

Deine Kräuterausbildung

Werde zur Kräuterfrau

Teil 3

Wildkräuter für die ganze Familie einsetzen im Jahreskreislauf



Entdecke die Welt der Wildkräuter und lerne, wie du dieses Wissen für DICH und DEINE Familie - nachhaltiger, natürlicher und gesünder integrieren kannst! Du wirst über 100 der mitteleuropäischen Wildpflanzen kennen, von denen der **Großteil auch in deiner Umgebung wächst**, wenn du **grüne Wälder und Wiesen in deiner Nähe** hast.

Gemeinsam erleben wir ein Jahr in und mit der Natur, lernen Abläufe und die Grundlagen der traditionellen Europäischen Medizin zu verstehen. Verarbeiten Pflanzen im Jahreskreislauf und bekommen ein Verständnis für die Wirkungsweisen auf unseren Körper.

Du wirst danach deinen Blick für die Schönheiten der Natur haben und täglich an vielen Heilkräutern vorbeigehen und dieses fast vergessene Wissen wieder zurück in deine Familie holen, wo es Jahrhunderte bewahrt war.

"Alle Wiesen und Matten, alle Berge und Hügel sind Apotheken." (Paracelsus)

Was dich erwartet

- 🌿 6 x Kurstage jeweils von 10-17 Uhr
- 🌿 4 x Kräuterwanderungen vor Ort
- 🌿 Umfangreiche Unterlagen mit vielen einfachen Rezepten
- 🌿 Checklisten und Bücherempfehlungen

Das Besondere an diesem Seminar

- 🌿 Praxis steht im Vordergrund
- 🌿 Einfache & unkomplizierte Rezepte mit regionalen Zutaten aus Küche, Garten & Natur
- 🌿 Lernen mit allen Sinnen und in Kleingruppen
- 🌿 Austausch in einer WhatsApp-Gruppe
- 🌿 Wir begegnen Wildkräutern in der Natur und im Jahreszyklus

Ausbildungsziel Ausbildung

- 🌿 Kompetenz in der Bestimmung von Pflanzen erwerben
- 🌿 Pflanzenfamilien, Arten & Systematik unterscheiden
- 🌿 Mehr als 100 heimische Heil- und Wildkräuter im Jahreszyklus in verschiedenen Wachstumsperioden beobachten
- 🌿 Vertiefung der Botanischen Grundkenntnisse
- 🌿 Kenntnis pädagogischer Grundlagen
- 🌿 Pflanzliche Inhaltsstoffe, Wirkungen & Anwendungen
- 🌿 Wann und wo du Wildkräuter sammeln kannst
- 🌿 Größe, Formen und Standorte der Pflanzen richtig einschätzen
- 🌿 Viele leckere Delikatessen aus Wald und Wiese
- 🌿 Wildobst & Wildgemüse verarbeiten und verkochen & Haltbarmachung
- 🌿 Ernährungsphysiologische Aspekte & Mikronährstoffe von Wildkräutern & Wildobst
- 🌿 Ernte, Zubereitung, Lagerung & Anwendung von Wildkräutern
- 🌿 Gibt es Verwechslungsmöglichkeiten mit giftigen Doppelgängern?
- 🌿 Wissen über den Nutzen von Wildpflanzen im kulinarischen Bereich
- 🌿 Wie du essbare Wildkräuter/-pflanzen erkennen, richtig bestimmen und verarbeiten kannst - für deine Naturapotheke und eine gesunde Hautpflege für die ganze Familie
- 🌿 Welche Pflanzenfamilien und deren Vertreter es gibt und welche Methoden du zur Pflanzenbestimmung einsetzen kannst
- 🌿 Wirkung & Anwendung von Frauenkräutern, Kräuter für Atemwege & Immunsystem, Kräuter für Bewegungsapparat, Verdauungs- & Stoffwechselkräuter, entgiftende Kräuter, Kräuter für Herz & Kreislauf, Kräuter für Psyche & Neurologie, schmerzlindernde Kräuter, Fruchtbarkeits-, PMS- & Wechsel- & Schwangerschaftskräuter, Wildkräuter für Tiere
- 🌿 Kräuteranwendungen, praktische Herstellung & Rezepturen von Kräuterdrogen, Kräuterextrakten, Lösungsmitteln, Infus, Dekokt, Mazerat, Tinkturen, Öle, Sole, Essigansatz, Kräuterwein, ätherische Öle, Tonikum, Kräuterhonig, Salbe, Bad, Duftkissen, Waschung, Wickel, Inhalation, Hydrolate, Sauerhonig Oxymel, Räuchern, Saft, Sirup, Einkochen
- 🌿 Zielgruppen spezifische Wissensvermittlung

