



## Heilpflanzennachmittage im Schulgarten der Freien Waldorfschule

Ein Nachmittag für Jung und Alt um Pflanzen unter ganz verschiedenen Gesichtspunkten zu betrachten. Einblicke in die große Schatzkiste der Natur.

Traditionelle Hausmittel mit Inhaltsstoffen und Wirkweisen ergründen und praktisch anwenden. Sie werden Pflanzen entdecken, kennenlernen und selbst erforschen – nehmen Sie Ihre Gesundheitsvorsorge selbst in die Hand!

**Mittwoch, 07.02.2018 Die Kraft der Samen – Fenchel, Kümmel, Anis**  
Eine Salbe für die Körpermitte und eine spezielle Blähungssalbe für Kleinkinder herstellen

**Mittwoch, 07.03.2018 Frühlingskuren: stoffwechsellanregende Heilpflanzen -**  
Birke, Brennnessel und Löwenzahn. Einen wohlschmeckenden Sirup herstellen

**Mittwoch, 18.04.2018 Wildkräuterpesto: Frühlingskräuter sammeln und verarbeiten**  
Bärlauch, Giersch, Schlüsselblume, Vogelmiere, Gänseblümchen, Spitzwegerich, Brunnenkresse.  
Ein Wildkräuterpesto herstellen

**Mittwoch, 16.05.2018 Freiheit für die Atemwege – Spitzwegerich, Thymian, Salbei**  
Ein Balsam für die Atemwege herstellen

**Mittwoch, 13.06.2018 Frauenkräuter –Frauenmantel, Rotklee, Johanniskraut, Mutterkraut, Schafgarbe**  
Ein Heilpflanzenölauszug herstellen

**Wann und wo:** Wir treffen uns jeweils um 15.30 Uhr im Schulgarten der Waldorfschule  
**Kosten:** Teilnehmerbeitrag 22,- Euro / incl. Materialkosten pro Erwachsener  
Kinder sind frei und herzlich willkommen.  
Anmeldung erforderlich wegen Scripte, Unterrichtsmaterialien, Ingredienzien

### Tagesseminar: Naturkosmetik selbstgemacht

Kompositionen aus hochwertigen Basisölen, angereichert mit edlen Steinen, abgestimmt mit Heilpflanzen und verfeinert mit ätherischen Ölen. Entsprechend der Ausrichtung von Massageölen, Salben und Cremes wird die Zusammensetzung, Herstellung und Wirkung der Produkte individuell komponiert. Die Pflanzen werden nach Möglichkeit im Einklang mit den Rhythmen der Natur geerntet. Ein praktischer Tag mit Herstellung von Massageöl, Salbe und Creme und einem reichen Schatz, den Sie mit nach Hause nehmen.

**Termin:** Samstag, 30.06.2018  
**Wann und wo:** Wir treffen uns jeweils um 10.00 – 18.00 Uhr im Schulgarten der Waldorfschule  
**Kosten:** Teilnehmerbeitrag 80,- Euro / zzgl. Materialkosten pro Erwachsener  
Kinder sind frei und herzlich willkommen.

**Bei Interesse melden Sie sich bitte: Franca Bauer, Lehmstr. 12, 89520 Heidenheim,  
Tel.: 07321 353 474 oder FrancaBauer@CairnTara.de, www.franca-bauer.de**



## Traditionelle Heilweisen – Heilpflanzenkunde

Alte traditionelle Heilweisen werden mit neuen Erkenntnissen verbunden.

- Wildkräuter und Heilpflanzen kennenlernen, sammeln und verarbeiten.
- Vielfältige praktische Methoden von Heilsalben kochen, Tinkturen, Heilweine, Heilpflanzenölauszüge und Blütenessenzen bis zu Raumspray selbst herstellen.
- Wahrnehmungsübungen zur Signaturenlehre
- Die feinstofflichen Kräfte der Pflanzen – Kommunikation mit dem Pflanzengeist

### Frühlingspflanzen

## Frühlingskuren mit den Kräften der Natur

Die sprießenden Frühlingskräuter wecken den Wunsch, frische Grünkraft und Lebenskraft sich einzuverleiben. Gerade diese ersten Kräuter, sind reich an Mineralstoffen, Vitamine und Spurenelemente. Diese sind wunderbar geeignet, den Stoffwechsel aus dem Winterschlaf zu erwecken und alle Ausscheidungsfunktionen des Körpers anzuregen und zu unterstützen. Vier praktische Tage mit frischen gesammelten Heilpflanzen für Tees, Pesto, Smoothie, Salben, Cremes ....

**Frühlingspflanzen auf der schwäbischen Alb: 28.04 – 01.05.2018**

**Seminargebühr: 380,- Euro incl. Heilpflanzenkript und Ingredienzien für alle selbthergestellten Produkte zzgl. Übernachtung/Verpflegung**

## Sommerwoche: Traditionelle Heilweisen mit Pflanzen

Eine Woche um sich mit der Schatzkiste der Natur und traditionellen Heilweisen zu verbinden. Heilpflanzenkunde wird unter verschiedenen Sichtweisen betrachtet: Volksheilkunde, Signaturenlehre, Überlieferungen werden mit neuen Erkenntnissen der Phytotherapie, mit Inhaltsstoffe und Wirkweisen verbunden. Ziel ist es, die eigene Gesundheitsvorsorge selbst in die Hand nehmen zu können und dafür gute Grundlagen zu schaffen. Es wird eine sehr praktische Woche werden. Eine Salbenkochzeremonie im Kupferkessel auf offenem Feuer, selbstgemachte Hausmittel anwenden, Blütenwässer in der Kupferdestille und Heilpflanzenölauszüge herstellen usw.

**Sommerwoche auf der schwäbischen Alb: 28.07 – 02.08.2018**

**Seminargebühr: 570,- Euro incl. Heilpflanzenkript und Ingredienzien für alle selbthergestellten Produkte zzgl. Übernachtung/Verpflegung**

**Bei Interesse melden Sie sich bitte: Franca Bauer, Lehmstr. 12, 89520 Heidenheim, Tel.: 07321 353 474 oder FrancaBauer@CairnTara.de, www.franca-bauer.de**