










Programmkalender November 2020 bis April 2021

(Stand: 26.10.20, Änderungen vorbehalten)

	Grüne Kraft- Naturheilmittel des Winters	Montag, 16.11.20 18.30-21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Salben, Tinkturen, Tees, Sirupe und mehr: Wir nutzen die Pflanzenkraft des Winters und stellen bewährte Hausmittel nach alten Rezepturen für die Hausapotheke her.
	Die Heilkraft der Gewürze	Freitag, 20.11.20 18.30 – 21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Tauchen Sie ein in die verführerische Welt der Gewürze, probieren und erfahren Sie, wie Sie mit den richtigen Gewürzen der Gesundheit auf die Sprünge helfen können!
	Medikamente für Kinder	Montag, 23.11.20 19-21.00 Uhr <i>Beitrag: 19 Euro</i>	Welches Medikament braucht mein Kind bei Erkältung, Durchfall, Blasenentzündung oder einer Allergie? Wann sind fiebersenkende Mittel sinnvoll und was gebe ich bei Reizhusten? Und sind alle diese Medikamente überhaupt für Kinder getestet und zugelassen? Informieren Sie sich!
	Weihnachtsmarkt im Treffpunkt	Samstag, 28.11.20 10-18.00 Uhr <i>einfach reinschauen!</i>	Kleine Geschenke zum Basteln, kaufen und verschenken! Probieren Sie Leckereien für die Weihnachts-tafel und stellen Sie selbst Räucherkerzen her!
	Weihnachtsdüfte und Teezauber	Donnerstag, 10.12.20 15.00-17.00 Uhr <u>oder</u> 18.00-20.00 Uhr <i>Beitrag: 19 Euro</i>	Schnuppern und Kosten Sie sich in die Weihnachtszeit. Zimt, Vanille, Orange und viele weitere ätherische Öle vermitteln uns Sinnlichkeit, Ruhe, Geborgenheit und Wärme. Genießen Sie darüber hinaus wohltuende Teerezepturen .
	Die besten Abnehm-Tricks	Freitag, 08.01.21 18-21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Das Know-how für alle, die schlanker, beweglicher, selbstbewusster und lebenslustiger werden wollen!
	Die homöopathische Hausapotheke	Montag, 11.01.21 13.30 – 17.00 Uhr <u>oder</u> 18.00 – 21.30 Uhr <i>Beitrag: 39 Euro</i>	Auf den Spuren Samuel Hahnemanns lernen Sie die Grundprinzipien der klassischen Homöopathie verstehen. Stellen Sie dann Ihre eigene kleine homöopathische Hausapotheke zusammen.
	Diabetes rückgängig machen?!	Donnerstag, 14.01.21 18.00-21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Ist Diabetes (Typ II) heilbar, gibt es bereits die Wunderpille und was sagt die Naturheilkunde?
	Im Wein liegt Wahrheit.... <small>zu Gast: Weinküfermeister & Winzer Stefan Bönsch</small>	Freitag 15.01.2021 19.00-21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Im Wein liegt Wahrheit...und Gesundheit. Wir werden an diesem Abend viele Wahrheiten finden, sowohl im Wein, bei fachlicher Expertise und köstlichen Speisen!
	Aromaöle – ein Streifzug durch die Welt der Düfte	Montag, 18.01.21 15.00-17.30 Uhr <u>oder</u> 18.30-21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Lassen Sie sich von aromatischen Düften verführen - schnuppern, kosten und verarbeiten Sie Aromaöle zu wertvollen Begleitern für Ihre Gesundheit!

