



# BITTERE FRÜHLINGSKRÄUTER – WOHLBEFINDEN STÄRKEN



**Dr.iur. Romana Seunig, MSc.**

Gesundheitswissenschaftlerin und Kräuterbäuerin



Mittwoch,

**04. Juni 2025  
19.00 Uhr**

**Sitzungssaal am Gemeindeamt  
in St. Michael ob Bleiburg**

Der Vortrag ist kostenlos!



LAND KÄRNTEN



Unter der großen Auswahl an frühen Wild- und Gartenkräutern gibt es einige die vor allem durch ihren bitteren Geschmack auffallen.

Die Beforschung von pflanzlichen Bitterstoffen hat in den letzten Jahren unser Wissen über die vielfältigen positiven Auswirkungen dieser Kräuter auf unser Wohlbefinden stark erweitert.

Im Vortrag werden einige dieser besonderen Frühlingskräuter vorgestellt sowie einfache Anwendungen und alltagstaugliche Rezepte besprochen.

*Frau Romana Seunig, vlg. Ruditz, ist Gesundheitswissenschaftlerin und Kräuterbäuerin aus Ebenthal. Ihre Vorträge, Workshops und Gartenführungen erfreuen sich großer Beliebtheit. Sie ist Autorin der Bücher „Räuchern - im Einklang mit der Natur“ und „Kräuterbuschen - gestern und heute“ und Betreiberin eines Hofladens.*

[www.kräuterland.at](http://www.kräuterland.at)

Anschließend:  
Siegerehrung  
**der TeilnehmerInnen  
der Blumenolympiade 2024**

**& Möglichkeit der Anmeldung  
zur Blumenolympiade 2025**

*Herzlichst eingeladen / Prisrčno vabljeni!*

