

6. Nov. 2018

# APITHERAPIE & KRÄUTERHEILKUNDE

## Einführung in die Herstellung und Anwendung von Hausmitteln aus der Kombination von Bienenprodukten und Heilkräutern

Workshop mit Heilpraktikerin Rosemarie Bort (D) und Herbalmedizinerin Rebecca Holloway

Bienen und Pflanzen entwickeln jedes Jahr aufs Neue eine innige und fruchtbare Beziehung. So entfalten auch viele Erzeugnisse des Bienenvolks und der Kräuterwelt miteinander eine heilsame Wirkung. In diesem Kurs besprechen wir traditionell genutzte Zubereitungen aus dem Wissen von Imkern und Kräuterafrauen die die Kraft von Bienenprodukten und Heilkräutern miteinander verbinden und sich durch diese Kombination in ihrer Wirkung verstärken. Die Basis der verschiedenen Hausmittel stellen neben Honig, Bienenwachs, Propolis und Bienenpollen darüber hinaus 10 leicht verfügbare Kräuter aus Küche, Garten und Natur, von denen wir einige ausgewählte im Detail und die weiteren ergänzend bearbeiten werden.



Rebecca Holloway ist Kräuterheilkundlerin, Aromatherapeutin und Doula. 2007 hat sie ihre Ausbildung zur Herbalmedizinerin in Schottland abgeschlossen BSc (Hons) Herbal Medicine und ITEC Diploma in Aromatherapy. 2010 arbeitete sie in den Bergen Südspaniens mit Hebammen und Doulas und spezialisierte sich dort in Kräuterheilkunde für Frauen, Geburtshilfe und Kinderheilkunde und vertiefte auch ihr Interesse für die Apitherapie.

Rosemarie Bort ist Krankenschwester und diplomierte Heilpraktikerin in Deutschland. Seit vielen Jahren beschäftigt sie sich intensiv mit der Apitherapie (= Heilen mit Bienenprodukten), die sie auch in ihrer Praxis einsetzt. 2003-2010 war sie Vorstandsmitglied im Deutschen Apitherapiebund. 2012 gründete sie das Netzwerk *Bienenheilkunde mediapis*. Sie ist Autorin des Buches *Honig, Pollen, Propolis - Sanfte Heilkraft aus dem Bienenstock* (Kosmos).



Theorie & Praxis gehen bei diesem Kurs Hand in Hand. Gemeinsam werden verschiedene Präparate direkt vor Ort hergestellt, damit sich das vermittelte Wissen festigt und alle ein kleines Mitbringsel nach Hause mitnehmen können. Zum Anfang des Winters und zum Aufkommen saisonal typischer Beschwerden wie Erkältungen, Husten und Halsweh setzen wir einen Schwerpunkt auf Heilmittel, die das Immunsystem und die Atemwege stärken. Darüber hinaus werden auch Präparate für Haut, Muskeln, Gelenke und Magen-Darm besprochen und hergestellt. Der Kurs soll anregen, aus den vorgestellten Zubereitungen seine Lieblingsrezepte zu entdecken und sich von der Vielfalt der Natur inspirieren zu lassen, um weiter zu experimentieren und schließlich seine eigenen Hausmittel zu entwickeln.

**Termin:** 6. Nov. 2018, 9-18 Uhr. Das Seminar ist eintägig.

**Ort:** APIS-Z / Melarium, Wasserzeile 13, 3400 Klosterneuburg / [www.apis-z.at](http://www.apis-z.at)

**Kosten:** € 110,- im Preis inkludiert sind ein Bio-Mittagessen, Getränke und Bio-Pausenverpflegung

### Anmeldung und Information:

[www.apis-z.at](http://www.apis-z.at)

oder Sie kontaktieren uns unter: [office@apis-z.at](mailto:office@apis-z.at) / tel: 0699-12564605

ROGRAMM: folgende Seite ...

# PROGRAMM

## APITHERAPIE & KRÄUTERHEILKUNDE

### Einführung in die Herstellung und Anwendung von Hausmitteln aus der Kombination von Bienenprodukten und Heilkräutern

Di, 6. Nov. 2018

---

9.00 – 11.00 Uhr	Kräuteraufgüsse mit Honig <ul style="list-style-type: none"><li>• Kräutertee: besprechen, herstellen, verkosten</li><li>• Kräuterabkochung: besprechen, herstellen, <i>wird später für Sirup verwendet</i></li></ul>
	Kräuter-Honig Wickel & Umschlag <ul style="list-style-type: none"><li>• Wickel aus Kräutertee herstellen (mit Honig + Propolis)</li><li>• Umschlag herstellen</li><li>• Ausprobieren</li></ul>
11.00	Pause
11.15 – 13:00	Sirup <ul style="list-style-type: none"><li>• Kräutersirup besprechen</li><li>• Sirup aus Kräuterabkochung herstellen</li><li>• Verkostung</li></ul>
	Kräuterhonig <ul style="list-style-type: none"><li>• Kräuterhonig besprechen</li><li>• Kräuterhonig herstellen, <i>wird später für Oxymel verwendet</i></li></ul>
	Latwerge <ul style="list-style-type: none"><li>• Gewürz-Honig besprechen</li><li>• Gewürz-Honig (mit Propolis &amp; Blütenpollen)</li><li>• Verkostung</li></ul>
13:00 – 14:00	Mittagspause
14.00 - 15.30	Oxymel - Honig-Essig <ul style="list-style-type: none"><li>• Kräuter-Oxymel besprechen</li><li>• Oxymel herstellen</li><li>• Verkostung</li></ul>
	Tinkturen <ul style="list-style-type: none"><li>• Kräuter/Propolis Tinkturen besprechen</li><li>• Kräuter-Tinktur herstellen</li><li>• Verkostung</li></ul>
15.30	Pause
16.00 - 18.00	Salben & Cremen <ul style="list-style-type: none"><li>• Kräutersalbe mit Bienenwachs besprechen</li><li>• Kräutersalbe herstellen</li><li>• Ausprobieren</li><li>• Propolis Salbe &amp; Creme besprechen</li><li>• Ausprobieren</li></ul>
	Fragen und Abschlussrunde

---