

JAARCURSUS GENEESKRACHTIGE KRUIDEN

“NATURAL HEALTH”



Introductie:

Op de prachtige nieuwe locatie Moon's farm in Noordwijk start in 2020 in samenwerking met Gerry Boots, kruidengeneeskundige, een jaarcursus Natural Health waarbij je kennis maakt met de wondere wereld van geneeskrachtige planten.

De jaarcursus bestaat uit 6 weekenden (zaterdag en zondag) van maart tot november. Ieder weekend staat één thema centraal. De lessen bestaan uit een theorie- en praktijkgedeelte, dus gaan we vaak naar buiten om te genieten van al het groen op deze prachtige locatie en de directe omgeving.. We zoeken de planten op die we in de les bespreken en soms gaan we deze planten ook oogsten. Je leert o.a. hoe je van verse kruiden en planten zelf een olie kunt maken, zalf, tinctuur, thee en een smoothie of kruidenboter.

Lestijden: 10-16 uur

Inclusief: koffie/kruidenthee, lesmateriaal (inclusief gemaakte producten), eenvoudige samen gemaakte lunch

Prijs:

1250 euro, vroeg-beslisser (vóór 1 december) 1175 euro, betaling in termijnen is mogelijke Groeps grootte maximaal 12-14 personen

Overnachtingsmogelijkheid in de nabije omgeving is mogelijk

Globaal programma 2020 Natural Health Moon's Farm

Data 2020	Thema	Geneeskrachtige kruiden
14 & 15 Maart	<p>Theorie: Introductie inheemse kruiden Botanie, inhoudstoffen en Signatuurleer</p> <p>Praktijk: Oogsten, drogen en verwerken Infusies, zalven maken</p>	<p>Herkennen enkele voorjaarskruiden kruiden en hun werking</p> <p>Enkele kruiden: Voorjaarskruiden (Zevenblad, Brandnetel, Fluitenkruid, Daslook, Vogelmuur, Madeliefje, Smeerwortel, Paardenbloem, Weegbree)</p>
18 & 19 April	<p>Theorie: Detox, vasten en reinigen Hydrotherapie</p> <p>Praktijk: Detox smoothies maken Wikkelen, kompressen diverse toepassingen Zeep maken</p>	<p>Herkennen enkele reinigende geneeskrachtige kruiden en hun werking</p> <p>Enkele kruiden: Viooltje, Guldenroede, Mariadistel, Linde, Vlier, Robertskruid, Berk, Heermoes en Vlas</p>
16 & 17 Mei	<p>Theorie: Bijenproducten en geneeskrachtige werking Aromatherapie, etherische olie & hydrolaten</p> <p>Praktijk: Bijenproducten verwerken, maken hydrolaten & aromaproducten</p>	<p>Herkennen enkele vroege dracht en zomer kruiden en hun werking</p> <p>Enkele kruiden: Lavendel, Pepermunt, Citroenmelisse, Engelwortel, Meidoorn, Wilgenroosje, Zonnehoed, Marjolein, Bascilicum</p>
29 & 30 Aug.	<p>Theorie: Keukenkruiden & werking bij maag- en darmklachten</p> <p>Praktijk: Kruidenolie en kruidenazijn maken Koken met kruiden Fermenteren, yoghurt maken etc.</p>	<p>Herkennen enkele keukenkruiden en hun werking</p> <p>Tijm, Hysop, Rozemarijn, Salie, Peterselie, Cichorei, Gember, Geelwortel, Kaneel, Dille, Anijs, Selderij, Venkel, Lavas</p>
26 & 27 Sept.	<p>Theorie: EHBO kruiden bij veel voorkomende gezondheidsklachten</p> <p>Praktijk: Maak je eigen EHBO koffer</p>	<p>Herkennen enkele EHBO kruiden en hun werking</p> <p>Kamille, Goudsbloem, Toorts, Longkruid, Sint Janskruid,</p>

31 okt.& 1 nov.	Theorie: Huid & kruid Huishoudelijke toepassingen Praktijk: Natuurlijke cosmetica producten maken Huishoudelijke toepassingen	Herkennen enkele geneeskrachtige kruiden en hun werking Klimop, Zeepkruid, Paardenkastanje, Citroen, Grove den, Heemst, Roos, Appel, Aloë
-----------------	--	--