

## Wildkräuterküche im Frühling, Sommer und Herbst

Geniessen wir den lebendigen, bunten Wechsel der Jahreszeiten, der uns immer wieder Kräuter, Wurzeln und Blüten aus Feld, Wald und Wiese auf den Teller bringt!  
Eine gute Gelegenheit, die grüne Welt der Heilkräuter im Alltag vermehrt zu integrieren.  
Machen wir uns also mit unserer Neugierde auf den Weg, zurück zum Einfachen, Unverfälschten, Naheliegenden, welches in Hülle und Fülle unmittelbar vor unserer Haustüre liegt.

|                        |   |
|------------------------|---|
| <b>Lernziele</b>       | Sie sind in der Lage: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Heilkräuter zu erkennen, fachgerecht zu sammeln und in der Küche zu verarbeiten,</li> <li>- Ihr Heilkräuterwissen mit allen Sinnen vertiefen,</li> <li>- die Heilkraft der Pflanzen in der Küche nutzen.</li> </ul>  |
| <b>Inhalt</b>          | <p>Wildkräuter im Frühling:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exkursion in der Region Frauenfeld und sammeln der Kräuter</li> <li>- Gemeinsames verarbeiten, zubereiten und essen der Pflanzen in der Schulküche Frauenfeld</li> </ul> <p>Wildkräuter im Sommer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exkursion in der Region Frauenfeld, ohne sammeln von Pflanzen</li> <li>- Gemeinsames kochen mit Sommerblumen und essen in der Schulküche Frauenfeld</li> </ul> <p>Wildkräuter im Herbst:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exkursion in der Region Frauenfeld und sammeln von Wurzeln und Früchten</li> <li>- Gemeinsames verarbeiten, zubereiten und essen der Wurzeln und Früchte in der Schulküche Frauenfeld</li> </ul> |
| <b>Lernzeit</b>        | Je 6 Stunden / total 18 Stunden   |
| <b>Voraussetzungen</b> | Keine   |
| <b>Zielgruppe</b>      | TherapeutInnen und Laien  |

---

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <b>Daten</b>             | Sa 29.05 + 28.08.+ 30.10.2010   |
| <b>Unterrichtszeiten</b> | 09.00 - 16.30   |
| <b>Dozentin</b>          | Judith Degen<br>Wildstaudengärtnerin und Kräuterefachfrau, Klassische Masseurin und Kinesiologin.                                       |
| <b>Kosten</b>            | 170.- pro Kurstag<br>140.- pro Kurstag für Studierende und Ehemalige der Schule<br>15.- fürs Mittagessen (direkt vor Ort zu begleichen) |
| <b>Hinweis</b>           | Die Tage können auch einzeln gebucht werden   |
| <b>Ort</b>               | Frauenfeld und Umgebung   |

---

---

**Anmeldung**

Schule für angewandte Naturheilkunde

---