

Almkräuter entdecken, sammeln und verarbeiten

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

Gesundheitsförderliche Heilwirkung der Alm - erleben Sie die einzigartige **Heilkraft der Alm auf Körper, Geist und Seele!** „**Heilkraft der Alm**“ – Auszeit genießen durch Wahrnehmen und Entschleunigung in der Natur – ein **Tag für die Seele**. Gemeinsam begibt man sich auf eine Sinnesreise –Meditationen, Naturübungen, „Waldbaden“ werden praktiziert. **Kräuterverarbeitung** unter verschiedenen Aspekten; **Achtsamkeit** üben und die eigenen **Bedürfnisse** erkennen. **Inspiration, Energie** tanken, sich **erden** und die gewonnene **Freude** wieder mit in den Alltag nehmen.

Eckdaten

Termin: 11. Juni 2021 (Freitag), 09:00-17:00 Uhr

Ort: Lammersdorfer Alm, Millstätter Alm, Millstatt

Treffpunkt: am Freitag, 11. Juni 2020, Lammersdorf, GH Hotel Lammersdorf Parkplatz 8:40 Uhr

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

Kursbeitrag: € 65

Mitzubringen: Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, ev. Sitz- Schreibunterlage

Es sind die zum Veranstaltungszeitpunkt geltenden COVID-19-Hygienevorschriften einzuhalten.

Information und Anmeldung

beim LFI Kärnten

LFI-Kursnummer: 2-0021954

Tel.: 0463/5850-2500

office@lfi-ktn.at, www.lfi.at/ktn

[Hier geht's zur Online-Anmeldung...](#)