



BILDUNGSHAUS

KLOSTER
NEUSTIFT
ABBAZIA
DI NOVACELLA

Detailprogramm

Fr. 15.02.2018 – Sa. 09.11.2019, 8 Module
Lehrgang

Traditionelle Alpine Heilkunde



Altes ganzheitliches Wissen als moderne Gesundheitsvorsorge für die heutige Zeit

„Alles was wir zum Leben brauchen hat uns die Natur reichlich geschenkt“ Sebastian Kneipp

Die Alpen bergen einen Schatz an traditionellem, ganzheitlichem und natürlichem Heilwissen. Im Alpenland Südtirol lebten die Menschen früher in und mit der Natur und wussten von Anbeginn die Geschenke der Natur auch für Ihre Gesundheit und Gesundheitsvorsorge zu nutzen.

Die traditionelle Alpine Heilkunde beruht auf mehreren Faktoren. Aufgebaut ist sie auf den Urelementen des Lebens: Wasser (Wasseranwendungen nach Kneipp), Erde (Ernährung und Heilkräuter), Feuer (Vitamin D, Wärme, Licht) und Luft (Atmung, Bewegung), in Verbindung mit den natürlichen Rhythmen und der Ordnung der Natur und unter Einbeziehung des Menschen im Kosmos.

Uralte Weisheiten, überlieferte Erfahrungen und Wissen sowie neue wissenschaftliche Erkenntnisse bestätigen das gesundheitsfördernde und heilsame Potential der Alpen für Menschen, Tiere und Pflanzen.

Lehrgang Traditionelle Alpine Heilkunde

Der Lehrgang baut auf folgende Leitlinien:

- > Der Mensch ist Teil der Natur.
- > Natur der Alpen: Landschaft und Heimat verstehen und wertschätzen
- > Leben im Jahreskreis: Naturgesetze und Lebensrhythmen für Gesundheit, Regeneration und Resilienz nutzen.
- > Natürliche Elemente: mit den Kräften von Wasser, Erde, Luft und Feuer leben und vital bleiben.
- > Alpine Naturschätze: überliefertes und modernes Heilwissen zeitgemäß anwenden.
- > Alpines Kulturgut: Brauchtum lebendig halten und Tradition in die Zukunft tragen.

Ziel des Lehrgangs ist es die Ressourcen unseres alpinen Raumes für die eigene Gesundheitsvorsorge kennen und nutzen zu lernen. Im Rahmen des Lehrgangs wird eine Hausapotheke erstellt.

Methoden

Die methodisch-pädagogischen Richtlinien des Lehrgangs lehnen sich an ganzheitliche und teilnehmeraktivierende Lehr- und Lernmethoden an und umfassen Theorie und Praxis.

Zielgruppen

- > Interessierte Menschen die in folgenden Bereichen tätig sind und dieses Wissen in ihren Beruf einbinden wollen: Gesundheit und Gesundheitsförderung, Prävention, Wellness, Tourismus, Urlaub am Bauernhofbetriebe, Pflege, soziale, therapeutisch-beratende und pädagogische Berufe etc. (Wellness-, Gesundheits-, Bewegungstrainer, Ernährungscoach, Kräuterpädagogen und -experten, Wanderbegleiter, Masseur, Kosmetikerinnen, Krankenpfleger, Altenpfleger, Pädagogen etc.)
- > Menschen, die das Wissen für die eigene Gesunderhaltung und für die Familie nutzen wollen
- > Interessierte



BILDUNGSHAUS

KLOSTER
NEUSTIFT
ABBAZIA
DI NOVACELLA

Detailprogramm

Lehrgangsabschluss

Um den Lehrgang „Traditionelle Alpine Heilkunde erfolgreich mit Zertifikat abzuschließen sind eine Mindestanwesenheit von 80% am Unterricht erforderlich sowie die Erstellung eines Herbariums mit 15 Kräutern und die Präsentation eines Themas (einzeln oder in der Gruppe).

