**Disclaimer**

Tijdens de workshop houden we ons bezig met het verkennen en ervaren van verschillende kruiden en toepassingen.

Het is echter van essentieel belang om te begrijpen dat het gebruik van kruiden niet zonder risico’s is.

Hoewel kruiden bekend staan om hun heilzame eigenschappen, kunnen ze ook interacties veroorzaken met bepaalde medicijnen, allergische reacties veroorzaken of andere onvoorziene effecten.

Als kruidenvrouw ben ik geen gekwalificeerde kruidengeneeskundige of gezondheidsspecialist.

Het is van belang dat elke deelnemer aan deze workshop zich bewust is van zijn of haar eigen gezondheidstoestand, eventuele medicatie die wordt ingenomen, allergieën en andere relevante medische informatie.

Ik adviseer bij twijfel contact op te nemen met een arts, herborist, of andere deskundige.

Sint-janskruid staat bv bekend om zijn interactie met medicijnen. Luister altijd goed naar je lichaam en raadpleeg bij langdurige klachten deskundige specialisten.

Bij zwangerschap en het geven van borstvoeding is het goed om te weten dat je niet alle kruiden zomaar kunt gebruiken.

Zorg er voor dat je goed op de hoogte bent als je kruiden toch wilt inzetten.

Bij twijfel altijd deskundig advies inwinnen.

Dit geldt ook voor kinderen onder de 12jaar!

Ook draag ik geen verantwoordelijkheid voor de individuele beslissingen van deelnemers met betrekking tot het gebruik van kruiden of bij mij

gekochte kruiden.

Mijn rol is louter educatief, en ik moedig een verstandige en verantwoorde benadering van Kruidengebruik aan.