

René und Simone Walther  
Westbergstr. 116 □ 08451 Crimmitschau  
03762/709910 □ 0175/8096869  
www.gesundheit-ist-wandelbar.de  
www.hof-gaensebluemchen.de



## Veranstaltungen 2019

### Termin?? - Intensivseminar „Wild- und Heilkräuter erkennen & praktisch anwenden“

Mit Grit Tetzner (Phytologin Ganzheitliche Heilpflanzenkunde) und Simone Walther (ärztl. geprüfte Gesundheitsberaterin GGB, 10. Erzgebirgische Kräuterkönigin) die vielfältige Welt der Kräuter sowie deren Wirkungen und praktische Anwendungen kennen lernen und verwerten frisch geernteter Kräuter zu kulinarischen Leckereien, inkl. umfangreicher Rezeptsammlung.

Zeit: 10 bis 17 Uhr Gebühr: 67,00 €/Pers.

Referenten: G. Tetzner/S. Walther

### 28.06. - Sommergenuss mit Rohkostvariationen

Iss kalt – werd gesund alt. Die Küche öfters mal kalt lassen und stattdessen naturbelassene Lebensmittel werterhaltend zu Gaumenfreuden anrichten & genießen und zudem effektiv Gesundheitsprophylaxe betreiben.

Zeit: 16 - 22 Uhr Gebühr: 64,00 €/Pers.

Referentin: Simone Walther

### 23.08. - Naturkosmetik & Heilmittel selbst gemacht

Die Natur liefert vielfältige Möglichkeiten Pflege- und Heilmittel ohne Zusätze herstellen zu können. Diese sind frei von Nebenwirkungen und wirken zuverlässig. Gutes aus der Apotheke „Natur“ - für wirkliche Pflege & Verwöhnmomente.

Zeit: 18 - 21 Uhr Gebühr: 31,00 €/Pers.

Referentin: Simone Walther

### 25.10. - Herbst- und Winterküche – bunt & ausgefallen

Der Herbst und Winter hält eine Vielfalt an Früchten parat – Zeit für kreative Ideen und um Vorräte zu schaffen. Omas Rezeptschätze neu entdecken & neue Raffinessen.

Zeit: 18 - 21 Uhr Gebühr: 31,00 €/Pers.

Referentin: Simone Walther

### 08.-09.11. - Brot backen

Leckere Brot- und Backwaren sowie Brotaufstriche für jede Gelegenheit selbst herstellen – natürlicher Genuss ohne unerwünschte Zusätze (inkl. Sauerteigansatz,..).

Zeit: 18-20 u. 9-12 Uhr Gebühr: 45,00 €/Pers.

Referentin: Simone Walther

### 15.11. - Weihnachtsbäckerei

Die Adventszeit genießen ohne Reue - mit vielfältigen, weihnachtlichen Leckereien und kreativen Ideen aus der Vollwertküche.

Zeit: 18 - 21 Uhr Gebühr: 31,00 €/Pers.

Referentin: Simone Walther

**Anmeldung und Info unter: 03762/709910 bzw.  
0175/8096869 oder [www.gesundheit-ist-wandelbar.de](http://www.gesundheit-ist-wandelbar.de).**

- ◇ Besondere Momente für besondere Menschen – **Seminare sind eine tolle Geschenkidee!**
- ◇ **Auf Anfrage sind individuell gestaltete Vorträge/Workshops** zu diversen Gesundheitsthemen **sowie Kochevents** in Ihrem Unternehmen bzw. Familien-/Freundeskreis möglich.
- ◇ Zu den Seminaren wird hochwertige Naturkost verwendet & man erhält eine wertvolle, umfangreiche Rezeptsammlung.
- ◇ Bitte zu den Seminaren immer 2 kleine Schraubgläschen (ca. 250ml) mitbringen.