

# Die Welt der Frauenheilkräuter



## V o r t r a g

mit Kräuterefachmann **Gottfried Hochgruber** (Moarleitnerhof)

am **Mittwoch, 14. Jänner 2015 um 19:30 Uhr**

in der **Öffentlichen Bibliothek Sand in Taufers**

### Zum Inhalt:

Willkommen in der Welt der Frauenheilkräuter! Immer mehr Frauen wünschen sich einen ganzheitlichen, gesunden Lebensstil und greifen dabei vermehrt auf das uralte Wissen um Frauenkräuter und Heilpflanzen zurück. Und es gibt viel zu entdecken in der Welt der Frauenkräuter. Kräuter bieten auf vielfältige Weise einen sanften Weg, die eigene Gesundheit und Lebensqualität zu steigern. Im Leben einer Frau gibt es viele verschiedene Abschnitte, die ihren Rhythmus bestimmen können. Von der Pubertät über Schwangerschaft und Stillzeit bis hin zu den Wechseljahren verändern sich Lebensrhythmus und Hormonhaushalt. Für alle diese Phasen gibt es Frauenkräuter, die helfen können, den Hormonhaushalt ins Gleichgewicht zu bringen und typische Beschwerden zu lindern. Speziell auf die Bedürfnisse von Frauen abgestimmt, lernen Sie in diesem Vortrag die wichtigsten Kräuter und deren Anwendung für zuhause kennen.



Bibliothek\_Biblioteca  
P. Josef A. Jungmann