speziell der Frauengesundheit dienlich sind.

Inhalte:

- Altes Wissen der Kräuterfrauen, verknüpft mit heutigen Erkenntnissen
- Praktische Anwendungshinweise zur Gesundheitsvorsorge und für die Hausapotheke über dem Herd
- Ganzheitliche Gesundheitstipps und dazu Anregungen zur kulinarischen Gesundheitsvorsorge

Referentin:

Dorisa Winkenbach, Coach, systemische Beraterin und Ernährungsexpertin,  
Hemsbach