



## KRÄUTERKUNDE

EINFÜHRUNG IN DIE KRÄUTERKUNDE MIT GABRIELE BECHTER  
IM KRÄUTERKELLER DES LANDHOTEL HIRSCHEN IN HITTISAU

### KRÄUTERSAMMELN ALS SINNVOLLE, WOHLTUENDE BESCHÄFTIGUNG

Das Sammeln von Kräutern bringt uns in Kontakt mit der Natur, wir bewegen uns an der frischen Luft, ‚zerstreuen‘ unsere Probleme. Es ist, als nähme der Boden unsere Sorgen an und der Wind zieht sie hinweg. Wir bekommen ein Ernte-Erlebnis, übernehmen Selbstinitiative und Selbstverantwortung für unsere Gesundheit. Zudem haben Kräuter aus Wildsammlung eine sehr viel stärkere Wirkung und mehr Energie als Kräuter aus Zuchtbetrieben (Apothekenlieferanten).

### KRÄUTERPÄDAGOGIN GABRIELE BECHTER



Gabriele ist ausgebildete Kräuterpädagogin. Sie führt im Kräuterkeller des Hirschens in das Sammeln, Verarbeiten und Verwenden von Kräutern ein. Seit vielen Jahren beschäftigt sie sich mit Kräutern, stellt Tees, Öle, Salben her und setzt die im Bregenzerwald gesammelten Kräuter in der Küche des Hirschens ein.

### DIE INHALTE VON GABRIELES KRÄUTERSTUNDE

- Ausgewählte Frühlings- und Sommerkräuter und ihre Wirkungen
- Hinweise zum Sammeln von Kräutern, einfache Arten der Verarbeitung
- Gemeinsam an einem Teeritual teilnehmen und Tee verkosten

### TERMINE DER KRÄUTERSTUNDEN

Jeden Donnerstag von 16.00 – 17.30 Uhr im Kräuterkeller des Landhotel Hirschen. Um Anmeldung an der Rezeption des Hirschens, spätestens einen Tag im Voraus, wird gebeten.

**Kosten pro Teilnehmer:** Euro 12,00.

**Kosten Paare, Familienmitglieder, Gruppen:** Euro 10,00 pro Teilnehmer.

Zusätzlich bietet Gabriele Bechter Kräuterwanderungen ins **Naturparadies Wildenrain** an.  
Infos auf der Website [www.landhotel-hirschen.at](http://www.landhotel-hirschen.at) oder an der Rezeption des Hauses.