

## Seminarort, Anmeldung und Informationen:

Bildungshaus Kloster St. Ulrich, Landvolkshochschule  
St. Ulrich 10  
79283 Bollschweil  
Tel: 07602/9101- 0  
Fax: 07602/9101-90  
E-Mail: info@bksu.de

## Kursgebühr:

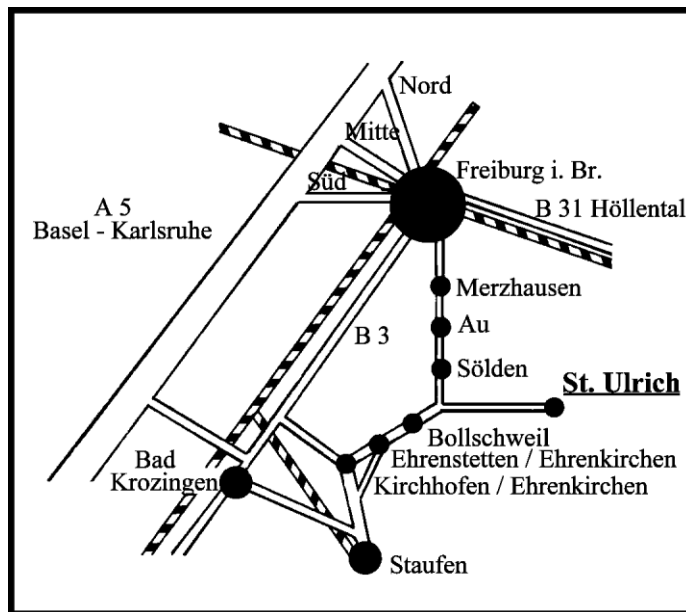
€ 850 (DZ), € 900 (EZ)

Die Kursgebühr beinhaltet Unterkunft und Verpflegung, Seminarkosten,  
Material und Kursliteratur für alle 4 Module

## Termine:

- 15. - 16. April 2024
- 03. - 04. Juni 2024
- 15. - 16. Juli 2024
- 07. - 08. Oktober 2024

Seminarbeginn jeweils am 1. Tag 9.30 Uhr  
Seminarende jeweils am 2. Tag 17.00 Uhr



• Wegerich • Löwenzahn • Bärwurz • Spitzwegerich • Rosen • Gundelrebe • Kresse • Schlüsselblume • Wermut • Frauenmantel • Geißfuß • Nachkerze • Holunder  
• Miere • Brombeere • Mädesüß • Klette • Dost • Blutweiderich • Giersch • Wiesenschaumkraut • Himbeere • Gundelrebe • Beifuß • Wermut • Brennnessel • Geißfuß

# Kräuter-Grundkurs 2024

Grundlagenwissen über heimische  
Wild- und Gartenkräuter

15. - 16. April 2024

3. - 4. Juni 2024

15. - 16. Juli 2024

7. - 8. Oktober 2024



**Bildungshaus  
Kloster St. Ulrich**  
Landvolkshochschule

Bauerngarten- und  
Wildkräuterland Baden e.V.



**kraeuter-regio.de**

## Liebe Kräuterfreundinnen und Kräuterfreunde,

wir freuen uns über Ihr Interesse am Kräuter-Regio Grundkurs. Hier wird Ihnen in Theorie und Praxis Grundlagenwissen über unsere heimischen Wild- und Gartenkräuter vermittelt.

Über das Jahr verteilt lernen wir in vier Seminareinheiten die typischen Kräuter der jeweiligen Saison drinnen und draußen kennen und bereiten daraus allerlei Schmackhaftes, Gesundheitsförderndes und Kreatives zu.

Die Seminareinheiten bauen inhaltlich und organisatorisch aufeinander auf, der Kurs ist daher nur als Ganzes buchbar. Es können maximal 16 Personen teilnehmen.

Sie lernen unterschiedliche Referentinnen kennen und werden durchgängig von einer erfahrenen Kräuterpädagogin begleitet. Diese steht Ihnen auch zwischen den Terminen als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

Wir laden Sie herzlich ein!

**Bernhard Nägele, Bildungshaus Kloster St. Ulrich** und das **Team der Kräuter-Regio:**

- **Petra Rehm-Hug**, Kräuterpädagogin, Elektronikerin (Kursleitung)
- **Andrea Tellmann**, Heilpraktikerin, Krankenschwester
- **Bärbel Höfflin-Rock**, Dipl.-Geografin, Kräuterpädagogin
- **Karin Rotzler**, Kunstpädagogin, Krankenschwester
- **Eva-Maria Schüle**, Dipl.-Ing. agr., Klostergärtnerin

## Kräuter zum Genießen – aus dem Programm:

### Modul 1: Kräuter im Frühling

Montag, 15. April 2024 – Eva-Maria Schüle

Einführung und Kennenlernen aller Referentinnen  
Lebensräume und Standortverhältnisse  
Kräuter selbst anbauen, Frühlingssmoothies  
Abendprogramm: Lebensweg St. Ulrich

Dienstag, 16. April 2024 – Bärbel Höfflin-Rock

Botanische Grundlagen und Pflanzensystematik  
Was darf ins Körbchen? Kräutersalz, Kräuteröl  
Kreuzblütler, Hahnenfußgewächse – typische Inhaltsstoffe

### Modul 2: Fit in den Frühsommer

Montag, 03. Juni 2024 – Bärbel Höfflin-Rock

Wildkräuter in der Küche  
Bärlauch, Giersch, Holunder, Löwenzahn und Co.  
Liliengewächse, Doldenblütler,  
Rötegewächse und deren wichtigen Inhaltsstoffe  
Abendprogramm: Likör- und Schnapsprobe

Dienstag, 04. Juni 2024 – Andrea Tellmann

Rosengewächse - Gerbstoffe erleben  
Haustee: sammeln, mischen und genießen  
Brennnessel: von Küche bis Kosmetik

### Modul 3: Sommerzeit

Montag, 15. Juli 2024 – Andrea Tellmann

Bitter im Mund, im Magen gesund  
Magenbitter und Tinktur ansetzen  
Johanniskraut: Öl, Räuchern, Mythologie  
Abendprogramm: Lagerfeuer in der Steinmühle

Dienstag, 16. Juli 2024 – Karin Rotzler

Ätherische Öle verwöhnen die Sinne  
Melisse und mehr  
Hydrolate, die Düfte der Natur

### Modul 4: Der Herbst

Montag, 07. Oktober 2024 – Karin Rotzler

Kräuterkissen  
Wiesenvisitenskarten  
Abendprogramm: Kartausgarten

Dienstag, 08. Oktober 2024 – Eva-Maria Schüle

Kraft aus der Wurzel, Wurzeln graben  
Erkältungs- und Flügelpflege-Balsam  
Pflanzenpräsentationen der TeilnehmerInnen  
Abschluss mit allen Referentinnen

**MACHEN SIE MIT?!**