

Selbstversorgung 6h

Selbstversorgung ist heute in aller Munde, aber nichts Neues. In diesem Kurs vermitteln wir altes landwirtschaftliches Wissen und neue Ansätze. Wie kannst du dir z.B. in deinem urbanen Umfeld Oasen der Freude schaffen, die dich auch noch versorgen? Lerne alte Techniken, werde unabhängiger, finde dich wieder in einem Leben voller Nachhaltigkeit, nutze die natürlichen Ressourcen, schone die Umwelt und deinen Geldbeutel und werde zum Selbstversorger.

Im Kurs, geleitet von erfahrenen Outdoor-und Survivaltrainern und Selbstversorgern erfährst du z.B.

- **wie man Pflanzen auf kleiner Fläche (z.B. Balkon/Fensterbrett) anbaut**

Hier erfährst du, wie du Verpackungen aus dem Haushalt upcyclen kannst, um daraus Saatgefäße und Saatkäpfe herzustellen, wie du vertikal gärtner kannst, wie du aus deinen Gemüseabfällen flüssigen Kompost gewinnst, der nicht stinkt! U.v.m.

- **wie man Lebensmittel haltbar macht**

Neben dem klassischen Einwecken gibt es viele weitere Methoden, um deine Lebensmittel zu konservieren, wie z.B. trocknen, räuchern, in Salz/Öl/Essig einlegen.

Wir zeigen Dir, wie das geht

- **wie man Natur-kosmetik/-reinigungsmittel und -medizin selbst herstellt**

Die eigene Salbe herstellen ist nicht nur etwas sehr individuelles, sondern auch nachhaltig und ohne chemische Zusatzstoffe, denn du entscheidest was hineinkommt. Wir machen gemeinsam Salben, Reinigungsmittel und Naturmedizin aus Wildkräutern.

- **wie man Brot auf dem Lagerfeuer bäckt u.v.m.**

Du fragst Dich bestimmt, wie das geht? Es geht und es ist sehr lecker! Wir backen es gemeinsam aus wenigen Zutaten und probieren dann das frische und duftende Brot.

Im Preis enthalten sind viele Rezepte, sowie ein gemeinsames Essen.

Mitbringen kannst Du ein kleines Glas mit Schraubdeckel, Einen leeren Tetrapack Milch, Dein eigenes Geschirr und Besteck, eine Trinkflasche und viel Wissensdurst. Wir freuen uns auf Dich!

Die WaldWeiber

Kathleen, Kathrin & Cathleen



WaldWeiberWissen

Von der Natur lernen