

HEILPFLANZENLEHRGANG IM RETZHOF

Heilpflanzenkunde und Pflanzenheilkunde für Heilpflanzenfreunde, Multiplikatorinnen, Gesundheitsbewusste sanfter Heilmethoden mit den Apothekern Arnold Achmüller und Ernst Frühmann.

Ein Lehrgang von den Grundlagen der Phytotherapie bis zum fortgeschrittenen Wissen über die Kraft der Heilpflanzen – von der Volksmedizin bis zu wissenschaftlich gesicherten Erkenntnissen.

Hintergrund

Die moderne Pflanzenheilkunde, auch Phytotherapie genannt, erfreut sich in weiten Teilen der Bevölkerung zunehmender Beliebtheit. Gleichzeitig sind aber Grundkenntnisse zur sinnvollen und sicheren Anwendung von Heilpflanzen oftmals nur unzureichend bekannt. Dies führt dazu, dass einerseits die Möglichkeiten und Potenziale der Pflanzenheilkunde zu wenig ausgeschöpft werden und andererseits aber auch manchmal überschätzt werden.

Grundkenntnisse zur Pflanzenheilkunde und damit die Möglichkeit, sich bei kleineren Beschwerden selbst helfen zu können, kann im Sinne einer modernen Gesundheitsvorsorge individuell als auch gesamtgesellschaftlich betrachtet, eine Reihe von Vorteilen bringen. Denn die Pflanzenheilkunde bietet nicht nur eine Möglichkeit der Selbsthilfe, sondern gehört auch zu den wichtigen Stützen einer allgemeinen Gesundheitsbildung. Zusätzlich bietet die Pflanzenheilkunde, weil es sich zu einem großen Teil um heimische Heilpflanzen handelt, eine hervorragende Möglichkeit, um Grundkenntnisse der uns umgebenden Natur und der diversen Naturvorgänge praktisch zu erlernen.

Ziele des Lehrgangs

Ziel dieses Lehrgangs ist es, die Kompetenz im Hinblick auf die Pflanzenheilkunde von Personen zu erhöhen, die mehr über die Möglichkeiten der Pflanzenheilkunde erfahren wollen oder als potentielle MultiplikatorInnen agieren können. Letzteres können beispielsweise PädagogInnen sein, aber auch alle, die andere auf dem Weg zu Heilpflanzenkundigen begleiten wollen. Das seit Jahrhunderten gelebte Wissen zur Pflanzenheilkunde soll dadurch auf Grundlage der Erkenntnisse der modernen Wissenschaft mittelfristig einem größeren Bevölkerungskreis zugänglich gemacht werden.

Dabei sollen die Lehrinhalte nicht nur theoretisch vermittelt werden, sondern es soll im Rahmen von Kräuterwanderungen und Workshops auch Wissen vermittelt werden, welches sich praktisch in den Alltag integrieren lässt.

Inhalt und Ablauf des Lehrgangs

Der Lehrgang besteht aus insgesamt 8 Modulen mit jeweils 12 Einheiten (je 50 min). Das ergibt einen Gesamtumfang von 96 Einheiten. Der Lehrgang beinhaltet folgende Schwerpunkte:

1. Die gemeinsame Erarbeitung der Grundlagen und des Fachwissens zu Heilpflanzen (inkl. Abschlusspräsentation) → ca. 50% des Lehrgangs
2. Mehrere Exkursionen in die Natur → 35 %
3. Herstellung von Hausmitteln → 15 %

Im Laufe des Lehrgangs erlangen die Teilnehmenden die Expertise aus diesen Themenbereichen und erlernen so die wichtigen Grundlagen der traditionellen und unserer modernen Pflanzenheilkunde – Phytotherapie.

Der theoretische Teil des Lehrgangs wird im Seminarraum des Bildungshauses Schloss Retzhof in der Steiermark stattfinden. Die Exkursionen werden an den Heilkräutermeilen im Kurort Aflenz bzw. in näherer Umgebung des Retzhofes veranstaltet (eventuell auch Kräutergarten Halbenrain).