Ihre Referentinnen und Referenten



Dr. Arnold Achmüller, Wien, Apotheker, Blogger (krautundwurzel.com), Referent zu diversen Themen der alpinen Pflanzenheilkunde und der Volksmedizin, Buchautor u. a. Alpenmedizin



Dr. Thaler Sigrid, Montan, Biologin, Kräuterpädagogin, Kräuterexpertin, Ernährungscoach, Grüne Kosmetik-Pädagogin, Referentin an deutschen und österreichischen Kräuterkademiem, Buchautorin



Monika Engl, Raas, Kneipp Gesundheits-, Entspannungs- und Qi Gong Trainerin, dipl. Fastenleiterin, Lebens- und Ritualberaterin, Tanzpädagogin, Naturcoach und Expertin Alpines Waldbaden



Manuela Mair, St. Ulrich, Grüne-Kosmetik-Pädagogin, FNL-Kräuterexpertin, Kräuter-Praktikerin nach Hildegard von Bingen, Kindergärtnerin



Alexander Wachtler, Innsbruck, Physiotherapeut und Sportphysiotherapeut, Therapeut für Traditionelle Chinesische Medizin, Psycho-Neuro-Immunologe



Judith Jud Springeth, Bozen, Röntgentechnikerin, Ausbildung zur Apitherapiereferentin, seit 29 Jahren Imkerin, z.Z. Ausbildung zur Kräuterpädagogin



BILDUNGSHAUS

KLOSTER
NEUSTIFT
ABBZIA
DI NOVACELLA

Detailprogramm

Termine und Inhalte

Umfang: 16 Tage/150 Weiterbildungsstunden (WBh à 45 Min.) inkl. Prüfung

Termine: jeweils Freitag – Samstag, außer Block 3 Mittwoch - Donnerstag

Uhrzeit: jeweils 9.00 -12.00 Uhr, 13.00 - 17.00 Uhr

Modul 1 – Ursprung der alpinen Heilkunde und der Naturheilverfahren

Workshop Selbstgemachtes für die Hausapotheke

Termin	Referent
Fr. 15.02. - Sa. 16.02.2019	Dr. Arnold Achmüller
Inhalt: Historie – von der Steinzeit bis in das 20. Jahrhundert: Urzeit, Volksmedizin, Klostermedizin, Paracelsus, Hildegard von Bingen, Kräuterhexen & Wurzelsepp, Phytotherapie, Alpine Wurzeln > Vier Säfte Lehre der Antike: Körpersäfte > Signaturenlehre > Heilkraft der Naturheilverfahren: Mensch und Natur, Ausleitungsverfahren, Reizverfahren, Biorhythmus, Natur-Elemente und ihre Wirkung, Sonne, Erde, Luft und Wasser > Anleitung zur Erstellung eines Herbariums Workshop: Herstellung von Hustensaft, Salbe, Gel, Tinktur, Kräuteröl, Teemischung, Kräuterkissen, Wickel, Weinauszug, Likör und Kräuterschnaps	

Modul 2 – Wunderwerk Mensch und die Heilkraft der Bewegung

Termin	Referent
Fr. 15.03. - Sa. 16.03.2019	Alexander Wachtler
Inhalt: > Grundlagen zur Anatomie > Nervensystem > Verdauungssystem > Herz-Kreislauf-System > Immunsystem > Physiologie > Selbstheilungskräfte des Körper > Heilkraft Bewegung > Gesundheitliche Wirkung von Bewegung > Bewegung in der Natur, Wandern, Berg > Anatomisches Grundverständnis	

Modul 3 – Heilkraft der Wildkräuter im und rund um den Garten

Termin	Referentin
Mi. 24.04. - Do. 25.04.2019	Sigrid Thaler
Inhalt: > Begrüßung und Kennenlernen > Erkennen, Wirkung der wichtigsten Wildpflanzen > Ernte, Verarbeitung und Verwendung > Kräuterpraxis	

Modul 4 – Heilkraft der Alpenpflanzen und des Waldes

Termin	Referentin
Fr. 07.06. - Sa. 08.06.2019	Sigrid Thaler
Inhalt: > Erkennen, Wirkung der wichtigsten Alpenpflanzen > Ernte, Verarbeitung und Verwendung > Zirbe, Fichte, Lärche, Kiefer, Wacholder > Kräuterpraxis	



BILDUNGSHAUS

KLOSTER
NEUSTIFT
ABBAZIA
DI NOVACELLA

Detailprogramm

Modul 5 – Heilkraft des Wassers und der Lebensordnung

Termin	Referenten
Fr. 12.07. - Sa. 13.07.2019	Monika Engl
Inhalt: > Biografie von S. Kneipp > Elemente der Kneipplehre: Wasser, Ernährung, Bewegung, Lebensordnung > Element Wasser: Bedeutung und Wirkprinzip, die wichtigsten Wasseranwendungsregeln, verschiedene Wasseranwendungen in Theorie und Praxis > Element: Lebensordnung	

