

KRÄUTERWANDERUNGEN	Essbares Grün rund um die Wachsenburg. Ich lade dich ein, ins Reich der Wildkräuter. Neben Anleitungen für das sichere Bestimmen der Wildkräuter und Hinweisen für die heilkräftige Nutzung in Küche und Hausapotheke gibt es spannende Geschichten aus dem Kräuterreich. Die Wanderungen beginnen und enden im Kräutergarten.	
	Mittwoch, 29. April 17:00 – 20:00 Uhr	Kräuterwanderung 1 - Frühlingskräuter, essbares Grün für Küche und Gesundheit. Im Frühling sind die Kräuter klein, fein und zart und unterstützen unsere Verdauungs- und Entgiftungsorgane. Zudem bereichern sie unsere Küche mit einer besonderen Aromenvielfalt. Laß dich überraschen.
	Samstag, 2. Mai 13:00 – 16:00 Uhr	Kräuterwanderung 2 - Frühlingskräuter, essbares Grün für Küche und Gesundheit Im Frühling sind die Kräuter klein, fein und zart und unterstützen unsere Verdauungs- und Entgiftungsorgane. Zudem bereichern sie unsere Küche mit einer besonderen Aromenvielfalt. Laß dich überraschen.
	Mittwoch, 20. Mai 17:00 – 20:00 Uhr	Kräuterwanderung 3 - Vom Baumblättersalat bis Wiesengrün Essbare Landschaften rund um die Wachsenburg. Im Mai schenken uns die Bäume ihr zartes Grün für Kulinarik und Heilzwecke. Diesmal bestimmen wir die Kräuter auf der Wiese und genießen delikate Baumblätter. Waldbaden inklusive.
	Samstag, 13. Juni 13:00 – 16:00 Uhr	Kräuterwanderung 4 - Essbare Blüten und Johanniskräuter Um die Sommersonne stehen viele Kräuter in voller Blüte und sind besonders heilkräftig. Auf dieser Tour lernst du traditionelle Johanniskräuter erkennen und erfährst magische Geschichten rund um ihre Verwendung. Eine Wanderung der besonderen Art.
	Mittwoch, 1. Juli 17:00 – 20:00 Uhr	Kräuterwanderung 5 - Von Essbaren Blüten bis Wiesengrün Im Sommer begegnen wir den essbaren Wildblüten an Bäumen, Sträuchern und auf der Wiese. Du lernst sie sicher bestimmen und was du in der Küche und für die Hausapotheke herstellen kannst. Flower-Power einmal anders!
	Samstag, 5. September 13:00 – 16:00 Uhr	Kräuterwanderung 6 - Essbare Samen und Wilde Früchte im Herbst Die Herbstkräuterwanderung führt uns zu den heilenden Früchten, Samen und Wurzeln. Du erfährst welche Wildpflanzen im Herbst rund um die Wachsenburg beerntet werden können und wie du das edle Erntegut für Küche und Hausapotheke einsetzen kannst.
	Kursgebühr:	28 € pro Person und Wanderung, inklusive Pflanzenliste und Getränk