Umfang der Ausbildung:

Gesamt: 355 Unterrichtseinheiten, diese umfassen...

- 🌿 Anwesenheit an allen 6 Kursterminen (85% Anwesenheitspflicht)
- 🌿 Selbststudium der Skripten, evtl. weiterführende Recherchen
- 🌿 Selbsterfahrungen
- 🌿 Wer mit Zertifizierung (gesondert zu buchen) abschließen möchte:
 - Schreiben einer Abschlussarbeit
 - Anlegen eines Herbariums mit 30 Pflanzen
 - Abschlussprüfung/Präsentation der Projektarbeit

Inhalt der Kräuterausbildung - Teil 3



1. Modul - Einführung in die Baum- und Knospenheilkunde

- ☼ Keltischer Baumkreislauf ☼ essbare Bäume ☼ Heilwirkungen von heimischen Bäumen
- ☼ Anwendungen & Sammeltipps ☼ Warum wirken Knospen? ☼ Was bedeutet Gemmotherapie ☼ Selbersammeln – Sammelzeitpunkt ☼ Knospen und ihre Anwendungsgebiete ☼ Knospenformen ☼ Bestimmungshilfen ☼ Knospen-Portraits
- ☼ Grundkenntnisse der Herstellung von Knospenmazerate ☼ **Pflanzenexkursion**

2. Modul - Pflanzenfamilien und Bestimmungsmerkmale

- ☼ Grundkenntnisse der Pflanzensystematik ☼ die wichtigsten Pflanzenfamilien ☼ typische Gemeinsamkeiten ☼ Wirkstoffe ☼ typische Vertreter ☼ Übungen für ein schnelles Lernen von Pflanzen ☼ Gegen viele Leiden ist ein Kraut gewachsen ☼ Krankheiten von A-Z
- ☼ Zielgruppen spezifische Wissensvermittlung ☼ Wie plane ich eine Kräuterwanderung?
- ☼ **Pflanzenexkursion** und Anwendung der Theorie in der Praxis

3. Modul - Frauenkräuter - Naturheilkunde für Frauen

- ☼ Heilpflanzen-Medizin von und für Frauen ☼ die wichtigsten Frauenkräuter ☼ die drei größten Frauenhelfer ☼ wirksame Anwendungen ☼ keine Chance für Frauenleiden ☼ Hilfe in den einzelnen Lebensphasen ☼ Wirkungsweise wichtiger Frauenkräuter ☼ Beschwerden und natürliche Hilfe von A-Z ☼ Übersichtstabelle ☼ Herstellung von einfachen Kräuterprodukten für die Frau ☼ **Pflanzenexkursion**

4. Modul - Wunderbare Wickel & Auflagen, traditionelle Hausmittel

- ☼ Was sind Wickel & Auflagen? ☼ Wie wirken Wickel & Co.? ☼ Anwendungen für Kinder
- ☼ Grenzen und Gefahren von Wickeln ☼ Wann warme – wann kalte Wickel? ☼ Welcher Wickel ist der richtige? ☼ Checkliste ☼ Wickelmaterial und -zubehör ☼ Wickeltipps
- ☼ Rezepte und Anwendungen von Wickel & Auflagen ☼ **Pflanzenexkursion**

