



NEUES
WISSEN
& ALTE
WEISHEIT
aus der Welt
der Wilden
Weiber
Küche

RÄUCHER-
STICKS &
KRÄUTER-
BUSCHEN:
Traditionelle
Reinigung
mit Räucher-
werk



Regina Jungmayr

Wirerstraße 379
5350 Strobl am Wolfgangsee
+43 (0)664 3443844

office@gesundmitbildung.at
www.gesundmitbildung.at
www.uralteweisheit.com

IMPRESSUM: F.d.I.v.: Regina Jungmayr, Wirerstraße 379, 5350 Strobl am Wolfgangsee / Gestaltung: stil-punkt.at / Bilder: Regina Jungmayr, shutterstock.com / Stand: April 2017 / 1. Auflage

- Regina Jungmayr*
- Gesundheitspädagogin nach Kneipp
 - Akademische Gesundheitsbildnerin
 - Wildkräuter- u. Blüten-Genuss-Köchin
 - Weblog-Autorin
(ReginasWildeWeiberKüche/UralteWeisheit)
 - Seit 20 Jahren freiberufliche Referentin, Projektmanagerin, Seminar- und Workshop-Leiterin für Institutionen, Akademien, politische Entscheidungsträger und Firmen in der Gesundheitsförderung
 - Schamanisch Praktizierende

- Wilde Weiber Küche*
- Beiträge für Magazine, Radio und Fernsehen, z.B. für das Magazin „Leben im Salzkammergut“, die „ORF nachlese“ & „ORF Salzburg heute“, Expertinentipps in „ORF Radio Salzburg“ für naturnahe Gesundheitsvorsorge nach Kneipp
 - Kreative, kulinarische Rezepte mit Wildkräutern & Blüten aus Natur und Küche
 - Neues Wissen & alte Weisheit aus der Welt der Wilden Weiber
 - Bewährte Hausmittel aus Natur und Küche
 - Heilsame Rituale & naturheilkundliche Tipps

**REGINAS
WILDE
WEIBER
KÜCHE**

*Gewürzt mit einer großen
Prise Liebe und einem Hauch
sinnlicher Magie*





EINZIG-
ARTIG:
Koch- u.
Kreativ-
Workshops
mit Regina
Jungmayr



BELEBEN
SIE IHRE
SINNE:
Tauchen
Sie mit
mir ein
in die
Welt der
heilsamen
Genüsse
für Körper,
Geist und
Seele!



Wohltuende Rezepte...

Ob Blütentorte, Wildkräuter-Brot, Hausmittel-Spezialitäten oder Jahreszeiten-Ritual, die kulinarischen & seelischen Schmankerl sind...

... liebevoll zubereitet mit erprobten und bewährten Zutaten aus der Welt des neuen Wissens und der Tradition der alten Weisheit

... gewürzt mit einer großen Prise Liebe und einem Hauch sinnlicher Magie!

... verpackt in kreative, wohltuende Rezepte, informative & spannende Workshops und/oder Seminare

Wilde Weiber Küche

Reiches Wissen über gesunde Ernährung, ganzheitliche Gesundheitsvorsorge und langjährige Kocherfahrung vereint zu einem runden Ganzen.

Mein Ziel:
Körper UND Seele gesund erhalten, durch:

... **wertschätzenden, achtsamen Umgang** mit sich selbst, den anderen, der Natur und ihren heilsamen Schätzen

... **bewusste Auswahl von hochwertigen Zutaten** für alle Speisen, Getränke, Hausmittel & Co

Kochworkshops

... rund um die Themen **Wildkräuter-** und **Blütenküche**, **Lebens-** und **Liebeselixiere**, **Wald-** und **Wiesenmedizin** (Hausmittel)

Kreativworkshops

... zu den Themen **Räucherbündel** und/oder **Kräuterbuschen binden**

*Die Koch- und Kreativworkshops finden u.a. im einzigartig mystischen Ambiente des **RAUCHHAUS „MÜHLGRUB“** (Hof/Sbg.) statt.*

Spirituelle Gesundheit

Neben der körperlichen Gesundheit wird in Reginas Wilder Weiber Küche auch großer Wert auf die spirituelle Gesundheit gelegt.

WORKSHOP-REIHE
„SPIRITUELLE GESUNDHEIT“:

- Naturspirituelle Kurse & Seminare, wie z.B. Almaszeittage, Traumfänger bauen, Bergmedizin
- Heilsame Rituale, Jahreskreisfeste und Mondrituale für Körper, Geist und Seele nach alter schamanischer Tradition



KOCH- UND
KREATIV-
WORKSHOPS:
Gemeinsam
genießen



Mehr **INFOS & TERMINE** zu **KURSEN & SEMINAREN**:
www.gesundmitbildung.at
www.uralteweisheit.com