

Pressemitteilung

Der Apfel und seine Pflanzenweisheiten

Genüsslichen und heilsamen Entspannungsabend für Körper und Seele

Naturtrainerin Andrea Kemper bietet am Freitag, **den 14. Oktober** im Naturschutzzentrum des Kreises Coesfeld einen genüsslichen und heilsamen Entspannungsabend für Körper und Seele an. Im Mittelpunkt steht von 18:00 bis 21:00 Uhr eine uns allseits bekannte, heimische Frucht: der Apfel.

Passend zur Ernte beschäftigt sich Frau Kemper mit vielen interessanten Aspekten des Apfels. Sein vielfältiger Geschmack, seine Heilkraft und seine Wirkung sind in zahlreichen Rezepten, Bräuchen und Mythen überliefert. Sinnliche Erfahrungen, Geschichten, Gesundheitstipps sowie Rezepte für Küche, Körperpflege und Wohlbefinden werden den gemütlichen Abend bereichern. Selbstverständlich genießen Sie auch fruchtigen Apfeltee, süße Bratäpfel. Mit einer selbst bereiteten Apfelmassage für gesunde Haut lauschen Sie einer entspannenden, meditativen Fantasiereise.

Die Veranstaltung findet auf dem Alten Hof Schoppmann in Nottuln-Darup statt und kostet 20 Euro (alles inkl. Materialien). Weitere Infos und Anmeldung unter: 02502/9012310. Bitte bequeme Kleidung mit Yogamatte o.ä. sowie Decke mitbringen.



Heimische Frucht mit Heilkraft – der Apfel

(Foto: Naturschutzzentrum Kreis Coesfeld e.V.)