



©Fotolia.com, LFI Kärnten

#### Seminartermin

MI, 13. Juni 2018

DO, 14. Juni 2018

jeweils von 09:00-17:00 Uhr

#### Seminarorte:

Lammersdorfer Alm, Millstatt

Millstätter Alm, Millstatt

#### TREFFPUNKT:

08:30 Uhr Millstatt / Billaparkplatz

#### Anmeldung:

LFI-Kursnummer: LA-18-18746

beim LFI Kärnten

Tel.: 0463/5850-2500

office@lfi-ktn.at

www.lfi.at/ktn

#### Teilnehmerbetrag:

€ 105,00

Übernachtung und Verpflegung sind  
nicht im Kurspreis enthalten!

#### Referentin:

- Elisabeth Obweger,  
Dipl. Alpenmentorin,  
FNL Heilkräuterexpertin

#### In Zusammenarbeit mit:

#### LFI Kärnten

# Almkräuter entdecken, sammeln und verarbeiten

**Mittwoch und Donnerstag, 13.-14. Juni 2018, 09:00-17:00 Uhr**  
**Lammersdorfer und Millstätter Alm, 9872 Millstatt**

#### 1. Kurstag:

Gesundheitsförderliche **Heilwirkung der Alm** - erleben Sie die  
einzigartige **Heilkraft der Alm auf Körper, Geist und Seele**.

Lernen Sie die Verwendung von wildwachsenden Gewürzpflanzen und  
Almkräutern kennen. Die Pflanzen werden gemeinsam in der Natur  
gesammelt und zu köstlicher Kräutersuppe und  
Kräutertopfenvariationen verarbeitet. Beim gemeinsamen Verkosten  
darf der Mühe Lohn dann genussvoll verzehrt werden.

#### 2. Kurstag:

Achtsam und mit einfachen Methoden werden wir aus den  
**Almkräutern hochwertige Heilmittel** für unsere "Outdoorapotheke"  
zubereiten.

#### Mitzunehmen:

Wetterfest Kleidung, festes Schuhwerk, ev. Sitz- Schreibunterlage,  
Schlafsack für Übernachtung - Alpenvereinshütte Millstätterhütte