5. Modul - Traditionelle Europäische Medizin & Naturpädagogische Arbeit

- ⊗ Grundlagen der TEM ⊗ die vier Temperamente, Säfte und Elemente - Lehre ⊗ Pflanzenheilkunde
- ⊗ Vier Temperamente-Küche ⊗ traditionelle TEM-Anwendungen
- ⊗ Zungendiagnostik ⊗ Checkliste der traditionellen Heilkräuter ⊗ Thermik von Heilkräutern und Lebensmitteln ⊗ Literaturrempfehlungen ⊗ Pädagogische Wissensvermittlung
- ⊗ Kennenlernen von pädagogisch wertvollen Spielen für Kinder

6. Modul – Kräuterstempel und Kräuterkissen

- ⊗ Prüfungsvorbereitung ⊗ Rechtsgrundlagen ⊗ Kennzeichnungspflicht ⊗ Berufsrechtliche Aspekte
- ⊗ Praxisbeispiele ⊗ Das 1 x 1 der Kräuterstempel ⊗ Anwendung und Wirkung der Massage ⊗ Wirkungsweise ⊗ Wissenswertes über Öle und Haut ⊗ Kräuterstempel binden ⊗ Ätherische Öle bei der Kräuterstempel-Massage ⊗ Themenstempel für verschiedene Behandlungen ⊗ Ablauf einer Massage ⊗ Schönheitsrituale ⊗ Theorie und Praxis

Zur Referentin: DI Elisabeth Teufner BEd.

- 🌿 Diplomierte Pflanzenwissenschaftlerin
- 🌿 Natur-, Agrar- und Umweltpädagogin
- 🌿 Kräuter - und DIY-Kosmetik Expertin
- 🌿 Referentin von Lehrerweiterbildungen in pädagogischen Hochschulen
- 🌿 Referentin in der Erwachsenen Bildung
- 🌿 TCM- Ernährungsberaterin
- 🌿 Stoffwechselltypexpertin
- 🌿 Buchautorin

Zur Referentin: Elke Wallner

- 🌿 Jahrelange „Selbstermächtigterin“
- 🌿 Kräuterpädagogin
- 🌿 Wachau.hiata
- 🌿 Grüne Kosmetik Pädagogin
- 🌿 Grüne Natur Apotheke-Expertin

Termine

- 🌿 [INFOS & TERMINE - Werde zur Kräuterfrau Teil 3](#)
 - 🌿 jeweils von 10.00 - 17.00 Uhr
-

Wo findet das Seminar statt

1) **Gästehaus** Familie Öllerer: Getreidegasse 2, 3454 Sitzenberg-Reidling
www.hausundhof-oellerer.at

1) **Naturakademie – wild.wuchs.Natur** - Elisabeth Teufner, Gartengasse 14, 3452 Atzenbrugg

Genauere Anfahrtswege bekommst du nach deiner Zahlungsbestätigung per Mail (bitte schaue in deinem Spamordner) und auch rechtzeitig vor Kursbeginn per E-Mail nochmal zugeschickt.

Was ist mitzubringen:

Schreibzeug (Block, Schreibstift), ein Bestimmungsbuch.

Dem Wetter entsprechende Kleidung (2. Paar Schuhe für drinnen und draußen

Regenschutz, Sonnenschutz, Trinkflasche) Wir sind bei jedem Wetter draußen, außer bei strömenden Regen.

Unterkunft

Falls du eine Unterkunft brauchst:

- **Bitte direkt im [Gästehaus der Familie Öllerer](#) buchen!**

Abschluss 3. Teil

Nach absolvieren sämtlicher Module bekommst du eine Teilnahmebestätigung für deinen Kurs.

