



FREYA

HEILPFLANZEN
SCHULE

freya-heilpflanzen-schule.ch

Heilpflanzen Ausbildung 2019

„Alles in der Natur ist eingestellt auf einen gesunden Rhythmus, einen Wechsel von Bewegung und Ruhe.“ A.Vogel

Der Jahreszyklus zeigt uns, wie wir im Leben vorwärts schreiten und niemals stehen bleiben. In vertiefter Auseinandersetzung mit der Natur kommt es zu berührenden Pflanzen-Begegnungen. Die Lust auf das Eintauchen in den riesigen Kosmos der Heilpflanzen, lässt uns zusammen wachsen.

Ausbildungsinhalte

Pflanzenkenntnisse

- Pflanzenfamilien
- Pflanzeninhaltsstoffe
- Ein Dutzend heimische Pflanzen gut kennen
- Sammeln und Aufbewahren

Pflanzenzubereitungen

- Tee
- Tinkturen
- Gemmopräparate
- Salben
- Öl und Essig
- Energetisieren von Pflanzenzubereitungen

Wilde Kräuterküche

- Heilpflanzen erkennen in der Natur und für die Kräuterküche sammeln
- Kochen mit wilden Kräutern
- Heilnahrung

Pflanzenmeditationen

- Erfahren / Erleben der Natur
- Individuelle Begegnungen mit den Pflanzen in der Natur
- Schulung der Intuition

Weitere Inhalte

- Die Heilkraft der Pflanzen auf Körper, Geist und Seele
- Naturrhythmen erfahren
- Rituale und Räuchern
- Meditationen (Natur- und Pflanzen-Meditationen)



FREYA

HEILPFLANZEN
SCHULE

freya-heilpflanzenchule.ch

Lernziele

- Respektvoller Umgang mit unseren Heilpflanzen
- Theoretische Kenntnisse der Heilpflanzen, ihre Inhaltstoffe und heilkundige Verwendung als Nahrungs- und Heilmittel
- Praktische Umsetzung und Anwendungen: Lernen wie Heilpflanzen verarbeitet werden. Es werden Teezubereitungen, Kochen mit Wildpflanzen, Pflanzen- und Ölauszüge, Salben und vieles mehr zubereitet.

Organisatorisches

Abschluss der Jahresausbildung:

- Bestätigung der Ausbildungsinhalte
- Zertifikat, nach bestandener Prüfung und akzeptierter schriftlicher Abschlussarbeit

Zeiten: Freitag 9:00-17:00 Uhr und Samstag von 9:00-16:00

Ort: Alle Kurse – ausser der Juni Kurs - finden im Bildungszentrum Burgbühl, 1713 St. Antoni statt.
Tel. 026 495 11 73 www.burgbuehl.ch
Reservation für Übernachtung direkt beim Bildungszentrum

Der Kurs vom 5.-8. Juni findet auf der Alphütte Chnewis, Plaffeien (https://www.ville-fribourg.ch/sites/default/files/2018-07/Bourgeoisie_ChaletChnewis_2018.pdf) statt.
Im Preis sind inbegriffen das Übernachten und Essen auf der Hütte.

Mittagessen: An den Samstagen bereiten wir selber eine Wildkräuter-Menue zu (Kosten Fr. 20 pro Mittagessen).

An den Freitagen essen wir auswärts oder Selbstmitgebrachtes.

Preis: Ganzer Lehrgang à 12 Tage Fr 2280
Bezahlung ganzer Betrag auf einmal: Reduktion von 5 %
In 2 Raten zu Fr 1140
In 6 Raten zu Fr 380

Einzelnes Modul à 2 Tage Fr 400

Abmeldung: 4 Wochen vor Kursbeginn werden zu 30 %, 1 Woche zu 50% - ab 3 Tage vorher zu 100% in Rechnung gestellt.



FREYA

HEILPFLANZEN
SCHULE

freya-heilpflanzen-schule.ch

Themen der Wochenenden

April **KnospenKraft**
Vitalität und Lebenskraft neu erfahren

12. / 13. **Pflanzen:** *Brennnessel, Bärlauch, Spitz-, Breitwegerich, Schlüsselblume*

Der Frühling lädt uns dazu ein mit den Knospen und der in ihnen schlummernden Heilkraft zu beschäftigen. In der Gemmotherapie extrahieren wir die grosse Vitalkraft der Knospen, Triebspitzen und Keimlinge genutzt in einem Glycerin/Alkohol Auszug. In der Küche wollen wir die wilde ungestüme Kraft der Brennnessel und des Bärlauchs nutzen, um unseren Körper zu reinigen, zu entgiften und die Speicher aufzufüllen. Dazu hilft uns das erfrischende Grün der Jungpflanzen mit ihren Vitaminen und Mineralien, um die seelischen und körperlichen „Schlacken“ loszulassen. Das zarte Grün treibt buchstäblich den Winter aus dem Körper.

Mai **BlätterGrünsaft**
Grünkraft für die Stärkung des Organismus

10. / 11. **Pflanzen:** *Gänseblümchen, Löwenzahn, Gundelrebe, Giersch*

Gelb ist die Farbe des Lichtes und der Wärme. Die Wiesen strahlen in voller Pracht dem Himmel entgegen. Blüten pflücken, essen und trinken oder trocknen, verwöhnt unsere Sinne. Die Vitalität der Heilpflanzen helfen den Körper zu regenerieren und zu stärken, so dass wir uns aktiv und voller Energie, den Herausforderungen des Lebens stellen können.

Juni **SonnenBlütenEssenz**
Blütenessenz-Entfaltung in den Bergen

5./6./7./8. **Pflanzen:** *Schafgarbe, Beifuss, Frauenmantel, Johanniskraut, Lindenblüten*
Gewürze: *Thymian, Majoran, Minze, Basilikum*

Das Licht der Sonne ist im Sommer am stärksten und lässt die Sonnenblüten auftanken und erstrahlen. Die goldenen Getreidefelder kommen zu Reife und schenken uns ihre Samen. Viele Sommer-Sonnen-Pflanzen unterstützen den weiblichen Zyklus und ihre Fruchtbarkeit. Somit können wir unseren Körper mit Licht zu durchtränken und uns den Qualitäten des „Frau seins“ bewusst werden. Frauenpflanzen begleiten uns auf diesem Weg.



FREYA

HEILPFLANZEN
SCHULE

freya-heilpflanzenchule.ch

September **BeerenStark**

Beeren uns Früchte tonisieren von Innen

6. / 7. **Pflanzen:** *Weissdorn, Schlehe, Holunderbeeren Eberesche, Kornelkirsche*

Es ist die Zeit der vollen und reifen Beeren und Früchten, die uns die Natur schenkt. Diese Farbenpracht und Süsse verlockt uns davon zu kosten und die Essenz der Pflanzen in uns aufzunehmen. Jetzt ist Erntedank – Zeit um Vorräte anzulegen, in dem wir Früchte in allen Variationen haltbar machen.

Oktober **WurzelTiefe**

Tief in der Erde wurzeln

4. / 5. **Pflanzen:** *Engelwurz, grosse Klette, Eichenrinde, Wacholder*

Der Jahreszyklus schliesst sich und die Lebenskräfte ziehen sich zurück. Auch die Pflanzen schicken ihre Kraft ins Erdreich, in die Wurzeln um hier Winterruhe zu halten und neue Energie für den nächsten Frühling zu sammeln. Bei einem letzten Spaziergang nehmen wir Abschied von den Sammelplätzen und bedanken uns für die reiche Ernte. Eine letzte Wurzel, eine letzte Rinde darf es sein, um uns für den Winter zu stärken.