KOMM,
WIR GEHEN RAUS

KRÄUTER PÄDAGOGIN

Mona Stelzer-Gabriel

„Frau Holla`s Gänseblümchen“

Leidenschaft für Wildkräuter- und Naturliebe

Mein Name ist Mona Stelzer-Gabriel und ich bin zertifizierte Kräuterpädagogin der Gundermann-Naturerlebnisschule, zertifizierte Natur-und Wildkräuterpädagogin der Natur- und Heilpflanzen Akademie „Villa Natura“ nach Dr. scient. med. Patricia Purker, Wien und weiterhin ausgebildet an der Gundermann Akademie/ Bündnis für nachhaltige Entwicklung, nach Dr. Dirk Holterman.
Außerdem bin ich zertifizierte Waldgesundheitstrainerin am Institut „Klang der Erde“, bei Maria Magdalena Bölling.

„Komm wir gehen raus“

ist meine Intention und eine Herzensangelegenheit von mir. Ich möchte Euch mitnehmen auf Wanderungen, Spaziergänge und Safaris rund um das Thema „Wildkräuter“. Wir wollen gemeinsam die heimische Natur- und Pflanzenwelt vor unserer Haustür erkunden und erleben, was wir mit Wildkräutern, die übrigens keine Unkräuter sind, alles herstellen und zaubern können, um nicht nur unseren täglichen Speiseplan kulinarisch zu bereichern, sondern auch gesund und bunt aufzupeppen.
Wildpflanzen haben bis zu 100mal mehr Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe als Kulturpflanzen.

Außerdem möchte ich Euch Workshops anbieten, um miteinander aus Wildkräutern die tollsten Dinge herzustellen. Sei es Kosmetik, färben mit Pflanzen oder die Abfüllung von Tinkturen, Auszügen und vielen anderen genussreichen Kräuterprodukten.

Begleitet mich auf Streifzügen durch die Natur. Lasst uns gemeinsam einen achtsamen Umgang erfahren, atmen und unsere Umgebung mit allen Sinnen erfahren und genießen! Nebenbei erzähle ich einiges aus der Welt der Kräuter, Magisches, Ethnobotanisches, Bezauberndes und möchte einen Einblick in die Nachhaltigkeit geben.

Ich freue mich auf Euch!
Mona Stelzer-Gabriel

Mona Stelzer-Gabriel
Rieglersreuth 4
95239 Zell im Fichtelgebirge

Tel.: 0151/51691179
E-Mail: Mona@frauholla.de
www.frauholla.de