JAHRESKRÄUTERZEIT	Freitag, 24. April 09:00 – 16:00 Uhr	Entgiften mit Heilkräutern Heilpflanzen sind wertvolle Helfer, um Körper und Geist zu reinigen, die Vitalität zu steigern und unsere Organe bei ihrer natürlichen Entgiftungsarbeit zu unterstützen und zu stärken. Ich zeige dir, welche Pflanzen dies sind und wie du sie für deinen inneren „Frühjahrsputz“ und zur Fastenbegleitung einsetzen kannst. Praxisteil: Wermuttrank nach Hildegard von Bingen
	Freitag, 29. Mai 09:00 – 16:00 Uhr	Waldküche – Taste the trees Aus der einzigartigen Vielfalt der Waldpflanzen zaubern wir kulinarische Köstlichkeiten. Bei einem Waldspaziergang ernten wir unsere „Zutaten“ für ein Menü der besonderen Art. Pflanzenkunde, Waldbaden und Kochkurs in einem. Welch wundervolle Kombi! Praxisteil: Zubereitung Mehrgang-Waldmenü plus Waldgeschenk zum Mitnehmen
	Freitag, 26. Juni 09:00 – 16:00 Uhr	Pflanzen für die Seele – Seelenpflanzen Seelenpflanzen unterstützen uns auf der emotionalen, psychischen Ebene und/oder auf der spirituellen Ebene. Sie spenden Ruhe, bauen Stress ab, heben die Stimmung und schenken uns Stärke und Lebensfreude. Welche Pflanzen dies sind und wie du sie nutzen kannst, erfährst du an diesem Kurstag. Gönne dir eine Auszeit! Praxisteil: Johanniskraut-Weintinktur und Pflanzenmeditation
	Freitag, 14. August 09:00 – 16:00 Uhr	Artemisia annua – Der Einjährige Beifuß Artemisia annua enthält über 600 bioaktive Verbindungen. Für die Entdeckung des Wirkstoffes Artemisinin gab es 2015 den Nobel Preis. Zeit dieser besonderen Pflanze einen ganzen Tag zu widmen, in Botanik, Anbau, Ernte, Aufbereitung, Verwendung und Mythologie. Praxisteil: Artemisia annua Tinktur und Salbe
	Freitag, 18. September 09:00 – 16:00 Uhr	Die pflanzliche Hausapotheke – Heilmittel aus der Natur Kräuterarzneien selber herstellen und richtig anwenden. In diesem Kurs bekommst du eine Übersicht wichtiger pflanzlicher Heilmittel für deine Hausapotheke. Ein Überblick über Heilpflanzenzubereitungen und deren Anwendungen für Gesundheit und Wohlergehen, ergänzt dieses Wissen. Im Kräutergarten lernst du wichtige Apothekerpflanzen kennen. Praxisteil: Alkoholfreie Heilpflanzentinkturen
	Freitag, 4. Dezember 09:00 – 16:00 Uhr	Die Magie der Rauhnächte – Pflanzen und Rituale in den 12 Heiligen Nächten Die Pflanzen und Rituale der Rauhnächte verbergen altes Kräuterwissen. Wir steigen ein in die Magie der Rauhnächte, mit ihren kraft- und heilvollen Pflanzen und nutzen deren Energien um Altes loszulassen und geschützt in das Neue zu gehen. Am heutigen Barbaratag schneiden wir Orakelzweige und stellen eine Räucherhermischung her. Praxisteil: Rauhnachtträucherhermischung und Barbarazweige
	Kursgebühr:	120 € pro Termin (ab 5 Buchungen 110 € pro Termin), inklusive Material, Skript und Getränke

KRÄUTERAUS-ZEIT	Donnerstag, 14. Mai 14:00 Uhr bis Sonntag, 17. Mai 14:00 Uhr	Kräuter Auszeit – Kurzurlaub für Körper, Geist und Seele Tauche ein in die Welt der Kräuter und genieße mit allen Sinnen diese Kräuterauszeit in der einzigartigen Natur am Fuße der Wachsenburg. Dich erwarten: Wildkräuterwanderung, Köstlichkeiten aus Kräuterküche mit Wild- und Gartenkräutern, Heil- und Pflegeanwendungen aus der Kräuterapotheke und eine kreative Auszeit beim Herstellen eines Kräutergeschenks. Wir nutzen die Ruhe der Natur und den Aufenthalt im Kräutergarten für mehr Energie und Wohlbefinden. Beim Lagerfeuer lauschen wir den Pflanzenmärchen und entspannen bei einem Räucherritual.
	Kursgebühr:	390 € inklusive Skript, Material für 3 Kräutergeschenke, Kräuterküche, Getränke (zzgl. Übernachtung) <i>Für Übernachtung sind bis 14.04.2026 Zimmer im Landhotel Ruhepol reserviert. Bitte dort direkt buchen unter https://www.dein-ruhepol.de, Kennwort Kräuterauszeit</i>

