

# VILLIINNY VILLIVIHANNEKSISTA



**20.5.2017** (klo 10 – 18)

**Frantsilan Hyvän Olon Keskus**  
(Kyröspohjantie 320, Hämeenkyrö)

**Oletko kiinnostunut kokeilemaan ”hortoilua” ja saamaan aivoannoksen vitamiineja, hivenaineita ja antioksidanteja omalta pihaltasi ja Suomen luonnosta.**

**Ossi Kakko**, villivihannesten asiantuntija ja **Virpi Raipala-Cormier**, fytoterapeutti, opettavat tunnistamaan syötäviä rikkaruohoja ja muita luonnonkasveja sekä käyttämään niitä ruoanlaitossa (salaateissa, muhennoksissa, keitoissa, kevytvoissa, lätyissä, leivonnaisissa, juomissa jne). Opit käytännössä valmistamaan myös omat villivihanneshapatteesi. Tuo mukanaasi lasipurkkeja – isompia ja pienempiä – niin saat mukaasi omat viherpommisi.

**Ossi Kakko** on vihkiytynyt syötäviin kasveihin ja saanut omat allergiansa hoidettua pois villivihannesten avulla. Hän opettaa villivihanneksia ja luomuviljelyä Gaya –ekoyhteisössä.

Mukana asiantuntijana on myös **Virpi Raipala-Cormier**, Frantsilan Luomuyrttitilan perustaja, yrttien moniosaaja sekä fytoterapeuttien ja luontaishoitajien kouluttaja.

**Kurssin hinta on 85€** (sis. kasvislounaan ja iltapäiväkahvin / yrttiteen leivonnaisineen)

**Sitovat ilmoittautumiset 3.5.2017 mennessä**

03 – 343 5500 / [frantsila.luomu@frantsila.com](mailto:frantsila.luomu@frantsila.com)  
kerro samalla mahdollisista ruoka-allergioista

alustava ohjelma kääntöpuolella =>

# VILLIINNY VILLIVIHANNEKSISTA 20.5.2017

## Alustava ohjelma

9.30 – 10 **Saapuminen** Frantsilan Hyvän Olon Keskukseen

10.00 **Villiinny villivihanneksista, Ossi Kakko ja Virpi Raipala-Cormier**  
Frantsilan Hyvän Olon Keskuksen puutarhassa, takapihalla ja Virpin puutarhassa tunnistetaan ja tutustutaan syötäviin luonnon kasveihin ja niiden käyttöön sekä vaikutuksiin

12.30 **Lounas.** Menüssa mukana myös villiyrttiruokia

13.30 **Ohjelma jatkuu**

15.00 **Iltapäivän kahvi- ja yrttiteehetki**

15.30 **Villivihannesten hapatus, Ossi Kakko**  
Kerätään kasveja ja aloitetaan tekemään omiin purkkeihin villivihanneshapatetta

18.00 **Kotiinpaluu**

**Jos haluat jäädä vielä päivälliselle (klo 18),  
ota yhteyttä Aija Lento**

**040 591 8742 / [aija.lento@frantsilanhyvanolonkeskus.fi](mailto:aija.lento@frantsilanhyvanolonkeskus.fi)**