Insbesondere die Exkursionen in der Natur sollen es ermöglichen, Heilpflanzen auch haptisch und olfaktorisch zu begreifen und auf diese Weise wieder sicher zu erkennen. Zusätzlich soll in Workshops durch die Herstellung diverser Hausmittel auch Wissen vermittelt werden, welches sich praktisch in den Alltag integrieren lässt.

Zum Abschluss des Lehrganges werden die erworbenen Kenntnisse im Rahmen einer Abschlusspräsentation (inkl. der Darstellung von zwei Heilpflanzen) aufbereitet. Alternativ hierzu ist es auch möglich, im Laufe des Lehrganges individuell ein Herbarium zu erstellen und dieses zum Abschluss zu präsentieren.

Der Lehrgang schließt mit der Verleihung eines Zertifikats.
Fortbildungen in Zukunft sind erwünscht und werden jährlich angeboten.

Organisation:

Der Lehrgang findet jeweils an Wochenenden statt. Die Einheiten beginnen am Freitag (16.00 Uhr) und enden am Samstag (18 Uhr).

Veranstalter sind Mag. A. Achmüller und Mag. E. Frühmann in Kooperation mit dem Bildungshaus Schloss Retzhof, Dorfstraße 17, 8430 Wagna.

Freitag: je 2 Einheiten von:

16:00 – 17:40 Uhr

18:00 – 19:40 Uhr

Samstag: je 2 Einheiten von:

09:00 – 10:40 Uhr

11:00 – 12:40 Uhr

14:00 – 15:40 Uhr

16:00 – 17:40 Uhr

Anzahl der TeilnehmerInnen: 16 TN; Mindestzahl: 12 TN

Termine für den Lehrgang:

WE1: 21./22. Juni 2019 (8623 Aflenz-Kurort) – Start des Lehrgangs

WE2: 30./31. August 2019 (8623 Aflenz-Kurort)

WE3: 4./5. Oktober 2019 (Termine 3 – 8 im Bildungshaus Schloss Retzhof)

WE4: 15./16. November 2019 oder 22./23.11.2019

WE5: 17./18. Jänner 2020

WE6: 28./29. Februar 2020

WE7: 27./28. März 2020

WE8: Termin wird im 2. Halbjahr 2019 fixiert. (Termin vermutlich im **Mai 2020**)

Kosten:

Kosten für den Lehrgang: **940,00 Euro**
 850,00 Euro (bei Buchung bis 15. April 2019)

In den Lehrgangskosten sind inkludiert:

Kursleitung, Seminarunterlagen, Seminarpauschale inkl. Getränke im Seminarraum und Material für die Herstellung der Hausmittel.

Kosten der Übernachtungen und HP oder VP und Getränke bei den Mahlzeiten im Retzhof bzw. Hotel Post Karlon in Aflenz-Kurort sind selbst zu begleichen. Die Unterkünfte und Verpflegung müssen von den Teilnehmerinnen selbst gebucht werden. Die Seminare sind von uns vorangemeldet.

Kosten Retzhof:

VP im DZ: 60,00 Euro, im EZ: 68,00 Euro plus jeweils Nebenkosten Zuschlag für eine Nacht und lokale Abgaben.

Kosten Hotel Post Karlon:

EBZ mit Frühstück € 49,00 (exklusive Ortstaxe € 2,30)

DBZ mit Frühstück € 42,50 pro Person (exklusive Ortstaxe € 2,30 pro Person)

ME und AE aus der Tageskarte

Referenten:

Mag. pharm. Arnold Achmüller – Apotheker in Wien

Mag. pharm. Ernst Frühmann – ehem. Apotheker in Straß in Steiermark

Ausrüstung:

Wanderbekleidung, leichte Wanderschuhe, Regenschutz, Lupe, Sonnenschutz.

