

Heilkraft aus dem Kräutergarten



VOM DUFTSÄCKCHEN FÜRS AUTO BIS ZUM VERPACKUNGS-FREIEN KRÄUTERZUCKERL – IN SELBST GEMACHTEN KRÄUTER-PRODUKTEN STECKT GANZ VIEL KRÄUTERLIEBE.

Rezepte laden zum Nachmachen und Staunen ein. Wann und wie Kräuter gesammelt und getrocknet werden wird genauso nahegebracht wie das Haltbarmachen und die richtige Teemischung.

Über 100 Pflanzen, die in der Naturheilkunde eine große Bedeutung haben, werden portraitiert. Das Buch ist ein guter Ratgeber von der Herstellung bis zur Anwendung von Räucherpflanzen, Kinderpflanzen, Badekräutern, Duftkissen u.v.m.

Eigene Kapitel widmen sich den Heilkräutern für Frauen von der Pubertät bis ins hohe Alter, den Duftkräutern, und der Naturmedizin Oxy-mel.

Eine kleine Figur namens *Fünkchen* begleitet durch das Buch und meldet sich immer dann zu Wort, wenn ein Gedankenblitz gefestigt werden soll.

SILVIA BAUMGARTNER, aufgewachsen auf einem Bauernhof in Judenburg, lebt mit Familie in Reichenfels in Kärnten. Sie ist Leiterin des Kräutergartens in Bad St. Leonhard/Kärnten, Dipl. Kräuterpädagogin, Aromapraktikerin, hat Ausbildungen zur Räucherfrau und zu den Meisterkräutern. Neben dem Fulltime-Job ist sie Selbstversorgerin und bewirtschaftet eine Almhütte.



Silvia Baumgartner
**Heilkraft aus dem
Kräutergarten**
Rezepte und Anwen-
dungen

Format: 17 x 22 cm,
Klappenbroschur,
216 Seiten
durchgehend vierfärbig
ISBN 978-3-99025-496-7
Preis: € 19,90

PRESSEKONTAKT & MATERIALBESTELLUNG

Freya Verlag GmbH, presse@freya.at, +43 7235 50 40 5

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

