

## **GESUNDHEITSPRAXIS HERBAMIRA**

Pflanzenheilkunde  
Ernährungsberatung  
Seminare

Andrée Rechsteiner  
Naturheilpraktikerin,  
Ernährungsberaterin, Phytotherapeutin  
Lehrerin  
Breitackerstr. 7, 8542 Wiesendangen  
052 337 38 50 / 079 501 59 60  
herbamirapraxis@hotmail.com  
www.herbamira.ch

# Arzneimittel aus dem Kräutergarten

Möchten Sie wissen, wie Sie Ihre Pflanzen aus dem Garten oder gesammelt aus der freien Natur für Ihre Hausapotheke nutzen können? In diesem 2-Tageskurs nutzen wir die Vielfalt aus dem Kräutergarten und lernen die verschiedenen Auszugsverfahren und ihre Weiterverarbeitung kennen. Dabei erfahren Sie auch einiges über Heilwirkungen ausgewählter Heilpflanzen. Dieser Kurs erfordert keine Vorkenntnisse.

**Sonntag, 23. und 30. Juni 2019**

Jeweils von 9.00-16.00 Uhr, mit Mittagspause

- Ziele :**
- Grundlagen für die Herstellung von unterschiedlicher Pflanzenauszügen kennen lernen und anwenden
  - Verarbeitete Kräuter näher kennen lernen und über ihre Heilkräfte etwas erfahren
  - Produkte herstellen für die eigene Hausapotheke

**Kosten:** 430 Fr. (Alles inklusiv: Kursgeld, Material, Arbeitsbuch, Getränke, Zertifikat auf Wunsch)




⇒ Nähere Kursinhalte siehe nächste Seite.

Der Kurstag ist auch als EMR-konforme Fortbildung geeignet (es werden 12 volle Stunden bestätigt).

**Der Kurs findet ab 5 Personen statt. Maximale Teilnehmerzahl: 8. Die Anmeldung über das Kontaktformular ist verbindlich, siehe homepage AGB.**

## Detailliertes Kursprogramm

Datum	Themen	Praxis
Sonntag, 23. Juni 2019	<p><i>Kräuter sammeln, trocknen</i> Teekräuter für Bäder und Schlafkissen</p> <p><i>Wasser- und alkohollösliche Auszüge:</i> Teeregeln Tee-Hydrolat / Hydrolat und ihre Verwendungsmöglichkeiten</p> <p><i>5 Pflanzenportraits:</i> Erkältungs- und abschwellende Pflanzen kennen lernen</p>	<p>Teezubereitung Hustensirup herstellen Hydrolatherstellung Tinktur professionell ansetzen Gesichtswasser herstellen Venen-/Sportgel herstellen Besprechung weiterer Rezepturen Kapseln füllen</p> 
Sonntag, 30. Juni 2019	<p><i>Öllösliche Auszüge:</i> Auszugsöle und ihre Verwendungsmöglichkeiten</p> <p><i>5 Pflanzenportraits:</i> Rheuma/Muskel- und Hautpflanzen kennen lernen</p> <p><i>Ätherische Öle in Salben und Emulsionen</i></p>	<p>Ölauszug professionell ansetzen Husten-/Rheumasalbe herstellen Emulsion (Crème) herstellen Zäpfchen herstellen Inhalierstifte anwenden Besprechung weiterer Rezepturen</p> 