

## Kalligraphie Teil 2



Wusstest du, dass die meditative Kunst des Schönschreibens (Kalligraphie) dem Körper, dem Geist und der Seele rund um die 10.000 Impulse setzt? Hier kannst du Ruhe und Gelassenheit genießen.

Kursleitung: Annette Monschein - Pimeshofer

Preis: € 57,00 inkl. Material und Skripten

Termin: **Mittwoch, 29. November 2023, 17:00 Uhr**

## Süßes ohne Zucker



Ernährungsphysiologischer Wert von Zucker und Zuckerersatzprodukten, Grundlagen für zuckerreduziert und zuckerfrei für die ganze Familie und geeignete Rezeptideen.

Kursleitung: Annette Monschein - Pimeshofer

Preis: € 66,00 inkl. LM und Handout

Termin: **Freitag, 12. Jänner 2024, 17:00 Uhr**

## Herstellen ökologischer Reinigungsmittel



In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit herkömmlichen Putzmitteln, schauen uns Alternativen dazu an und lernen, wie wir unsere eigene Reinigungsmittel-Serie herstellen können.

Kursleitung: Ing. Barbara Pechmann

Preis: € 36,00 inkl. Skripten, Materialkosten ca. € 10,00

Termin: **Dienstag, 16. Jänner 2024, 17:00 Uhr**

## Alles Bohne oder was?



Lernen Sie köstliche Rezepte mit Hülsenfrüchten kennen und genießen Sie die vielfältigen Variation von Bohnen, Linsen und Erbsen

Kursleitung: Mag. Anita Winkler

Preis: € 45,00 inkl. LM, Skripten u. Rezepten

Termin: **Donnerstag, 25. Jänner 2024, 17:00 Uhr**

## Krapfenvariationen



Faschingskrapfen, Spagatkrapfen, Rosenkrapfen... traditionelles aber auch pikantes aus der Krapfenküche wird zubereitet

Kursleitung: Seminarbäuerin Barbara Zenz

Preis: € 45,00 inkl. LM, Skripten u. Rezepten

Termin: **Montag, 05. Februar 2024, 17:00 Uhr**

## Mediatives Schafwoll-Feen filzen



Wir kreieren mit viel Ruhe und Muße aus kuscheliger, pflanzengefärbter Feen-Schafwolle zauberhafte bunte Feen, die einem das Herz höher schlagen lassen. Technik: Nadelfilzen.

Kursleitung: Annette Monschein - Pimeshofer

Preis: € 57,00 inkl. Material

Termin: **Dienstag, 06. Februar 2024, 17:00 Uhr**

## Frauenheilkräuter



In unseren Breiten wächst eine Vielzahl an Pflanzen, die uns Frauen unterstützen. Sowohl auf energetischer als auch auf körperlicher Ebene. Wie wir Schafgarbe, Frauenmantel, Rosen für uns Frauen veredeln können wird in diesem Kurs gezeigt.

Kursleitung: Ing. Barbara Pechmann

Preis: € 31,00 Kursbeitrag, zzgl. Materialkosten € 5,00 - 7,00

Termin: **Dienstag, 27. Februar 2024, 17:00 Uhr**

## Korb flechten mit Weiden



Das Flechten von Weiden zu einem Korb soll hier gelehrt werden. Jeder hat die Möglichkeit selbst einen Korb zu flechten. Das Material wird vom Kursleiter mitgebracht. Der Kurs geht über zwei Tage.

Kursleitung: Hr. Herbert Eisel

Preis: € 130,00 inkl. Materialkosten

Termin: **Sa, 02. März 2024, 08:30 - 17:30 Uhr**

**So, 03. März 2024, 08:30 Uhr - 14:30 Uhr**

## Seifensieden - Praxisworkshop



Eigene Seifenkreationen sind pflegend und ein Geschenk für jeden Anlass. In diesem Seifensiedekurs erfahren Sie die Grundkenntnisse über verschiedene Herstellungsverfahren und in kleinen Gruppen werden wir verschiedene Seifen herstellen. Gummihandschuhe und Schutzbrille bitte mitbringen!

Kursleitung: Mag. Anita Winkler

Preis: € 50,00 inkl. Materialkosten

Termin: **Dienstag, 05. März 2024, 17:00 Uhr**

## Osterbrot und österliches Gebäck



In diesem Kurs werden verschiedene Varianten von österlichen Gebäcken wie Kranzerl, Haserl oder Pinzen, sowie ein klassisches Osterbrot zubereitet.

Kursleitung: Seminarbäuerin Barbara Zenz

Preis: € 45,00 inkl. LM u. Rezepten

Termin: **Montag, 11. März 2024, 17:00 Uhr**

## Kinder mit Kräutern ganzheitlich stärken



Wie kann ich mein Kind mit Kräutern sanft unterstützen? Welche Kräuter tun speziell Kindern gut? Wie kann ich Kräuter unkompliziert in den Alltag einbauen? Was ist ein Stechmonsterroller? Diese und weitere Fragen werden in einem lebendigen und informativen Vortrag behandelt.