	Bio - Identische Hormone <small>zu Gast: Frau Dr. Naudszus</small>	Donnerstag, 21.01.21 18.30 – 21.00 Uhr <i>Beitrag: 25 Euro</i>	Die Hormontherapie in den Wechseljahren hat noch immer einen schlechten Ruf. Bioidentische Präparate sollen dagegen besonders sanft wirken. Was ist wirklich dran?
	1-Tages-Diät Quälerei... oder Wunderwaffe?	Freitag, 22.01.21 9.00 -18.00 Uhr <i>Beitrag: 69 Euro</i>	Langsam wird es eng um den Bauch herum? Dann ist es höchste Zeit, die Notbremse zu ziehen! Bei diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit dazu. Spaß und Abnehmen inclusive!
	Kulinarische Reise um die Welt <i>Italienischer Abend</i>	Samstag, 23.01.21 18.30-22.00 Uhr <i>Beitrag 39 Euro</i>	„Dolce vita“ in Langebrück! Gemeinsam rocken wir bei italienischen Impressionen und romantischen Klängen die gesunde mediterrane Küche . Lassen Sie sich überraschen!
	Kulinarische Reise um die Welt <i>Italienischer Mittag</i>	Montag, 25.01.21 10.30 - 14.00 Uhr <i>Beitrag 39 Euro</i>	„Dolce vita“ in Langebrück! Gemeinsam rocken wir bei italienischen Impressionen und romantischen Klängen die gesunde mediterrane Küche . Lassen Sie sich überraschen!
	Hildegard von Bingen <small>zu Gast: Frau HP Dean</small>	Donnerstag, 28.01.21 19.00- 21.00 Uhr <i>Beitrag: 25 Euro</i>	Die heilige Hildegard von Bingen ebnete durch ihre Schriften den Weg zu einer ganzheitlichen Medizin. Erfahren Sie, wie wir unsere Gesundheit durch ihre Empfehlungen auch heute noch stärken können.
	Osteoporose - ganzheitlich betrachtet	Montag, 01.02.21 18.00 – 21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Wie kann Osteoporose entstehen, wie können Sie vorbeugen und welche Möglichkeiten einer Behandlung stehen Ihnen offen?
	Leckereien aus der (gesunden?) Schokoladenküche	Samstag, 06.02.21 10.00-13.00 Uhr <u>oder</u> 15.00-18.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Es ist dunkel, kalt und ungemütlich – perfektes Schokoladenwetter. Warum nicht mal Schokolade selber machen? Heute haben Sie die Gelegenheit dazu!
	Dr. Schüssler und seine Salze (Einführungskurs)	Montag, 08.02.21 18.00 - 21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Lernen Sie die 12 Schüssler-Salze kennen und bei leichten Beschwerden gezielt anzuwenden!
	Fermentieren leichtgemacht!	Donnerstag, 11.02.21 14.30 - 17.00 Uhr <u>oder</u> 18.00 - 20.30 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Fermentieren liegt wieder im Trend! Fermentierte Lebensmittel sind lange haltbar, sehr gut verdaulich und Super-Food für unsere Darmflora. Fermentieren Sie mit!
	Frühstück für Verliebte	Sonntag, 14.02.21 09.30 – 12.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Wie könnte ein Frühstück für Verliebte aussehen? Seien Sie dabei, wenn wir kreative Ideen in die Tat umsetzen und Sie dann in romantischer Stimmung die Herzensgenüsse mit Ihrem Schatz genießen!

	Bachblüten- Blüten für die Seele	Donnerstag, 18.02.21 14.00 – 17.00 Uhr <u>oder</u> 18.00 – 21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Die Blüten nach Dr. Bach können Hilfestellung leisten, wenn es darum geht, Angst, Stress, innere Unruhe oder andere negative Seelenzustände im Alltag zu bewältigen. Erfahren Sie mehr...!
	Leckereien aus der Aromaküche	Montag, 22.02.21 10.00-13.00 Uhr <u>oder</u> 18.00-21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Kochen mit Kräutern und ätherischen Ölen : ein sinnliches Vergnügen und ideal für die schnelle und zugleich gesunde Küche.
	Mit Ernährung heilen?	Donnerstag, 24.02.21 18.00-21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Erfahren Sie, wie Sie mit bewusster Ernährung vielen Krankheiten vorbeugen oder ihre Behandlung unterstützen können!
	Liebscher & Bracht Schmerztherapie zu Gast: Frau HP Prohl	Donnerstag, 11.03.21 18.00 – 19.30 Uhr <i>Beitrag: 15 Euro</i>	Die Liebscher & Bracht Schmerztherapie ist eine neue und eigenständige Methode zur Behandlung von Schmerzen. Frau Tanja Prohl (Heilpraktikerin aus DD-Hellerau) stellt Ihnen die Methode vor und beantwortet Ihre Fragen.
	Naturkosmetik - selbstgemacht!	Samstag, 13.03.21 10.00 – 13.00 Uhr <u>oder</u> 15.00 – 18.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Sie möchten Ihre eigene Naturkosmetik herstellen und tolle Rezepte ausprobieren? Dann ist heute der Tag dafür!
	„Schützen“-Abend	Montag, 15.03.2021 18.00 – 21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Sie sind Sternbild „Schütze“ , lesen gern Horoskope und fragen sich, ob andere Menschen dieses Sternbildes auch so ticken wie Sie? Sie sind herzlich eingeladen!
	Österliche Überraschungen	Samstag, 20.03.21 10.00 – 16.00 Uhr <i>Beitrag: 49 Euro</i>	Sie möchten für Ostern unter fachlicher Anleitung Kreatives mit Naturmaterialien gestalten, leckere Rezepte ausprobieren und kleine Geschenke vorbereiten? Diesen Samstag haben Sie dafür Gelegenheit!
	Heilpflanzensäfte gezielt einsetzen	Montag, 22.03.21 15.00 -17.00 Uhr <u>oder</u> 18.30- 20.30 Uhr <i>Beitrag: 25 Euro</i>	Frischpflanzensäfte sind Natur pur. Ob bei Erkältung, zur Fettverdauung, bei rheumatischen Beschwerden, nervöser Erschöpfung oder Sodbrennen, gegen alles ist ein Kraut gewachsen...
	3-Tages-Kurs: Intervall- und Basenfasten	Freitag, 26.03.21 bis Sonntag, 28.03.21 <i>Beitrag: 159 Euro</i>	3 Tage für Ihre Gesundheit! Lernen Sie, beide Methoden zu beherrschen und selbstständig mit Erfolg im Alltag zu integrieren.
	Mein Schlank Tag	Samstag, 27.03.21 9.00-17.00 Uhr <i>Beitrag: 59 Euro</i>	Im Rahmen des 3-Tages-Kurses Intervall- und Basenfasten haben Sie die Möglichkeit, nur 1 Tag dabei zu sein und etwas für Ihre Figur und das gesundheitliche Wohlbefinden zu tun.
	Dr. Schüssler und seine Salze (Einführungskurs)	Montag, 29.03.21 14.00 - 17.00 Uhr <u>oder</u> 18.00 - 21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Lernen Sie die 12 Schüssler-Salze kennen und bei leichteren Beschwerden gezielt anzuwenden!

