

Heilpflanzen-Kurs-Module

Einleitung:

Was Dich erwartet:

Ein Heilpflanzen-Kurs in 4 Blöcken mit insgesamt 24 Modulen.

Ein Jahr lang erscheint zwei Mal im Monat ein etwa 1 ½ stündiges Modul.

Für jedes Thema steht ein ausführliches Script zur Verfügung.

Block 1: Grundlagen

Modul 1:

Was ist Pflanzenheilkunde?

Geschichte der Pflanzenheilkunde

Pflanzen als Verbündete: Gesunderhaltung

Prophylaxe

Heilbehandlung

Linderung / Palliativbehandlung

Rekonvaleszenz

Wie werden Heilpflanzen verwendet? Zubereitungsformen und äußere Anwendungen

Modul 2:

Die Pflanze: Botanik

Modul 3:

Pflanzenfamilien Teil 1:

vorgestellt wird eine Pflanzenfamilie, in der viele Heilpflanzen vertreten sind:

Die Lippenblütlerinnen und ihre wichtigsten Vertreterinnen.

Modul 4:

Pflanzenfamilien Teil 2:

vorgestellt wird eine Pflanzenfamilie, in der viele Heilpflanzen vertreten sind:

Die Doldenblütlerinnen und ihre wichtigsten Vertreterinnen.

Modul 5:

Pflanzenfamilien Teil 1:

vorgestellt werden weitere Pflanzenfamilien, in denen Heilpflanzen vertreten sind und ihre wichtigsten Vertreterinnen.

Modul 6:

Inhaltsstoff-Gruppen Teil 1: Bitterstoffe & Co

Modul 7:

Inhaltsstoff-Gruppen Teil 2: ätherische Öle & Co

Modul 8:

Der Jahreskreis: vom richtigen Zeitpunkt.

4 Sonnen- und 4 Mondfeste feiern die Menschen seit alters her.

Sie helfen, uns an die natürlichen Rhythmen anzuschließen und das gibt uns Kraft!

Die Jahreskreisfeste sind Anlass zum Räuchern – auch darüber gibt es Interessantes zu sagen.

Block 2: Heilpflanzen anwenden

Modul 9: Eine Kräuterwanderung

Modul 10: Sammeln und Aufbewahren - was ist zu beachten?

Modul 11: Zubereiten:

Tee, Salbe, Tinkturen (Alkohol, Glycerin, DMSO, Oxymel)

Inclusive Grundrezepte und Faustregeln für die Dosierung.

Block 3: Heilpflanzen-Monografien

Alle Pflanzen werden nach folgendem Schema vorgestellt:

- Name (deutsch)
- Name (botanisch)
- Pflanzenfamilie
- Name: (Herkunft/Bedeutung)
- Botanik
- Wirkstoffe
- Wirkung
- Indikationen
- Kontraindikationen / Warnhinweise
- Verwendete Pflanzenteile
- Anwendungsformen:
 - innerlich
 - äußerlich
 - homöopathisch
 - Ätherisches Öl
- Rezeptur
- Planet
- Geschichte/Mythologie
- Wissenswertes
 - Nahrungspflanze?
 - Tierheilkunde?
 - Futterpflanze?
- Literatur / Quellenangabe

Modul 12:

Karde, Steinklee, Löwenzahn

Modul 13:

Klette, Eisenkraut, Brennnessel

Modul 14:

Wegeriche, Efeu, Gänseblümchen

Modul 15:

Giersch, Knoblauch, Schafgarbe

Modul 16:

Heilsame Bäume: Holunder, Fichte, Lärche, Weißdorn, Eiche

Modul 17:

Engelwurz, Ringelblume, Schöllkraut

Modul 18:

Eine Baumwanderung

Block 4: Indikationen

Die Krankheit verstehen und behandeln

Behandlungs-Konzepte

Welche Heilpflanzen kommen als Hilfe infrage?

Modul 19:

Viruserkrankungen und antivirale Pflanzen:

Der einjährige Beifuß, Japanischer Staudenknöterich, Zistrose, Melisse,...

Modul 20:

Stress lass nach! Adaptogene: Moringa, Ginseng, Rosenwurz

Modul 21:

Gesunde Gewürze

Modul 22:

Hilfe für das Herz-Kreislauf-System: Was Weißdorn alles kann und welche weiteren Pflanzen das Herz stärken und entlasten.

Modul 23:

Die Haut – Hilfe von innen und außen!

Modul 24:

Entgiftung

Änderungen vorbehalten.