Anmeldung oder Fragen zum Seminar:

Bei Mag. pharm. Arnold Achmüller

Tel: 0680 2031661

E-Mail: arnold.achmueller@gmail.com

Website: www.krautundwurzel.com

Fragen zum Seminar. Auch unter 0664 3453261 bzw. ernst@fruehmann.com

AGBs:

Die Anmeldung gilt als fixiert, wenn der volle Betrag eingezahlt ist.

Rücktrittsrecht mit Rückerstattung des Betrages – minus 10% Manipulationsgebühr – bis sechs Wochen vor Kursbeginn.

Bei einer Abmeldung zwischen 6 bis 3 Wochen vor Kursbeginn werden 50% des Betrages rückerstattet.

Bei einer Abmeldung in den letzten 3 Wochen vor Kursbeginn werden 90% des Kursbetrages zurückbehalten.

Wenn bei Abmeldungen innerhalb der letzten sechs Wochen ein Ersatzteilnehmer gestellt wird, werden nur 10% Manipulationsgebühr zurückbehalten.

Aufbau des Lehrgangs:

WE 1: Exkursion in Aflenz-Kurort (12 Einheiten)

- Tag 1+2: Theoretische Grundlagen zu den diversen Indikationen der an den Kräutermeilen wachsenden Pflanzen in Aflenz. Wanderungen entlang der Kräutermeilen mit genauer Besprechung der Heilpflanzen.

WE 2: Exkursion in Aflenz-Kurort (12 Einheiten)

- Tag 1+2: Erweiterung und Vertiefung der theoretischen Grundlagen und Ergänzung weiterer Heilpflanzen zu den im ersten WE besprochenen Indikationen in der Theorie und Praxis in der Natur rund um Aflenz.

•

WE 3: Bildungshaus Retzhof (12 Einheiten)

Thema: Einführung in die Phytotherapie, Grundlagen

- Tag 1+2: Historische Entwicklung (Antike, Klostermedizin, Vier-Säfte Lehre, Kräuterbuchautoren, Paracelsus, Kneipp) inkl. Volksmedizin, Phytotherapie, Aromatherapie.
Pflanzenaufbau, Pflanzeninhaltsstoffe, Arzneiformen, Extraktionsmethoden.
Wie komme ich zu gesicherten Informationen, Grundlagen zur Toxikologie, Risiken und Nebenwirkungen von Heilpflanzen

WE 4: Bildungshaus Retzhof (12 Einheiten)

Thema: Atemwege; Abwehrkräftesteigerung; Mund- und Rachenraum

- Tag 1+2: Heilpflanzen im Bereich der Atemwege, Abwehrkräftesteigerung, Mund- und Rachenraum; (inkl. Workshop: Herstellung von Teemischungen, Hustensirupen und Mundspray)

WE 5: Bildungshaus Retzhof (12 Einheiten)

Thema: Haut, Verletzungen, Haare; Nerven, Beruhigung und Schlaf; Frauenheilkunde

- Tag 1+2: Heilpflanzen im Bereich Haut, Verletzungen, Haare, Nerven, Beruhigung und Schlaf sowie Frauenheilkunde;
(inkl. Workshop: Herstellung von Salben und der Zubereitung von Wickeln)

WE 6: Bildungshaus Retzhof (12 Einheiten)

Thema: Verdauungstrakt inkl. Galle und Leber; Niere, Blase und Prostata

- Tag 1+2: Heilpflanzen im Bereich Verdauungstrakt inkl. Galle und Leber, Niere, Blase und Prostata
(inkl. Workshop: Herstellung von Tinkturen, Weinauszügen und Likören)

WE 7: Bildungshaus Retzhof (12 Einheiten)