	Fit ab 50 !	Mittwoch, 31.03.21 18.00 – 21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Fakten, Fakten, Fakten – für die Gesundheit und... Zuversicht für die schönsten Jahre...
	(E)Älternabend- Kinder aus dem Haus- was nun?	Donnerstag, 15.04.21 18.30 - 21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Wenn Kinder das Haus verlassen, genießen manche Eltern die zurückgewonnene Zeit. Andere rutschen in eine Sinnkrise. In den 60er Jahren fanden amerikanische Soziologen einen Begriff dafür: Das Empty-Nest-Syndrom.
	Kulinarische Reise um die Welt <i>Japanischer Abend</i>	Samstag, 17.04.21 18.30-22.00 Uhr <i>Beitrag 39 Euro</i>	Die Japanische Küche gilt als sehr fettarm und eine der gesündesten Küchen überhaupt. Wichtige Zutaten sind Fisch, Reis oder Nudeln. Kochen Sie mit und machen Sie sich mit den Traditionen dieses Landes bekannt!
	Was ist Anthroposophie?	Mittwoch, 21.04.21 18.00 – 21.00 Uhr Beitrag: 29 Euro	Mit der Anthroposophie („Weisheit vom Menschen“) begründete Rudolf Steiner ein offenes Weltbild, das naturwissenschaftliche Erkenntnisse, philosophische und spirituelle Ansätze integriert. Es erwartet Sie ein Abend voller Erkenntnisse!
	3-Tages-Kurs: Intervall- und Basenfasten	Freitag, 23.04.21 bis Sonntag, 25.04.21 <i>Beitrag: 159 Euro</i>	3 Tage für Ihre Gesundheit! Lernen Sie, beide Methoden zu beherrschen und selbstständig mit Erfolg im Alltag zu integrieren.
	Mein Schlank Tag	Samstag, 24.04.21 9.00-17.00 Uhr <i>Beitrag: 59 Euro</i>	Im Rahmen des 3-Tages-Kurses Intervall- und Basenfasten haben Sie die Möglichkeit, nur 1 Tag dabei zu sein und etwas für Ihre Figur und das gesundheitliche Wohlbefinden zu tun.
	Grüne Kraft- Naturheilmittel des Frühlings	Montag, 26.04.21 18.30-21.00 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Salben, Tinkturen, Tees, Sirupe und mehr: Wir nutzen die Pflanzenkraft des Frühlings und stellen bewährte Hausmittel nach alten Rezepturen für die Hausapotheke her.
	Heil-Kräuterwanderung - Frühling -	Freitag, 30.04.21 09.00 - 12.30 Uhr <u>oder</u> 15.00 – 18.30 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Lernen Sie die Frühlings-Heil-Kräuter der Dresdner Heide kennen und ihre Wirkung schätzen - später zaubern wir daraus ein leckeres und gesundes Kräuter-Mittagessen- oder Abendessen!
	Heil-Kräuterwanderung - Frühling -	Montag, 03.05.21 09.00 - 12.30 Uhr <u>oder</u> 15.00 – 18.30 Uhr <i>Beitrag: 29 Euro</i>	Lernen Sie die Frühlings-Heil-Kräuter der Dresdner Heide kennen und ihre Wirkung schätzen - später zaubern wir daraus ein leckeres und gesundes Kräuter-Mittagessen- oder Abendessen!

Buchung:
über **Sylva Richter (alias Landapothekerin) Tel.: 0162 565 33 66,**
www.landapothekerin.de; info@landapothekerin.de