

# Workshop: Een geneeskrachtige tuin

## Zondagmiddag 25 mei

Je hoeft geen kruidentuin te hebben om te profiteren van de geneeskracht van planten. Niet alleen is onze natuur één grote kruidentuin waar je tal van kruiden kunt vinden. Ook in onze achtertuinen en/of moestuinen kunnen we planten kweken die een geneeskrachtige werking hebben. Deze planten zijn meestal mooie en goede bijenplanten en ook te gebruiken voor kruidenthee, zalfjes te maken of kruidenbitter. Welke geneeskrachtige planten kun je in je achtertuin of moestuin planten? Welke stoffen maken deze planten geneeskrachtig en hoe kun je hiervan profiteren? Na een uitgebreide uitleg over de geneeskrachtige inhoudsstoffen van planten en wat deze doen in ons lichaam komen de volgende onderwerpen aan bod:

- Kruidenthee samenstellen (kruiden kweken, drogen, bewaren en mengsels maken)
- Een kruidenazijn, hier gaan we mee aan de slag en het resultaat neem je mee naar huis.

De workshop wordt verzorgd door Paula van Lingen, diëtist/herborist.



De workshop is mogelijk voor maximaal 15 personen.

**Datum :** Zondag 25 mei

**Tijd:** Inloop: vanaf 13.00 uur. We startten om 13.30 uur

**Duur:** 3 uur

**Prijs:** € 12,50 pp voor leden BTV en € 15,00 pp voor niet leden (inclusief kruiden en overige materialen)

**Waar:** Verenigingsgebouw De Schuur in park de Steenen Camer  
Hannesstraatje 2a, 6843 NV Arnhem

**Voraf aanmelden en betalen bij:**

Via email naar [evenementen@btv-elderveld.nl](mailto:evenementen@btv-elderveld.nl)