KRÄUTERKÜCHE	Mittwoch, 10. Juni 17:00 – 21:00 Uhr	Kräutercockkurs 1 - Leckere Rezepte aus der sommerlichen Kräuterküche Aus der Fülle der frischen Garten- und Wildkräuter zaubern wir in diesem Kochkurs Gaumenfreuden der besonderen Art. Entdecke, wie die einzigartigen Aromen frischer Kräuter Speisen und Getränken einen unvergleichlichen Geschmack verleihen und für einen optischen Genuss sorgen. Die krautigen Zutaten ernten wir frisch aus dem Kräutergarten. Weitere Zutaten sind regional, saisonal und nachhaltig.
	Kursgebühr:	69 € inklusive Rezepte, Aperitif zur Begrüßung, kleine Kräuterkunde, Mehrgang-Kräuter-Menü, alkoholfreie Getränke
	Mittwoch, 26. August 17:00 – 21:00 Uhr	Kräutercockkurs 2 - Essbare Blüten – Flower Power auf dem Teller Bei einer Sinnesführung durch den Kräutergarten lernst du essbare Blüten kennen. Gemeinsam ernten wir „Auserwählte“ und bereiten daraus ein Mehrgangmenü. Verspeist werden die blumigen Kreationen bei schönem Wetter mitten in der Blütenpracht des Gartens. Ein kulinarisches Erlebnis der besonderen Art. Regional, Saisonale und Nachhaltig!
	Kursgebühr:	69 € inklusive Rezepte, Aperitif zur Begrüßung, kleine Kräuterkunde, Mehrgang-Kräuter-Menü, alkoholfreie Getränke

DESTILLE	Samstag, 22. August 9:00 – 16:00 Uhr & Sonntag, 23. August 9:00 -16:00 Uhr	Die Kunst des Destillierens - Wochenendkurs Ein Wochenende in der Welt der Düfte. Es gibt eine spannende Mischung aus Theorie und Praxis, von der Ernte bis zum fertigen Hydrolat. Die Pflanzen zum Destillieren ernten wir frisch aus dem Kräutergarten. Tipps zur Anwendung der Hydrolate in Küche und Hausapotheke ergänzen die Praxisteile. Eigene Destillen können mitgebracht werden.
	Kursgebühr:	240 € inklusive ausführliches Skript, Getränke und 4 Hydrolate

RÄUCHERKURSE	Mittwoch, 4. Februar 18:00 – 21:00 Uhr	Räuchern mit Kräutern zu Lichtmess – Hausreinigung Räuchern zu Lichtmess ist ein altes Ritual zur Reinigung, zum Loslassen des Winters und zur Begrüßung des wachsenden Lichts und des Frühlings. Bei der Räucherung zur Hausreinigung werden Räume energetisch und physisch gereinigt und Platz für neue Energien und angenehme Raumatmosphäre geschaffen.
	Kursgebühr:	45 € inklusive Skript, Getränk und individuelle Räuchermischung
	Mittwoch, 19. August 18:00 – 21:00 Uhr	Räuchern mit Kräutern – Smudge Stick, Räucherbündel selber binden Ein Räucherbündel besteht aus getrockneten Kräutern, die mit einem Naturfaden nach alter Tradition gebunden und anschließend verräuchert werden. Der Kräutergarten liefert im August reichlich duftendes Pflanzenmaterial. Ein selbstgemachtes Räucherbund ermöglicht eine kreative Auszeit und eine ganz persönliche Kräuterzusammenstellung.
	Kursgebühr:	45 € inklusive Skript, Getränk und ein individuelles Räucherbündel
	Mittwoch, 2. Dezember 18:00 – 21:00 Uhr	Räuchern mit Kräutern – Magische Rauhnächte In den Rauhnächten wurde und wird viel geräuchert, zum Schutz, zum Innehalten und zum Orakeln. Welche heimischen Kräuter und heilige Harze eine besondere Bedeutung in den Rauhnächten besitzen und wie sie dich sicher durch die zwölf Rauhnächte begleiten, erfährst du in diesem Kurs. Kreiere deine eigene Rauhnachtmischung und erlebe die Faszination des Räucherns.
	Kursgebühr:	45 € inklusive Skript, Getränk und individuelle Räuchermischung

