



**FREYA**

HEILPFLANZEN  
SCHULE

freya-heilpflanzen-schule.ch

# Heilpflanzen Ausbildung



*„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

- Hochschwingende, kraft- und wirkungsvolle, energetisierte Pflanzenzubereitungen: Wie geht das?
- Wie und wann sammeln?
- Heilpflanzen Tees
- Tinkturen
- Gemmopräparate (Knospenmazerate)
- Salben
- Öl und Essig

### 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



**FREYA**

HEILPFLANZEN  
SCHULE

freya-heilpflanzenchule.ch

### Weitere Inhalte

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

### Lernziele

- Respektvoller Umgang mit unseren Heilpflanzen
- Theoretische Kenntnisse der Heilpflanzen, ihre Inhaltsstoffe 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.
- Intuition stärken





**FREYA**

HEILPFLANZEN  
SCHULE

freya-heilpflanzenchule.ch

## Organisatorisches

### Abschluss der Jahresausbildung:

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

**Zeiten:** 3-tägiges Seminar:  
Freitag und Samstag 9:00-17:00 Uhr und Sonntag von 9:00-16:00

2-tägiges Seminar:  
Freitag 9:00-17:00 Uhr und Samstag von 9:00-16:00

**Ort:** Alle Kurse – ausser der Juni Kurs - finden statt im  
Zentrum Schwarzsee - [www.zentrum-schwarzsee.ch](http://www.zentrum-schwarzsee.ch)  
Schwarzseestr.150  
CH-1716 Schwarzsee  
+41 76 227 59 83

Reservation für Übernachtung direkt beim Bildungszentrum

Der Kurs vom Juni findet in der Schulküche der OS Tafers statt.  
Übernachtungsmöglichkeit:

Taverna, Tafers - [www.tavernatafers.ch/zimmer/](http://www.tavernatafers.ch/zimmer/)

Burgbühl, St. Antoni - [www.burgbuehl.ch/de/uebernachtung/](http://www.burgbuehl.ch/de/uebernachtung/)

**Mittagessen:** Im Zentrum Schwarzsee gibt es ein Restaurant mit Mittagsmenue

**Preis:** Ganzer Lehrgang à 10 Tage Fr 1990  
Bezahlung ganzer Betrag auf einmal: Reduktion von 5 %  
In 2 Raten zu Fr 995  
In 5 Raten zu Fr 398

Einzelnes Modul à 2 Tage Fr 420

Einzelnes Modul à 3 Tage Fr 630

**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

#### **Knospen & Grünkraft**

*Grünkraft für die Stärkung des Organismus*

**Pflanzen:** Brennnessel, Bärlauch, Spitz-, Breitwegerich, Schlüsselblume  
*alle möglichen Knospen*

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. Des weiteren lernen wir die wilde, ungestüme Kraft der Brennnessel und des Bärlauchs kennen und nutzen, um unseren Körper zu reinigen, zu entgiften und die Mineralstoff-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

#### **Blüten-Sonnen-Essenz**

*Blütenessenz-Entfaltung in den Bergen*

**Pflanzen:** Schafgarbe, Beifuss, Frauenmantel, Johanniskraut, Lindenblüten

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.

### Juni

#### **Wilde Grüne Küche**

**Pflanzen:** Kohldistel, Mädesüss, wilde Rose, Ringelblume, Beinwell

**Gewürze:** Thymian, Majoran, Minze, Basilikum

Seit Millionen von Jahren ernähren sich Menschen mit wilden Kräutern, denn sie stecken voller sekundärer Pflanzenstoffe, Mineralien, Vitamine und Spurenelementen. Anders ausgedrückt: Durch das Essen von Wildpflanzen stärken wir unser Immunsystem, regen den Stoffwechselprozess an und vor allem geben sie unserer Darmflora neue Impulse. Um die Nahrung zum Powerfood zu machen braucht es oft nicht viel. Wild- und Heilpflanzen sind ein einzigartiger Schatz! Wenn wir sie nutzen, dann können wir unsere Nahrung sogar als Medizin einsetzen.



**FREYA**

HEILPFLANZEN  
SCHULE

freya-heilpflanzen-schule.ch

Wir werden durch Wald und Wiesen streifen, die wilden Pflanzen kennenlernen und erfahren wie und wann man sie sammelt. In der Wildkräuterküche zeigen wir, wie Rezepte auf einfache Art und Weise angepasst werden, um daraus Heilnahrung herzustellen.

## **Oktober**      **Wurzeltiefe**

*Tief in der Erde wurzeln*

**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. Zum Abschluss des Heilpflanzen Ausbildungsjahres zeigen wir die Ernte des Erfahrenens und Erlerntens und die Abschlussarbeiten dürfen sich präsentieren.