

## Lehrgang "Kräuterwissen nach Hildegard von Bingen"

Im Jahreskreis entdecken wir alle wichtigen Pflanzen der Hildegard von Bingen: Bertram, Wermut, Heilziest, Dinkel, Galgant, Quendel, Diptam, Zitwer, Hauswurz oder Gundelrebe. Besonders intensiv widmen wir uns der Heilkraft der Bäume und erkunden Quitte, Rose, Birne, Kastanie, Zwetschke, Ahorn oder Linde. Die Herstellung von Naturarzneien erfolgt nach Originalrezepturen Hildegards. Im Lehrgang lernen wir praxisorientiert die Herstellung mittelalterlicher Arzneien nach den Originalrezepturen Hildegards.

Neben Heilweinen, Salben, Tinkturen und Elixieren entdecken wir vergessene Präparate wie Oxymel, Latwerch, Lutertrank, Tortellos, Emplastrum oder Heilkleidung. Ebenso stehen die Klassiker der Naturheilkunde Hildegards wie Veilchenwein, Birnhonig, Glückskekse, Herzelixier, Bittertrunk, Wipfelsalbe und Aschenlauge auf dem Programm. Die Gesundheitsansätze der weisen Hildegard sind erstaunlich aktuell und eine wirksame, einfache und vor allem natürliche Gesundheitsvorsorge in der modernen Zeit.

Tag 1: Hildegard's Gesundheitslehre im Winter: Leben und Wirken der Hildegard von Bingen, Hildegard's Ernährungslehre, über die Kraft von Korn und Samen

Tag 2: Kräuterarzneien des Mittelalters: Natürliche Antibiotika, natürliche Antidepressiva und wärmende Pflanzen bei Hildegard

Tag 3: Naturapotheke des Frühlings: Heilkraft des Frühlings, „Viriditas“ - die „grüne Lebenskraft“

Tag 4: Baumheilkunde und Knospen: Bäume, Knospen und Jungtriebe, natürliche Gesundheitsmittel im Frühjahr wie Bitterpflanzen, Reinigung und vitalisierende Pflanzen

Tag 5: Naturheilmittel für die Frau: Weiblichkeit, Lebensfreude und Sexualität bei Hildegard, Natur und Psychologie in Hildegard's Lehren

Tag 6: Vergessenes Naturwissen: Heilsteine, Metalle, Heiltiere, Naturelemente; Hildegard's Kräuterkunde in der Gesamtschau

Tag 7: Abschlussprojekt: Sie stellen ihr Hildegard-Projekt vor

### Information

<b>Kursdauer:</b>	56 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	€ 649,00 (pro Person)
<b>Fachbereich:</b>	Gesundheit und Ernährung
<b>Zielgruppe:</b>	Kräuterpädagogen/-innen, Grüne Kosmetik Pädagogen/-innen, Kräuterexperten, Waldpädagogen/-innen, Schule am Bauernhof-Anbieter/-innen, Bäuerinnen und Bauern und Naturinteressierte

### Mitzubringen:

## Vorarlberg

---

### Verfügbare Termine

---

---

---

---

eigenes Schneidbrettchen und Messer

---