

Vegetarisch Kochen nach den fünf Elementen (TCM) mit einheimischen Wildkräutern

<u>Kontakt/Koord.:</u>	Danielle Cesarov-Zaugg Pavillonweg 14 3012 Bern	Telefon: 079 354 71 46 e-Mail: danielle.cesarov@itsa.ch
<u>Fachwissen TCM:</u>	Nicoletta Mastropiero Bernstrasse 92 3072 Ostermundigen	Telefon: 031 922 30 26 e-Mail: nicoletta@mastropiero.ch
<u>Wildkräuter:</u>	Hans Peter & Prisca MüZu (Müller-Zuber) Burgerweg 36 2532 Magglingen	Telefon: 032 322 08 03 E-Mail: info@wildkraeterkurse.ch

<u>Inhalt und Ablauf:</u>	- Danielle	Begrüssung /Ablauf	10'
	- Nicoletta	Einführung TCM / 5 Elemente und Ernährung	60'
	- MüZu	Wildkräuter nach 5 Elementen und Sammeln	90'
	- Pause	Wildkräuterhäppli	20'
	- MüZu/Nicoletta	Wildkräuter verarbeiten und Kochen	60'
	-	Essen, Geniessen, Austauschen individuelle Fragen	120'

Datum/Zeitraum: Samstag 3. Juli 2021 14-20h

Ort: Magglingen, Burgerweg 36 – Garten/Wiese und nähere Umgebung / Kochen draussen

Org. ÖV / Auto (Mitfahrgelegenheiten): bitte bei Anmeldung mitteilen, wer mitfahren möchte!

Sprache: deutsch

Kursunterlagen: Pflanzenportraits / Heilwirkung - MüZu Rezepte nach den 5 Elementen gekocht

Material: Palmblatt Teller und Mehrwegbesteck vorhanden (**bringt euer Glas mit!**)

Kosten pro Teiln.: Essen, Getränke, Kursunterlagen: Unkostenbeitrag für Kurskosten pro Person: CHF 90.--

Anmeldung: danielle.cesarov@itsa.ch und info@wildkraeterkurse.ch

Anmeldeschluss: Donnerstag 1. Juli 2021 **Teilnehmerzahl:** mind. 6 / max. 12

Bedingungen: Witterung: findet bei jeder Witterung statt / ev. Ausweichmöglichkeit bei extremer Witterung
Versicherung: Sache der Teilnehmer
Kursabsage: 24 h vor Kurs, danach Bezahlung der ganzen Kurskosten
Massnahmesituation: Anpassungen kurzfristig nach Bedarf / wir arbeiten ohne Masken – persönliche Schutzbedürfnisse werden respektiert



Danielle Cesarov-Zaugg, Pavillonweg 14, 3012 Bern - 079 354 71 46 www.globalmatrix.ch
<https://www.facebook.com/globalmatrixcesarov/> Mailadresse: danielle.cesarov@itsa.ch

Verbindliche Anmeldung für den Wildkräuterkochanlass in Magglingen vom 3. Juli 2021 14-20h

Ich habe die Bedingungen gelesen und akzeptiere diese.

Name und Vorname, Adresse; Anzahl Personen, die teilnehmen _____

Mailadresse:

Natelnummer: (ich habe **whats app** JA/NEIN – ich habe **Telegram** JA/NEIN) _____

Datum und Unterschrift: _____