

# Alte Heiler

## *Ein neuer Weg zu den Heilkräutern*

### VIEL NEUES ÜBER UNSERE HEIMISCHEN HEILKRÄUTER

Zurück zu den Heilkräutern, die auch unsere Vorfahren schon als Medizin und Nahrung verwendet haben und um die sich als heilige Pflanzen der Götter oder später der christlichen Heiligen mystische und spannende Geschichten ranken – das ist der Weg der passionierten Kräuterfrau Judith Koch.

Dieses praxisnahe Buch ermöglicht es jedem Interessierten, zielsicher Heilkräuter in der Natur zu finden und mit wenigen Kräutern eine passende Hausapotheke für sich und seine Familie zusammenzustellen. Viele überraschend neue phytotherapeutische und volksmedizinische Anwendungen sowie einfache, aber raffinierte Rezepte für die tägliche gesunde Ernährung helfen dabei, der Natur einen großen Schritt näher zu kommen.

**JUDITH KOCH**, geb. 1964, ist ausgebildete Kräuterpädagogin, Autorin und fachliche Beraterin einer großen Fachzeitschrift, die über das Heilen und Pflegen nach alter Tradition berichtet. Das alte Wissen um die Geschichten von Pflanzen und deren wohltuender Wirkung auf Menschen gibt sie regelmäßig auf Vorträgen weiter. Sie lebt mit ihrer Familie am Rhein und hat sich dort den Traum eines großen Naturgartens erfüllt. Dort pflanzt, beobachtet und erprobt sie heimische Wild- und Heilpflanzen.

#### KONTAKT ZUR AUTORIN:

Judith Koch  
In der Wässerscheid 11  
53424 Remagen, Deutschland  
E-Mail: [ju@judithkoch.de](mailto:ju@judithkoch.de)



Judith Koch

#### **Alte Heiler**

*Ein neuer Weg zu den Heilkräutern*  
Format: 17 x 22 cm  
Flexocover, 238 Seiten,  
Fadenheftung,  
durchgehend vierfärbig,  
viele Fotos  
ISBN: 978-3-99025-281-9  
Preis: € 19,90

### PRESSEKONTAKT & MATERIALBESTELLUNG

Freya Verlag GmbH, [presse@freya.at](mailto: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.