Thema: Muskel und Gelenke, Schmerzen; Herz und Kreislauf, Venen

- Tag 1+2: Heilpflanzen im Bereich Muskel und Gelenke, Schmerzen; Herz und Kreislauf, Venen; (inkl. Workshop: Herstellung von Gelen, Kräuterbädern und schmerzstillendem Roll-on)

WE 8: Bildungshaus Retzhof (12 Einheiten)

Thema: Grüne Kosmetik, Präsentation und Abschluss

- Tag 1+2: Workshop: Grüne Kosmetik; Präsentationen und Abschluss

Seminarleitung:

Mag. pharm. Arnold Achmüller: geb. 1982 in Bruneck in Südtirol

- 2001 – 2007 Studium der Pharmazie in Innsbruck und Wien
- seit 2008 Apotheker in Wien
- seit 2012 regelmäßig Vorträge, Seminare, Kräuterwanderungen und Workshops zum Thema Heilpflanzen und Gesundheitsprävention
- seit 2013 monatliche Beiträge in der Kundenzeitschrift „Die Apotheke“ des Österreichischen Apothekerverlages sowie Beiträge zum Thema Phytotherapie in der Fachzeitschrift „Österreichische Apothekerzeitung“ des Österreichischen Apothekerverlages
- Gründung von Kraut und Wurzel, einer Plattform über altes Heilwissen, Heilpflanzen und deren Anwendung www.krautundwurzel.com

Publikationen:

Achmüller, Arnold (2012): Teufelskraut, Bauchwehblüml, Wurmtod. Das Kräuterwissen Südtirols. Edition Raetia, Bozen. ISBN: 978-88-7283-427-5

Achmüller, Arnold (2015): Wickel, Salben und Tinkturen. Das Kräuterwissen der Bauerndoktoren in den Alpen. Edition Raetia, Bozen. ISBN: 978-88-7283-534-0

Achmüller, Arnold (2017): Die Alpen-Apotheke. Knauer MenSana. München.

Achmüller, Arnold (2018): Verdauung und Entschlackung. Krautundwurzel Band 1. Edition Raetia, Bozen. ISBN: 978-88-7283-629-3

Achmüller, Arnold (2018): Haut und Haare. Krautundwurzel Band 2. Edition Raetia, Bozen. ISBN: 978-88-7283-630-9

Achmüller, Arnold (2018): Alpenmedizin. Edition Raetia, Bozen. ISBN: 978-8872836545

Achmüller, Arnold (2018): Husten und Schnupfen. Krautundwurzel Band 3. Edition Raetia, Bozen. ISBN: 978-8872836514

Mag. pharm. Ernst Fröhmann: geb. 1948 in Aflenz-Kurort

- 1967 – 1972 Studium der Pharmazie in Graz
- von 1972 – 2009 Apotheker in Graz, Hartberg und Straß in Steiermark
- seit 1980 regelmäßig Vorträge, Seminare, Kräuterwanderungen, Workshops und Kurse zum Thema Heilpflanzen – z.B. Kurse für Aspiranten und PKA im Apothekenbereich, Ausbildung zum Heilkräuter-Coach (seit 2006), Kurse für das WIFI-Wien und LFI Steiermark, Durchführung der Ausstellung „Kräuter in der Medizin“ in Halbenrain (1998), Erstellung der Kräutermeilen in Aflenz Kurort (2004-2006)
- über Jahre monatliche Beiträge in der Kundenzeitschrift „Kneipp-Zeitung“ des Österreichischen Kneippbundes sowie monatliche Artikel (seit 2003) über Heilpflanzen im Apothekenmagazin Valvital®
- Verfasser von Büchern zum Thema Heilpflanzen: z.B.: „Heilkräuter unserer Heimat“; Erstellung eines jährlichen Heilpflanzenkalenders (seit 2011); Betreiber der Website mit dzt.150 Artikeln zu Heilpflanzen: www.heilpflanzenwissen.at ab März 2019 auch auf: www.zauberkraut.at