



## Zertifizierte Wildkräuterausbildung 2019

„Was bitter im Mund macht den Magen gesund!“ Diese alte Weisheit ist seit jeher bekannt. Wildpflanzen wie die Brennnessel, der Löwenzahn, das Gänseblümchen, der Blut- & Nelkenwurz, ... haben gesundheitlich einiges zu bieten und verwöhnen unseren Gaumen mit außergewöhnlichen Geschmacksimpressionen. Der Kreativität in der Küche sind keine Grenzen gesetzt.

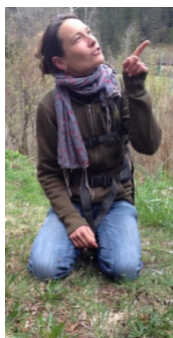
Diese Ausbildung umfasst die Einführung in die Wildpflanzenkunde mittels Kräuterwanderungen und Standorterkennung. Durch das kennen lernen vor Ort im Biotop erhalten Sie tiefgreifendes Wissen zur Herkunft und den Merkmalen bestimmter Pflanzenfamilien. Das Wildkräuterseminar umfasst praktische und theoretische Kräuterkunde und wird ergänzt durch Aufgaben, welche die Teilnehmer zu Hause erarbeiten werden.



Besonderer Schwerpunkt an den gemeinsamen Tagen wird das Anwenden der verschiedenen Verarbeitungsmöglichkeiten der Pflanzen, als Nahrungsmittel sowie als Heilmittel sein. Dies wird abgerundet durch Aufgaben, welche die TeilnehmerInnen zu Hause erledigen, um sich persönlich tiefer mit dem Thema und gewissen Pflanzen zu verbinden. Wir werden gemeinsam durch den Jahreskreis wandern und entdecken, welche Geschenke die Natur und Pflanzen in den verschiedenen Jahreszeiten für uns bereit halten.

### Unser Ziel ...

Ziel ist es, die natürlich essbaren Wild- & Heilkräuter näherzubringen. Die Weiterverarbeitung im kulinarischen, sowie im gesundheitlichen und naturkosmetischen Bereich ist Teil der Ausbildung. Neben einfachen Verarbeitungen zu Salben und Ölen, wenden wir uns an einem Wochenende der Naturkosmetik zu. Am Ende der Ausbildung werden Sie viel Sicherheit und Kenntnisse über die verschiedenen traditionellen Verarbeitungsmöglichkeiten haben. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, wir haben die Gruppe auf eine Größe von 10 Teilnehmern begrenzt. Nach Abschluss des Seminares erhalten sie eine Teilnahmebestätigung bzw. Zertifizierung.



### Kira Mayr

Ist Handwerkerin, Natur- und Wildnistrainerin, Heilpflanzenbegeisterte und Künstlerin. Sie freut sich, gemeinsam mit anderen die Natur, speziell die Pflanzenwelt wiederzuentdecken und sich damit wieder zu verbinden.

Seit über 10 Jahren bereitet sie zu Hause Medizin aus Pflanzen zu, seit ihrer 2-jährigen Heilpflanzenausbildung bei Susanne Fischer- Rizzi 2014/2015 gibt sie dieses Wissen auch in Kursen weiter. Außer Pflanzenkursen gibt sie auch verschiedene andere Kurse zum Thema Naturverbundung und Leben in der Wildnis für Kinder und Erwachsene.



## Anmeldeformular Wildkräuterausbildung 2019

- ☞ **Modul I 2 Tage** SA, der 27. & SO, der 28. April 2019 von 9:00 bis 17:00 Uhr, es ist keine Verpflegung mitzubringen, wir kochen gemeinsam
- ☞ Energieausgleich: 160,- Euro
- ☞ Inhalt: Wildkräuter im Frühling, essbare Wildpflanzen kennenlernen, verschiedene Kochrezepte mit Wildkräutern zubereiten, Heilanwendungen Frühjahrskräuter, die Kraft der Blätter, Ausflüge in die Natur, ...
  
- ☞ **Modul II 2 Tage** FR, der 14. Juni (14:00 bis 19:00 Uhr) SA, der 15. Juni (9:00 bis 17:00 Uhr) Verpflegung ist mitzubringen oder wir entscheiden gemeinsam essen zu gehen
- ☞ Energieausgleich: 130,- Euro
- ☞ Inhalt: Heilkräftige Blüten, Sammeln von Teepflanzen und Kennenlernen ihrer Wirkung, Ölauszüge, Heilpflanzen des Sommers, Herstellung eines Hydrolates, Teemischungen, Standorterkennung, ...
  