Berufsmöglichkeiten

Danach kannst Du mit Personen/Gruppen & Kindern:

- Kräuter-Workshops veranstalten
- Kräuterwanderungen organisieren und abhalten
- Vorträge & Kräuterseminare organisieren und abhalten
- Verfassen von Kräuterbüchern und -broschüren
- Herstellung und Verkauf von ätherischem Öl für Duftlampen, Duftessenzen zur Raumluftverbesserung, Sitzsäcke und Polster und deren Befüllung
- Verkauf von Kräuterprodukten z.B. Kräutersalz, Kräutertee, Räuchermischung, Kräuterkissen -> nach gewissen Kriterien
- Kräuterprodukte an Freunde & Familie verschenken
- Menschen mit Kräuterwissen begeistern
- in- & outdoor tätig sein

Voraussetzung für den Abschluss

- Absolvierung aller Module (85% Anwesenheitspflicht)
- Positiv abgeschlossene Projektarbeit & Herbarium
- Positiv abgeschlossene Abschlussprüfung

Abschlussprüfung ist im November.

Weitere Informationen folgen im Kurs!

Rechtl. Grundlagen für deine Selbständigkeit

Als Kräuterpädagog*in kannst du als sogenannte „**neue Selbstständige**“ tätig sein, um dein Wissen an andere zu vermitteln – eine spezifische Gewerbe-Anmeldung ist dazu nicht notwendig. Wissensvermittlung in Vorträgen, Workshops, Seminaren, Kochkursen etc. ist gemäß § 2 GewO von der Gewerbeordnung ausgenommen. Es ist keine Gewerbeberechtigung erforderlich.

Wenn du aber **Kräuterprodukte**, oder Kosmetika herstellen und verkaufen möchtest, musst du auf aktuelle Vorschriften achten. Diese unterliegen gewissen Produkt- und Inverkehrbringungsregel. (Hört sich jetzt schlimmer an, als es ist) Welche rechtlichen Rahmenbedingungen du kennen musst werden in unserer Ausbildung besprochen.

Genauerer erfolgt in der Ausbildung.

Danach kannst Du mit Erwachsenen & Kindern:

- Kräuter-Workshops veranstalten
- Kräuterwanderungen organisieren und abhalten
- Vorträge & Kräuterseminare organisieren und abhalten
- Verfassen von Kräuterbüchern und -broschüren
- Herstellung und Verkauf von ätherischem Öl für Duftlampen, Duftessenzen zur Raumluftverbesserung, Sitzsäcke und Polster und deren Befüllung
- Verkauf von Kräuterprodukten z.B. Kräutersalz, Kräutertee, Räuchermischung, Kräuterkissen -> nach gewissen Kriterien
- Kräuterprodukte an Freunde & Familie verschenken
- Menschen mit Kräuterwissen begeistern
- in- & outdoor tätig sein

Teilnahmevoraussetzungen

* vollendetes 18. Lebensjahr

* Teamfähigkeit, Selbstdisziplin, Freude und Motivation beim Lernen

* last but not least: Kräuter-Begeisterung 😊

Stornoversicherung

Du kannst dich optional für eine Stornoversicherung entscheiden. Solltest du am Kurs nicht teilnehmen können, erhältst Du die Kurskosten ersetzt.

[Alle Details zur Stornoversicherung](#)

Änderungen

Die wild.wuchs.Natur-Akademie behält sich Änderungen der Termine vor. Bei eventuellen Änderungen werden alle Teilnehmer selbstverständlich unverzüglich per Mail verständigt. Kommt jedoch so gut wie nie vor 😊

Haftung

Die Teilnahme an der Kräuterausbildung erfolgt freiwillig. Die Teilnehmer übernehmen innerhalb und außerhalb des Kurses die Verantwortung über eventuell von ihnen verursachte Schäden selbst. Veranstalter und Vortragende sind von Haftungsansprüchen freigestellt.

Änderungen vorbehalten
© Elisabeth Teufner, wild.wuchs.Natur-Akademie