KRÄUTERFLORISTIK	Mittwoch, 24. Juni 18:00 – 21:00 Uhr	Duftender Kräuterkranz zu Johanni Mit der Sommersonnenwende beginnt der Höhepunkt des Kräuterjahres. Nun sind die Pflanzen besonders heilkraftig. Im Kräutergarten grünt und blüht es in voller Pracht. Aus dieser Pracht ernten wir frische Kräuter und binden nach alter Tradition einen Johanniskranz. Dieser schützt Haus und Hof und ist ein duftender Begleiter bis in den Winter hinein.
	Kursgebühr:	55 € inklusive kleiner Kräuterkunde über die magischen Johanniskräuter, Getränk und Kräuterkranz
	Mittwoch, 25. November 18:00 – 21:00 Uhr	Traditioneller Adventskranz 1 Der wintergrüne Kranz ist Symbol für das Jahresrad. Wir binden einen traditionellen Adventskranz. Ergänzt mit duftenden Kräutern, individuell mit Kerzen gestaltet kann dieser Kranz als Adventskranz oder ohne Kerzen als schützender Türkranz verwendet werden.
	Donnerstag, 26.November 18:00 – 21:00 Uhr	Traditioneller Adventskranz 2 Der wintergrüne Kranz ist Symbol für das Jahresrad. Wir binden einen traditionellen Adventskranz. Ergänzt mit duftenden Kräutern, individuell mit Kerzen gestaltet kann dieser Kranz als Adventskranz oder ohne Kerzen als schützender Türkranz verwendet werden.
	Kursgebühr je Kurs:	55 € inklusive Material für Kranz und Deko, zuzüglich Kerzen (eigene Kerzen können mitgebracht werden)

PFLANZENHEILKUNDE GRUNDKURS 2026	Teil 1	Samstag, 25. April	Grundlagen der Pflanzenheilkunde, botanische Grundlagen der Pflanzenbestimmung Praxisteil: Bestimmungsübungen und Pflanzensignatur
		Sonntag, 26. April	Heilende Pflanzen für die Haut Praxisteil: Heilende Salben und ölige Auszüge
	Teil 2	Samstag, 27.Juni	Heilende Kräuter für Magen und Darm Praxisteil: Alkoholische Kräuterauszüge
		Sonntag, 28. Juni	Heilende Pflanzen für Nerven und Psyche Praxisteil: Kleine Räucherkunde und Pflanzenrituale
	Teil 3	Samstag, 12. September	Heilende Kräuter für das Immunsystem Praxisteil: Alkoholfreie Heilpflanzentinkturen
		Sonntag, 13. September	Heilende Pflanzen für die Atemwege Praxisteil: Heilende Balsame
	Kurszeiten: Kursgebühr:	samstags: 09:00 – 16:00 Uhr und sonntags: 09:00 – 16:00 Uhr 680 € inklusive Skripte, Getränke, Material und Teilnahmebescheinigung	

PFLANZENHEILKUNDE AUFBAU 1 KURS 2026	Teil 1	Samstag, 18. April	Heilende Kräuter für Herz und Kreislauf Praxisteil: Herzwein nach Hildegard von Bingen
		Sonntag, 19. April	Heilpflanzen in der Frauenheilkunde Praxisteil: Anwendung ätherischer Öle in der Frauenheilkunde
	Teil 2	Samstag, 8. August	Heilpflanzen in der Kinderheilkunde Praxisteil: Herstellung von Heilenden Kräuterkissen
		Sonntag, 9. August	Heilende Pflanzen für Leber und Galle Praxisteil: Heilende Wickel
	Teil 3	Samstag, 7. November	Heilpflanzen für den Urogenitaltrakt Praxisteil: Blasen- und Nierentees
		Sonntag, 8. November	Heilende Pflanzen für den Bewegungsapparat Praxisteil: Schmerzöl und Kräuterauflagen
	Kurszeiten: Kursgebühr:	samstags: 09:00 – 16:00 Uhr und sonntags: 09:00 – 16:00 Uhr 680 € inklusive Skripte, Getränke, Material und Teilnahmebescheinigung	

Für die Kurse bitte schriftlich per mail anmelden, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Ihr bekommt eine schriftliche Anmeldebestätigung und eine Rechnung. Die Kursgebühr ist vor Kursbeginn entsprechend der Rechnungslegung zu überweisen. Alle angebotenen Kurse oder Zusatzthemen können als extra Veranstaltung zu einem separaten Termin gebucht werden. Gern stelle ich individuelle Weiterbildungsangebote zusammen. Um auf dem aktuellen Stand zu bleiben, einfach zum Newsletter anmelden. Weitere Infos unter:

