



Workshop

Mit Wildpflanzen fit und munter durch den Winter

Vom glücklichen Darm zum gesunden Immunsystem.

Ort

Laufen

Datum und Uhrzeit

Donnerstag,
10. September 2026,
17.30 – ca. 20.00 Uhr

Treffpunkt

EGK, Birsark 1,
4242 Laufen

Informationen und Anmeldung

EGK-Gesundheitskasse
Agentur Laufen
Telefon: 061 765 55 11
E-Mail: laufen@egk.ch

In diesem Workshop lernst du essbare Wildpflanzen und Wildfrüchte kennen, die dein Immunsystem stärken und deinen Darm unterstützen.

Du erfährst, wie die «wildes Grünen» mit ihren wertvollen Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralien zu deinem Wohlbefinden beitragen können. Zudem lernst du einfache Rezepte kennen und stellst dein eigenes Wildpflanzen-Oxymel her – ein traditionelles Gesundheitsgetränk für die kalte Jahreszeit.

Die Teilnahme ist kostenlos.