

# Kräuterkraft beim Räuchern

**Räuchern mit Kräutern und Harzen wirkt klärend, reinigend, schützend und heilend.**

Die feinen Düfte der Heilkräuter steigern das Wohlbefinden und wecken die Lebensgeister. Es hilft uns in unserer Mitte zu bleiben und die Konzentration zu stärken oder nach einem anstrengenden Tag abzuschalten und zu entspannen.

Im Workshop am 8. Dezember 2019 hören wir, welche Heilkräuter bei **Haus- und Wohnungs-**räucherungen eingesetzt werden.

Wir erfahren, wie **Räucherrituale zur Wintersonnenwende** und während der **Rauhnächte** durchgeführt werden können.

Wir kreieren verschiedene Räuchermischungen, welche die Teilnehmenden mit nach Hause nehmen.

Der Workshop fin-

det am Sonntag, 8. Dezember 2019, von 9 bis 12 Uhr im Circle of Emotion, in Hedingen, Gehrstrasse 16, statt. Kurskosten Fr. 80.- inkl. Skript und selbsthergestellte Räuchermischungen. Die Kursleiterin **Ernestine Astecker**, Allgäuer Wildkräuterführerin, Homöopathin und Apothekerin, freut sich auf interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

**Anmeldung:** [kontakt@eastecker.ch](mailto:kontakt@eastecker.ch)

**Tel. 043 322 86 70, [www.eastecker.ch](http://www.eastecker.ch)**

