



FRANZISKANERINNEN VON REUTE

Newsletter

BILDUNGSHAUS MAXIMILIAN KOLBE



Gesundheitstage - Kräutertag

**Ein starkes
Immunsystem stärkt
unsere Abwehr**

Gesundheitstag

04.09.2021 | 10.00 – 16.30 Uhr

Schon Paracelsus lehrte: „Der Tod sitzt im Darm.“ Deshalb widmen wir uns dem Aufbau der Darmschleimhaut und den schädlichen Einflüssen bestimmter Nahrungsmittel auf das Darmmilieu. Auch unsere Atmung, sowie das Gehirn und Nervensystem gehören dazu. Praktische Hinweise, wie das Immunsystem mit Kräutern, Heilpflanzen und einem gesunden Lebensrhythmus unterstützt werden können sind in Inhalt des Kurses.

Begleitung:

Sr. Birgit Bek
Eva Posselt

**Wunderwerk Herz
- natürliche Tipps die
zu Herzen gehen -**

Kräutertag

05.10.2021 | 10.00 – 16.30 Uhr

Das Herz ist das Hauptorgan der Zirkulation. Ohne zu ermüden, ohne Pause, Tag für Tag, muss der faustgroße Muskel seine Leitung bringen. Meist arbeitet es zuverlässig und klaglos. Wichtige „Brennstoffe“ wie Vitamine, Mineralien, Öle oder Spurenelemente finden wie in unseren Kräutern und Nahrungsmitteln. Wir begeben uns im Kurs auf die spannende Suche nach diesen pflanzlichen Helfern.

Begleitung:

Sr. Birgit Bek
Ulrike Schuler

**Mit Heilpflanzen durch
die Erkältungszeit**

Gesundheitstag

23.10.2021 | 10.00 – 16.30 Uhr

- Mit Heilpflanzen und Infekte natürlich behandeln und vorbeugen –

An diesem Tag beschäftigen wir uns mit der gezielten Auswahl und Anwendung von Heilpflanzen bei unterschiedlichen Beschwerden im Bereich der Atemwegserkrankungen. Für die heimische Hausapotheke rühren die Teilnehmenden einen Hustenbalsam, stellen ein Rachen-spray sowie eine Heilpflanzentinktur her.

Begleitung:

Sr. Birgit Bek
Kerstin Ginzel



WEITERE INFORMATIONEN

<https://www.kloster-reute.de/bildungshaus>

Bildungshaus Maximilian Kolbe
Klostergasse 6
888339 Bad Waldsee
Tel.: 07524 708 - 211
e.mail: bildungshaus@kloster-reute.de