

Seminarort, Anmeldung und Informationen:

Bildungshaus Kloster St. Ulrich, Landvolkshochschule
St. Ulrich 10
79283 Bollschweil
Tel: 07602/9101- 0
Fax: 07602/9101-90
E-Mail: info@bildungshaus-kloster-st-ulrich.de

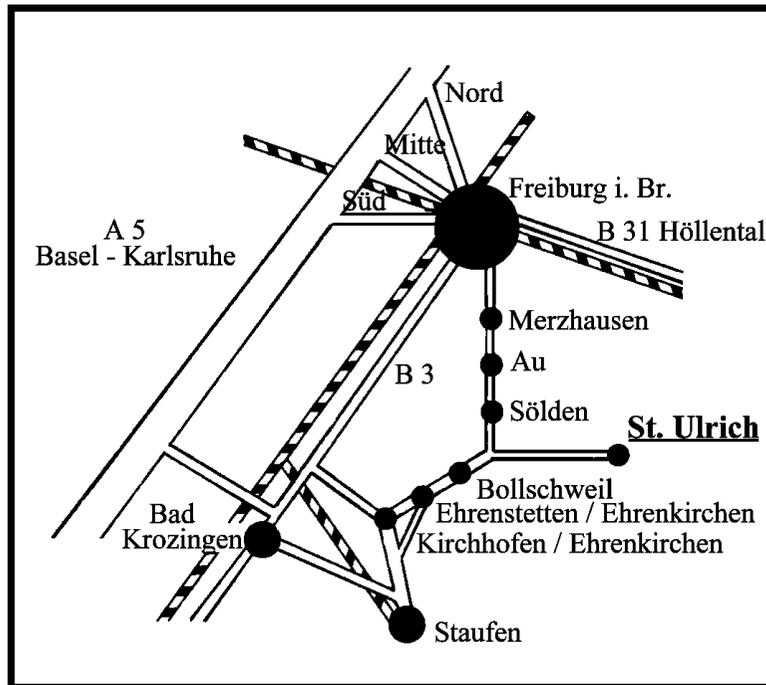
Kursgebühr:

€ 160 DZ, € 170 EZ

Die Kursgebühr beinhaltet Unterkunft, Verpflegung und Seminarkosten.

Seminarbeginn jeweils am 1. Tag 9.30 Uhr

Seminarende jeweils am 2. Tag 17.00 Uhr



Paradiesische Verführung

Quitte und Apfel für Gesundheit,
Schönheit und Genuss

17. - 18. Oktober 2016



**Bildungshaus
Kloster St. Ulrich**
Landvolkshochschule

Bauergarten- und
Wildkräuterland Baden e.V.



kraeuter-regio.de

Liebe Kräuterinteressierte,

ganz herzlich möchten wir Sie einladen zwei altbekannte heimische Obst-arten neu zu entdecken. Im Seminar werden vielfältige Informationen zu den Früchten und nicht alltägliche Verwendungsmöglichkeiten vermittelt.

Gemeinsam werden wir Menüs mit Quitte und Apfel einmal ganz anders kochen, lernen ihre Wirkungen und Anwendungen in der Naturheilkunde kennen und genießen die selbst zubereiteten Kosmetikprodukte. Fertige Proben können für zu Hause mitgenommen werden.

Bitte bringen Sie zum Seminar folgende Dinge mit:

2 Gästetücher, Handtuch, Kosmetiktücher, Decke oder Isoliermatte, Kopfkissen

Wir freuen uns auf Ihr Kommen

Referentinnen: Bärbel Höfflin-Rock, Rosa Maria Beham

Leitung: Bernhard Nägele, Bildungshaus Kloster St. Ulrich



Montag, 17. Oktober 2016 (Tagesthema Quitte)

- 09.00 Uhr Anreise
- 09.30 Uhr Begrüßung, Tagesübersicht und Vorstellungsrunde
Einführung: Die Quitte in der Botanik und Geschichte
- 11.30 Uhr Quittenmenü:
Zubereitung von Vorspeise, Hauptgericht, Nachspeise
- 13.30 Uhr gemeinsames Mittagessen des selbst gekochten Menüs
- 15.00 Uhr Quitte: Inhaltsstoffe und deren Wirkung in der Gartenapotheke
- 15.30 Uhr Kaffeepause
- 15.45 Uhr Zubereitung von Naturkosmetik
Quittenöl, Regenerierendes Fluid, Pflegecreme, Lippenbalsam,
Haarkur
- 18.00 Uhr Abendessen
- 19.00 Uhr Wellness mit den Selbsthergestellten Produkten

Dienstag, 18. Oktober 2016 (Tagesthema Apfel)

- 08.00 Uhr Frühstück
- 09.00 Uhr Tagesübersicht
Einführung: Der Apfel in der Botanik und Geschichte
- 10.30 Uhr Apfelmenü:
Zubereitung von Vorspeise, Hauptgericht, Nachtisch
- 12.30 Uhr gemeinsames Mittagessen des selbst gekochten Menüs
- 14.00 Uhr Apfel: Inhaltsstoffe mit deren Wirkungen in der Gartenapotheke
und Kosmetik
- 14.45 Uhr Kaffeepause
- 15.15 Uhr Zubereiten und Ausprobieren von Naturkosmetik:
Apfelessigwasser, Erfrischungskompressen, gehaltvolle
Nachtcreme, Maske
- 16.45 Uhr Auswertung und Abschluss
- 17.00 Uhr Seminarende