

# Heilwirkung der Wachteleier



Arzneien aus der Natur sind manchmal ideal verpackt, das Wachtelei ist das beste Beispiel. Es bietet uns eine reiche Palette lebenswichtiger Aminosäuren.

## Gesundheit kann man essen

- › Informationen über die Wachtel als Nahrungsmittel
- › Tipps zu Herkunft, Einsatz und Aufbewahrung des Wachteleis
- › Informationen über die gesundheitsfördernden Wirkstoffe

## Wertvolles Wissen

- › Für Menschen, die gesund sein und bleiben wollen. Der Ratgeber zeigt, was Sie vom Wachtelei erwarten können und wie es in der Küche, in der Körperpflege und als Heilmittel eingesetzt werden kann.

## Wachteleier können helfen

- › bei Allergien
- › zur Entgiftung & Entschlackung
- › beim Aufbau von Energie
- › zur Vitalisierung des Körpers
- › um Abwehrkräfte zu stärken
- › als Anregung des Stoffwechsels u.v.m.

**SIEGRID HIRSCH**, naturverbunden aufgewachsen in unberührter Landschaft im östlichsten Zipfel Österreichs, besuchte die Höhere technische Lehranstalt für Hochbau. Nach Heirat und der Geburt der Kinder wuchs ihr Interesse an alternativen Heilweisen. Sie schrieb vorerst für mehrere Regionalzeitungen und arbeitete dann lange Jahre als Redakteurin und Moderatorin für Hörfunk und Fernsehen beim ORF. Schon von der Mutter in den Gebrauch von Heilpflanzen eingeweiht, absolvierte sie in Ignaz-Schlifnis-Heilkräuterschule eine Heilpflanzen- und Botaniker-Ausbildung. Ihr Engagement führte sie in den größten Kräuterverein Österreichs, wo sie als Vorstandsmitglied wirkt. Sie leitet seit 2002 die Redaktion der Zeitschrift „Gesundheitsbote“.

## KONTAKT ZUR AUTORIN:

Siegrid Hirsch  
Telefon: +43 732 781108 19  
Fax: +43 732 781108 18  
Email: s.hirsch@freya.at



## Siegrid Hirsch Heilwirkung der Wachteleier

Die Heilerfolge des  
Uzejir Imsirovic  
Format: 17 x 22 cm  
Flexocover, 88 Seiten,  
Fadenheftung,  
durchgehend vierfärbig,  
viele Fotos  
ISBN: 978-3-99025-108-9  
Preis: € 9,90

## PRESSEKONTAKT & MATERIALBESTELLUNG

Freya Verlag GmbH, presse@freya.at, +43 732 781108-0

Wir bitten herzlich um Erwähnung des Titels und freuen uns sehr, wenn Sie ein Belegexemplar anfordern. Abdruck honorarfrei bei Nennung des Verlags.

