



*annegret müller-bächtle*  
NATURHEILPRAXIS  
*heilpraktikerin* *œ* *gärtnermeisterin*

Annegret Müller-Bächtle, Graf-Eberhard-Str.3; 72525 Münsingen – [www.albkraeuter.de](http://www.albkraeuter.de)

[www.naturheilpraxis-mueller-baechtle.de](http://www.naturheilpraxis-mueller-baechtle.de)

## Einladung zur Kräuterzeit

Ich möchte an zwei Wochen im Jahr verschiedene Seminare zum Thema Kräuter anbieten, die sich inhaltlich ergänzen. Es ist wie eine Art Baukasten, man kann nur einzelne Tage buchen, oder 2 oder 3 oder auch die ganze Woche.

Jeder Tag hat eine Mindestteilnehmeranzahl von 5 Personen und kostet 120.- Euro inkl. eines Skriptes. Teilweise entstehen noch Kosten für Material, dies ist bei den Beschreibungen angegeben. Wird die ganze Woche gebucht, gibt es einen Rabatt von 10 %.

Die Seminarzeiten sind:

Montag, 04.06.2012 – Freitag, 08.06.2012

Montag, 20.08.2012 – Freitag, 24.08.2012

Wir beginnen morgens um 9.00 Uhr – 12.00 Uhr, dann ist eine Mittagspause von 1,5 Stunden. Je nachdem, wo wir sind, können wir zusammen essen gehen, oder wir nehmen etwas mit, wenn die Exkursionen stattfinden. Wir treffen uns bei mir, die Seminarorte sind alle im näheren Umkreis von Münsingen, wir können dann Fahrgemeinschaften bilden.

Nachmittags fangen wir um 13.30 Uhr wieder an – Ende wird jeweils um 18.00 Uhr sein.

Gerne beantworte ich Ihre Fragen. Anmeldung unter 07381/500075

Oder Email: [annegret@naturheilpraxis-mueller-baechtle.de](mailto:annegret@naturheilpraxis-mueller-baechtle.de)

## **1. Kurstag:**

**Besuch des Kräutergartens bei Albgold, des Kräutergartens in Offenhausen sowie eine Führung durch meinen eigenen Garten.**

**An diesem Tag möchte ich mit den Teilnehmern an Hand der besuchten Gärten zeigen, wie Gärten angelegt werden können, worauf man beim Pflanzen achten muss. Ich erzähle über Bodenvorbereitung, über Düngung und über Beetanlagen.**

**Wir erleben die Vielfalt der Pflanzen, Kräuter und Stauden bei Albgold, sehen, was zusammenpasst und was nicht, erfahren wie Gemüse biologisch angebaut wird....**

**Bei Albgold gibt es Heilpflanzen, Gewürz- und Teepflanzen, Staudenbeete, Blumenbeete zum Schnitt mit einjährigen Pflanzen, Gemüsebeete.....**

**Hier können wir Mittagessen.**

**In Offenhausen ist die letzten Jahre mit Hilfe einiger Mitglieder des Vereines Kräuterland-Alb ein historischer Kräutergarten innerhalb einer ehemaligen Klosteranlage entstanden. Wir besuchen ihn und lernen die Heilpflanzen kennen, die damals und auch heute noch einen hohen Stellenwert als Heilpflanzen hatten und haben.**

**Mein eigener Garten zum Ende des Tages soll als Beispiel dienen für eine Kombination aus Stauden, Heilkräutern und Küchenkräutern.**

## **2. Kurstag**

Hier möchte ich allen Teilnehmern die Vielfalt der Pflanzenvegetation der Schwäbischen Alb zeigen. Wir machen eine Ganztagesexkursion ins große Lautertal.

Hier findet sich zunächst eine Feuchtvegetation am Fluss und den angrenzenden Uferstreifen entlang.

Der zweite Bereich ist die Pflanzenvielfalt am Wegesrand und entlang von extensiv genutzten landwirtschaftlichen Flächen.

Als dritten Bereich finden wir die Trockenrasengebiete, die sogenannten Wachholderheiden, geologisch sog. Kalkmagerrasen und Felssteppengebiete mit ihrer reichhaltigen Flora und Fauna.

Wir können uns im Bootshaus in Bichishausen stärken, etwas zum Trinken und gutes Schuhwerk sollten alle dabei haben.

Die zu gehende Strecke ist in Kilometer gemessen ca. 4 km, wir gehen langsam, um alles zu erfassen.

## **3. Kurstag:**


**Arzneimittelherstellung nach Vonarburg.**

Der Schweizer Bruno Vonarburg hat ein ebenso einfaches wie effektives Verfahren entwickelt, um Heilpflanzen als wertvolle Arzneimittel zu veredeln. In seinem Buch, das ich hiermit allen Interessierten wärmstens empfehle, beschreibt er ausführlich die Herstellung. Dies dient ausdrücklich auch zur Nachahmung.

In diesem Buch hat er 100 Pflanzenbeschreibungen mit körperlicher und geistiger Heilwirkung, Inhaltsstoffen und traditioneller Verwendung aufgeführt.

Die hierfür benötigten Materialien, wie Mörser, Waage, Messbecher, Wasser, Milchzucker, Wodka und verschiedene Gläser besorge ich. Hierbei entstehen einige Kosten, die wir je nach Verbrauch dann unter allen Teilnehmern umlegen.

**Wir benötigen blühende Pflanzen und Sonnenschein für diesen Tag!**



Zunächst machen wir uns auf die Suche nach geeigneten Pflanzen, vielleicht von jeden von den Teilnehmern seine eigene..?? und dann bereiten wir diese „energetisierten Arzneimittel“ zu. Dies wird einige Stunden dauern.

An diesem Tag sollten wir uns Verpflegung mitnehmen. Ich werde noch entscheiden, ob wir im Bereich der Stadt Münsingen oder im Lautertal sein werden.

#### **4.Kurstag:**

An diesem Tag werden wir zunächst eine kleinere Kräuterwanderung machen, um viele Pflanzen kennenzulernen, diese einzusammeln und dann anschließend daraus Heilmittel, Mittel für Schönheit und Wellness herzustellen.

Es entstehen an diesem Tag Öle, Tinkturen, homöopathische Mittel und einige Rezepturen für Haare, Haut und Schönheit derselben.

Außerdem gibt es ein ausführliches Skript mit Erntetipps und Verwendung von Heilkräutern und Gewürzkräuter.

#### **5.Kurstag:**

An diesem Tag geht es um Kulinarisches mit Kräutern.

Neben dem Kennenlernen der Gewürzvielfalt an heimischen und nicht heimischen Gewürzen, geht es um den Geschmack, die Kombinationen und auch die Heilwirkung.

Wir werden zunächst wieder Pflanzen ernten, diese dann probieren und uns dann zusammen ein Kräuteressen kochen.