- ☞ **Modul III 2 Tage** FR, der 20. September (14:00 bis 19:00 Uhr) SA, der 21. September (9:00 bis 17:00 Uhr) Verpflegung ist mitzubringen oder wir entscheiden gemeinsam essen zu gehen
- ☞ Energieausgleich: 130,- Euro
- ☞ Inhalt: Heilpflanzen mit spezieller Wurzelkraft, Wurzeln ausgraben und verarbeiten, heilkräftige Tinkturen und Salben zubereiten, Kräuterwanderung, ...
  
- ☞ **Modul IIII 2 Tage** SA, der 19. & SO, der 20. Oktober 2018 (9:00 bis 17:00 Uhr) Verpflegung ist mitzubringen oder wir entscheiden gemeinsam essen zu gehen
- ☞ Energieausgleich: 160,- Euro
- ☞ Inhalt: Naturkosmetik, Herstellung von Cremes und anderen wohltuenden natürlichen Produkten, Naturkosmetik, Einblicke in die Aromatherapie, Räucherwerk, ...
  
- ☞ **Materialkosten pro Teilnehmer: 8,- Euro pro Tag inkl. Snack, Cafe, Tee**
- ☞ **Wiederholer:** können die einzelnen Module um den Preis von 100,- Euro zzgl. MK 8,- Euro/Tag besuchen, sofern Plätze frei sind.

Vor- & Nachname: .....

Strasse / Hausnummer: .....

PLZ / Ort: ..... Land: .....

E-mail: .....

Telefonnummer: ..... Haben Sie Telegramm? .....

Diese Anmeldung ist mit Ihrer Unterschrift verbindlich. Wir bitten Sie, die Anzahlung mit der Anmeldung zu beauftragen. Sollte die Anzahlung nicht zeitgerecht bei uns eingelangt, rücken die Teilnehmer der Ersatzliste nach. Sollte es ihnen nicht möglich sein das Seminar zu besuchen, wird bei einer Absage die Anzahlung als Aufwandentschädigung einbehalten. Wir bedanken uns für Ihr Verständnis. Das Anmeldeformular bitte ausgefüllt an [info@albrecht-naturheilkunde.at](mailto:info@albrecht-naturheilkunde.at) schicken. Wir behalten uns das Recht vor, den Kurs abzusagen ohne, dass Sie Anspruch auf Entschädigung - außer der geleisteten Anzahlung - erhalten.

Datum: ..... Unterschrift:.....

Nach Unterschriftsleistung bitte per Mail an: [www.info@albrecht-naturheilkunde.at](mailto:www.info@albrecht-naturheilkunde.at) schicken.



### *Überweisungsdaten & Anzahlung*

Ausbildung gesamt: 644,- Euro inkl. Materialkosten & Snack, Cafe, Tee / Wiederholer bezahlen vor Ort – Bar.  
Die Anzahlung in der Höhe von 400,- Euro können Sie bitte auf das nachfolgende Konto überweisen. Mit der Überweisung der Anzahlung ist Ihre Teilnahme bestätigt.

- Bank: Tiroler Sparkasse
- Empfänger: Kira Magdalena Mayr
- Verwendungszweck: Wildpflanzenausbildung 2018 und Ihr Name
- IBAN: AT14 2050 3000 0160 0295
- BIC: SPIHAT22XXX

Die Restzahlung von 244,- Euro bringen Sie bitte bei Kursbeginn in bar mit. Wir bedanken uns im Voraus für den reibungslosen Ablauf.

### *Übernachtungsmöglichkeiten*

- ➔ Tourismusbüro Schwarzenberg Tel: 0043 (0) 05512 3570
- ➔ Tourismusbüro Bezau Tel: 0043 (0) 5514 2295

### *Öffentliche Verkehrsmittel*

Der Bus fährt im Stundentakt – 5 min von der OASE entfernt, liegt die Haltestelle „Ritter Bersbuch“. Anschlüsse für die Zuganreise gibt es in Bregenz und Dornbirn. Bitte berücksichtigen Sie die Fahrplanänderungen auch an den Wochenenden.

### *Mitzubringen*

- Wetterfeste Kleidung
- festes Schuhwerk (auch bei leichtem Regen werden Kräuterwanderungen stattfinden)
- Bequeme Kleidung für den theoretischen Teil
- Sitzunterlage oder Dreibeinhocker zum Sitzen im freien
- Korb zum Sammeln von Kräutern
- 5 leere Marmeladegläser

### *Seminarort*

Der Seminarort ist die wunderschöne Natur im Bregenzerwald. Die theoretischen und praktischen Einheiten finden zum Teil aber auch in meiner Praxis in A-6883 Au, Lebernau 176 statt.

Wir freuen uns auf Sie / Dich.

Kira & Elisabeth