Kursleitung: Ing. Barbara Pechmann

Preis: € 31,00 inkl. Skripten

Termin: **Mittwoch, 13. März 2024, 17:00 Uhr**

## Gemmotherapie - die Knospenmedizin



In Pflanzenknospen steckt eine Fülle von heilkräftigen Inhaltsstoffen, diese besitzen die Fähigkeit im menschlichen Organismus Heilungsimpulse auszulösen. Die Herstellung von Mazeraten und die Wirkung wird in diesem Workshop gelehrt.

Kursleitung: Dipl. Kräuterpädagogin Margit Nickl

Preis: € 42,00 inkl. Material und Unterlagen

Termin: **Samstag, 16. März 2024, 15:00 Uhr**

## Osterbacken



Germteig gelingsicher und Kinderleicht! Kreatives Backen von traditionellem und alternativen Osterbrotsorten und Osterhaserl. Auch Vollwert!

Kursleitung: Annette Monschein - Pimeshofer

Preis: € 57,00 inkl. Lebensmittel und Handout

Termin: **Mittwoch, 20. März 2024, 17:00 Uhr**

## Wildkräuterküche im Frühling



Wildkräuter von der Wiese sind sehr gesunde Zutaten für geschmackvolle Gerichte. Lernen Sie die wichtigsten heimischen Wildkräuter kennen und in einem 4-gängigen Menü schmecken.

Kursleitung: Mag. Anita Winkler

Preis: € 45,00 inkl. LM, Skripten u. Rezepten

Termin: **Donnerstag, 21. März 2024, 17:00 Uhr**

## Basteln im Frühling



Gemeinsam mit den Mitgliedern des Absolventenvereins werden frühlingshafte Basteleien gemacht, welche als Deko oder Ostergeschenk genutzt werden können. Es können auch Palmbüschen gebunden werden.

Kursleitung: Mitglieder d. Absolventenvereins

Preis: € 15,00 inkl. Material und kl. Jause

Termin: **Samstag, 23. März 2024, 10 - 13 Uhr**

## Kräuterwanderung



Pflanzen kennenlernen und erkennen ist zu jeder Jahreszeit möglich. Lernen Sie die wichtigsten Kräuter bzw. nutzbaren Pflanzenteile je nach Jahreszeit kennen und nutzen.

Kursleitung: Ing. Barbara Pechmann

Preis: € 25,00

Termin: **Dienstag, 09. April 2024, 17:00 Uhr**

## Pflanzlich vollwertig



Mit der hochwertigsten biologischen Lebensmitteln zaubern wir gemeinsam mit ganz viel Freude, Hingabe und viel kreativen Schätzen und Ideen ein kostbares pflanzlich vollwertiges Menü, das Inspiration für die Abwechslung im Alltag bietet.

Kursleitung: Annette Monschein - Pimeshofer

Preis: € 66,00 inkl. Lebensmittel und Handout

Termin: **Dienstag, 16. April 2024, 17:00 Uhr**

## Entschlacken mit Kräutern



Im Winter verbringen wir meist mehr Zeit in Innenräumen und essen auch nicht so abwechslungsreich wie in der warmen Jahreszeit. Im Frühling ist dann auch für einen "Frühlingsputz" im Körper die Zeit gekommen. Welche Kräuter wir dafür nutzen können und wie diese Kräuter auf unseren Körper wirken

Kursleitung: Ing. Barbara Pechmann

Preis: € 31,00 zzgl. Materialkosten € 5,00 - 7,00

Termin: **Dienstag, 23. April 2024, 17:00 Uhr**

## Kräuterpestos und Kräuteraufstriche



Basilikumpesto lieben viele von uns. Dass aber auch noch eine Vielzahl anderer, heimischer Pflanzen zur Herstellung eines köstlichen Pestos genutzt werden können, wird in diesem Workshop gezeigt. Auch verschiedene Kräuteraufstriche werden gemeinsam hergestellt und verkostet.

Kursleitung: Ing. Barbara Pechmann

Preis: € 31,00 inkl. Skripten, zzgl. Materialkosten € 5,00 - 7,00

Termin: **Dienstag, 14. Mai 2024, 17:00 Uhr**

## Pflanzensalben - in der traditionellen Naturheilkunde verankert



Früher wurden Pflanzensalben mit frischem oder getrocknetem Pflanzenmaterial mit Schmalz, Butter oder anderen Fetten hergestellt. Wie wir dieses alte Wissen für uns nutzen können und wie Pflanzensalben hergestellt werden, erfahren wir in diesem Workshop. Dabei rühren wir auch selbst eine Salbe nach einer alten Rezeptur

Kursleitung: Ing. Barbara Pechmann

Preis: € 31,00 inkl. Skripten, zzgl. Materialkosten € 5,00 - 7,00

Termin: **Dienstag, 04. Juni 2024, 17:00 Uhr**