

## Mit Herz und Verstand

**Februar 23 @ 19:30 – 21:30**

### Kräuter zur Selbsthilfe

Gedern – Am Donnerstag, den 23. Februar 2023 um 19:30 bis 21:30 Uhr in der Kultur Remise Schloss Gedern lädt der **Obst- und Gartenbauverein Gedern** zu einem Vortrag über Heilkräuter für Herz, Kopf und Gemüt ein.

Herz-Kreislauf – Beschwerden, Kopfnebel und Stimmungstief, aktueller denn je – wie kommen wir da raus?

**Eine eigene Hausapotheke – lohnt das?** Wie finde ich die Kräuter, die ich brauche, welche Anwendungsmöglichkeiten passen in meinen Alltag. **Außer Brennnessel & Co - was gibt es noch?**

Und vor allem **wo finde ich meine Kräuter?** Auf freier Wildbahn - aber sind nicht alle Böden inzwischen mit Umweltgiften belastet? In der Apotheke - sind da alle erhältlich, die ich brauche? Im Internet – bei welchen Firmen finde ich unbelastete Kräuter guter Qualität? Im eigenen Garten - welche kann ich da anbauen?

In Zeiten knapper werdender Ressourcen, Umweltverschmutzungen, Vorherrschaft der Pharmaindustrie, forcierter Digitalisierung und AI, sowie „Zivilisationskrankheiten versuchen wir, in unserem Garten - wenn auch ein kleines und überschaubares – „Gesundheitszentrum“ zu schaffen.

Das hilft Körper, Geist. und Seele beisammen zu halten, die Abwehrkräfte zu stärken und bei einer besseren Zukunft mitzuwirken.

In diesem Vortrag von Hildegard Kita lernen wir Heilkräuter für die eigene Hausapotheke kennen, welche wir im eigenen Garten anbauen können oder welche sogar schon –unerkannt- vorhanden sind, denn wo Gefahr ist, wächst das Rettende auch (Hölderlin).

Wir erfahren zahlreiche Anwendungsmöglichkeiten im Alltag.

Hildegard Kita leitet eine Kräuter- und Heilpflanzenschule im Naturpark Hoher Vogelsberg.

**Veranstaltungsort:** KulturRemise Schloss Gedern 63688 Gedern

**Informationen:** [www.kraeuterkunde-die-ausbildung.de/aktuelles/](http://www.kraeuterkunde-die-ausbildung.de/aktuelles/)