Modul 6 – Heilkraft der alpinen Ernährung Workshop: Haltbarmachung und Fermentation

Termin	Referent
Fr. 06.09. - Sa. 07.09.2019	Dr. Arnold Achmüller
Inhalt: > Vitale biologische Nährstoffe (bio) > Gesunde Ernährung > Aufnahme und Ausscheidung, Fasten > Vorbeugung und Heilung mit der richtigen Ernährung > Wildkräuter, Anwendung in der Küche und deren Verarbeitung > Techniken der Verarbeitung, Fermentation (Sauerkraut, Rübekraut) > Heilkraft alpiner Produkte wie Topfen, Kastanien, Apfel, Kartoffeln usw. > Abgabe Herbarium Workshop: > Techniken der Haltbarmachung (Einlegen, Einkochen, Trocknung, Salzen usw.) und Fermentationstechniken (Sauerkraut, Sauerteig usw.)	

Modul 7 – Heilkraft der Bienen und der Grünen Kosmetik

Termin	Referentinnen
Fr. 04.10. - Sa. 05.10.2019	Judith Jud Springeth und Manuela Mair
Inhalt: > Apitherapie: Geschichte der Apitherapie > Das Bienenvolk > Kennenlernen und Verwenden der verschiedenen Bienenprodukte > Gesundheitsfördernde Wirkung > Herstellung einer Propolisalbe > Grüne Kosmetik: Kräuter und Früchte der Jahreszeit für Körperpflege und Schönheit einsetzen > Was ist Grüne Kosmetik? > Historische Reise zu den Anfängen der Urkosmetik, Stellenwert der Kosmetik aus der Natur für unsere Vorfahren - Kosmetik damals und heute > die Rolle der Hautpflege, Inhaltsstoffe in herkömmlichen Kosmetikprodukten > Sammelexkursion mit Erklärungen zu den Heil- und Pflegestoffen der Pflanzen > Kosmetikprodukte herstellen - Praxiseinheit	

Modul 8 – Heilkraft Brauchtum und Räuchern, Salutogenese und Abschlusspräsentationen

Termin	Referentin
Fr. 08.11. - Sa. 09.11.2019	Monika Engl, Dr. Arnold Achmüller
Inhalt: > Brauchtum: Der Jahreskreis, Brauchtum, Rituale, vom Zauber des Räucherns > Salutogenese: Was ist Heilung? Ganzheitliche Heilungsansätze, Placebo/Noceboeffekte, Salutogenese, Biopsychosoziale Medizin und Stärkung der Selbstheilungskräfte > Abschlusspräsentationen	



BILDUNGSHAUS

KLOSTER
NEUSTIFT
ABBAZIA
DI NOVACELLA

Detailprogramm

Übersichtskalender

Februar 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
5					1	2	3
6	4	5	6	7	8	9	10
7	11	12	13	14	15	16	17
8	18	19	20	21	22	23	24
9	25	26	27	28			

März 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9					1	2	3
10	4	5	6	7	8	9	10
11	11	12	13	14	15	16	17
12	18	19	20	21	22	23	24
13	25	26	27	28	29	30	31

April 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
14	1	2	3	4	5	6	7
15	8	9	10	11	12	13	14
16	15	16	17	18	19	20	21
17	22	23	24	25	26	27	28
18	29	30					

Mai 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
18			1	2	3	4	5
19	6	7	8	9	10	11	12
20	13	14	15	16	17	18	19
21	20	21	22	23	24	25	26
22	27	28	29	30	31		

Juni 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
22						1	2
23	3	4	5	6	7	8	9
24	10	11	12	13	14	15	16
25	17	18	19	20	21	22	23
26	24	25	26	27	28	29	30

Juli 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
27	1	2	3	4	5	6	7
28	8	9	10	11	12	13	14
29	15	16	17	18	19	20	21
30	22	23	24	25	26	27	28
31	29	30	31				

August 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
31				1	2	3	4
32	5	6	7	8	9	10	11
33	12	13	14	15	16	17	18
34	19	20	21	22	23	24	25
35	26	27	28	29	30	31	

