

Seminar-Angebote der TEH® akademie

Kurz-Seminare/Workshops (2,5 bis 3 Stunden)

Preise: unsere Workshops können zu einem Fixpreis von € 400,- pro Gruppe (bis zu 8 Personen) gebucht werden, jede weitere Person bezahlt zusätzlich € 35,-

Inklusive Skripten und hauseigenen Tee

Traditionelles Wissen

Pechsalbe kochen

Indoorprogramm, auch für Kinder geeignet

Grundkenntnisse Salbenherstellung – die Kraft unserer traditionellen Hausmittel. Zutaten, Herstellungsprozess, Lagerung und Verwendung

Kräutersalben und Lippenpflege

Indoorprogramm, auch für Kinder geeignet

Grundkenntnisse Salbenherstellung – Kosmetik selbst gemacht. Zutaten, Herstellungsprozess, Lagerung und Verwendung

Hydrolate

Indoorprogramm

Der Zauber der Pflanzenwässer, eine besonders feine Art den Duft der Pflanzen einzufangen und zu konservieren.

Basiswissen zu Hydrolaten, Herstellung eines Hydrolats theoretisch und praktisch, Anwendungsmöglichkeiten im Alltag

Seifen sieden

Indoorprogramm

Naturseifen selbst herstellen, ihre Vorteile und Besonderheiten.

Grundlagen, Ölportraits, Erlernen von Grundtechniken, Herstellung von Seife

Räuchervortrag

Indoorprogramm

Räuchern mit heimischen Pflanzen und Harzen. Wie sie wirken und für was sie verwendet wurden.

Individual- Programm

Natürlich können die **Workshops** auch **kombiniert** und ein individuelles Tagesprogramm erstellt werden.

Tee und **Kaffeemaschine** sind **vorhanden** und auf Bestellung kann auch eine Jause organisiert werden.



Botanisches

Fixpreis von € 380,- pro Gruppe (bis zu 8 Personen), jede weitere Person bezahlt zusätzlich € 30,-
Inklusive Skripten und hauseigenen Tee

Kräuterwanderung

Außenprogramm, bitte geeignetes Schuhwerk (Turnschuhe) und Regen- oder Sonnenschutz
Heil- und Nutzpflanzen der heimischen Flora kennen lernen. Wichtige Arten genau erklärt.
Denn nur was man sicher erkennt, kann man auch nutzen.

Tagesseminare (6 Stunden)

Fixpreis: € 780,- pro Gruppe (bis zu 8 Personen), jede weitere Person bezahlt zusätzlich € 60,-
Inklusive Skripten und hauseigenen Tee

Botanisches

Baumbestimmung im Winterzustand

Indoorprogramm mit Wanderung

Was uns Knospen, Blattnarben, Borke und Wuchsform über einen Baum verraten können. Einführung Lebensform Baum, Wanderung Bestimmungübung mit Hilfe eines dichotomen Schlüssels mit Entweder/Oder-Fragen.

Flechten

Indoorprogramm mit Wanderung

Eine besondere Lebensgemeinschaft: Besonderheiten, Großgruppen, die wichtigsten heimischen Vertreter, deren Inhaltsstoffe und Anwendungsgebiete.

Traditionelles Wissen

Fasten

Indoorprogramm

Warum Fasten? Fastenarten (Buchinger, FX Mayr, Hildegard von Bingen)
Ablauf und Wirkungen vom Fasten, Fastenspeisen

Entschleunigen mit traditioneller Heilkunde

Indoorprogramm

Selbsthilfe bei Stress und stressbedingten Beschwerden:
Was ist Stress (Definitionen und Unterschiede), Beeinflussung durch Ernährung, Bewegung, Wasseranwendungen, Heilkräuter zur Stärkung und Beruhigung, Lebensordnung, innere Rhythmen, Chronobiologie

Schlafen, Wachen und Essen im Einklang mit den natürlichen Rhythmen

Indoorprogramm

Der Tag-Nacht-Rhythmus als Basis unserer Gesundheit, Ernährung, Entspannung und Schlaf zur richtigen Zeit, Licht und Dunkelheit als natürliche Rhythmusgeber. Schlafstörungen und ihre Ursachen. Gesundheitliche Störungen durch Schlafmangel und fehlende Rhythmen. Heilkräuter und Wasseranwendungen zur Entspannung und für besseren Schlaf.

Gesünder und fitter durch Wasseranwendungen

Indoorprogramm mit Praxisteil bei der Kneippstelle

Kneippen im 21. Jahrhundert: Wasseranwendungen und ihre Wirkung auf den Körper, die Effekte von Wärme und Kälte auf den Organismus. Vorstellung von Güssen, Bädern, Waschungen, Wassertreten und Wickeln. Hausmittel für die Selbstanwendung.

Kulinarik

Fixpreis: € 1050,- pro Gruppe (bis zu 8 Personen), jede weitere Person bezahlt zusätzlich € 90,-

Inklusive Skripten und hauseigenen Tee

Fermentieren

Indoorprogramm

Eine traditionelle Art der Haltbarmachung, die nicht nur Lebensmittel konserviert, sondern auch unserer Gesundheit guttut. Das Fermentieren ist eine der wichtigsten kulinarischen Wiederentdeckungen der letzten Jahre. Lernen Sie in diesem spannenden Kurs, wie sie ihre Gemüse und Obst leichter bekömmlich und haltbarer machen und nebenbei noch ausgezeichnete Besonderheiten kreiert.

Wildkräuterküche

Indoorprogramm mit Wanderung

Bitter, scharf und würzig – viele unserer Lebensmittel enthalten immer weniger Wirk- und Geschmacksstoffe. Nicht so die Wildkräuter. Sie besitzen oft die 3-5fache Menge an Mineralstoffen und Spurenelementen und sind vor unserer Haustür frei erhältlich. Lernen Sie wie mit Hilfe von Wildkräutern köstlich Speisen kreieren, sie unkompliziert in die Ernährung einbauen und auf was Sie bei der Verarbeitung achten müssen.

Bei Interesse
kontaktiert uns gerne
unter
akademie@teh.at
oder fragt in den
TEH® naturwerken
direkt nach.

Wir freuen uns auf die
Anfrage



Euer TEH® Team

Termine nach Anfrage und abhängig von der Verfügbarkeit der Referenten.