

KRÄUTERKUNDE INTENSIVKURS ABLAUF



APRIL | Grundlagen Botanik und Naturheilkunde

- Kennenlernen
- Botanische Grundlagen
- sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe und ihre Wirkungsweisen
- Kräuterspaziergang: Erkunden der ersten Frühlingskräuter

MAI | Frühlingskräuter

- Kräuterspaziergang
- Frühlingskräuter und ihre Heilkräfte
- Alkoholische Tinkturen und Gele

JUNI | Sommerkräuter Teil 1

- Kräuterspaziergang
- Kräutersolen
- Ölauszüge, Salben und Cremes

JULI | Sommerkräuter Teil 2

- Kräuterspaziergang: Sommerkräuter
- Sirupe, Honigauszüge, Oxyml

SEPTEMBER | Hautpflege

- Kräuterspaziergang: Wiederholung & Auffrischung
- Grundlagen der Grünen Kosmetik
- Rohstoffkunde
- Praxis: Herstellung von Lotion, Deo, Shampoo, Lippenpflege, Zahnpflege

OKTOBER | Wurzeln und Wildfrüchte

- Kräuterspaziergang: Schwerpunkt Wildfrüchte, Samen und Wurzeln
- Wurzelgraben und richtiges Verarbeiten
- Verarbeitung

NOVEMBER | Grundlagen des Räucherns

- Grundlagen des Räucherns mit Monika Barth-Golser
- Nadelbäume und ihre Wirkungen
- Abschluss

Der Ablauf kann sich je nach Wetterlage und Vegetation ändern.