September 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
35							1
36	2	3	4	5	6	7	8
37	9	10	11	12	13	14	15
38	16	17	18	19	20	21	22
39	23	24	25	26	27	28	29
40	30						

Oktober 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
40		1	2	3	4	5	6
41	7	8	9	10	11	12	13
42	14	15	16	17	18	19	20
43	21	22	23	24	25	26	27
44	28	29	30	31			

November 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
44					1	2	3
45	4	5	6	7	8	9	10
46	11	12	13	14	15	16	17
47	18	19	20	21	22	23	24
48	25	26	27	28	29	30	

Dezember 2019							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
48							1
49	2	3	4	5	6	7	8
50	9	10	11	12	13	14	15
51	16	17	18	19	20	21	22
52	23	24	25	26	27	28	29
53	30	31					

Januar 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1			1	2	3	4	5
2	6	7	8	9	10	11	12
3	13	14	15	16	17	18	19
4	20	21	22	23	24	25	26
5	27	28	29	30	31		

Veranstaltungsort ist das Bildungshaus Kloster Neustift in Vahrn bei Brixen.

Preis und Leistung

1.400,- EUR

Dieser Preis beinhaltet 150 Einheiten à 45 Min., Seminarräume, Kursunterlagen, Materialspeisen für die Hausapotheke, Abschlussprüfung mit Zertifikat. Mit der Anmeldung ist die Lehrgangsgebühr fällig.



BILDUNGSHAUS

KLOSTER
NEUSTIFT
ABBAZIA
DI NOVACELLA

Detailprogramm

Fördermöglichkeiten der Deutschen Berufsbildung

Für Einzelpersonen

Ansuchen können Personen mit **privatrechtlichem Arbeitsvertrag**, Personen, die **nachweislich auf Arbeitssuche** sind sowie Personen, die in die **Lohnausgleichskasse** oder **Mobilitätsliste** eingetragen sind.

Für die Gewährung eines finanziellen Beitrages ist es in jedem Fall erforderlich, **vor Beginn** der Weiterbildungsmaßnahme ein entsprechendes Gesuch einzureichen. Die Gesuche sind persönlich abzugeben oder per Post zu übermitteln. Gültig ist in jedem Fall der Eingangsstempel der Deutschen Berufsbildung und nicht der Poststempel. Weitere Informationen unter www.provinz.bz.it/berufsbildung/foerderungen/arbeitssuchende-foerderungen.asp.

Ansprechpartnerin:

Inge Clementi, Tel. 0471 416 919, Email inge.clementi@provinz.bz.it

Für Unternehmen

Ansuchen können Unternehmen, deren Inhaber und Mitarbeiter an offenen, überbetrieblichen oder internen Weiterbildungsmaßnahmen teilnehmen.

Für die Gewährung eines finanziellen Beitrages ist es in jedem Fall erforderlich, **vor Beginn** der Weiterbildungsmaßnahme ein entsprechendes Gesuch einzureichen. Die Gesuche sind persönlich abzugeben oder per Post zu übermitteln. Gültig ist in jedem Fall der Eingangsstempel der Deutschen Berufsbildung und nicht der Poststempel. Weitere Informationen unter www.provinz.bz.it/berufsbildung/foerderungen/betriebe-foerderungen.asp.

Ansprechpartner:

Michaela Rogger, Tel. 0471 416 914, Email michaela.rogger@provinz.bz.it

Thomas Prunner, Tel. 0471 416 930, Email thomas.prunner@provinz.bz.it

Weitere Informationen und Anmeldung

Für weitere Informationen bitten wir Sie, sich telefonisch oder per Email an uns zu wenden. Um sich zum Lehrgang anzumelden, reichen Sie bitte das **ausgefüllte Anmeldeformular** per Email, Fax oder Post ein.



BILDUNGSHAUS

KLOSTER
NEUSTIFT
ABBAZIA
DI NOVACELLA



Bildungshaus Kloster Neustift
Ansprechpartnerin: Monika Engl

Stiftstr. 1, I-39040 Vahrn (BZ)

Tel. +39 0472 835 588

Fax +39 0472 838 107

bildungshaus@kloster-neustift.it

www.bildungshaus.it



BILDUNGSHAUS

KLOSTER
NEUSTIFT
ABBAZIA
DI NOVACELLA

Detailprogramm