

### 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@bksu.de

### Kursgebühr:

€ 930 (DZ), € 980 (EZ)

Die Kursgebühr beinhaltet Unterkunft und Verpflegung,  
Seminarkosten, Material und Kursliteratur für alle 4 Module

### Termine:

30. – 31. März 2026  
4. – 5. Mai 2026  
22. – 23. Juni 2026  
28. – 29. September 2026

Seminarbeginn jeweils am 1. Tag 9.30 Uhr  
Seminarende jeweils am 2. Tag 17.00 Uhr

### Kursabsage

Bitte haben Sie Verständnis, dass wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 50 % des Teilnehmerbeitrages berechnen, falls Sie innerhalb sechs Wochen vor Seminarbeginn absagen. Wird eine Anmeldung am Tage des Seminarbeginns zurückgezogen oder erscheint die angemeldete Person nicht zum Seminar, wird die volle Gebühr erhoben.

### Anreise:

Unser Haus befindet sich etwa 15 km südlich von Freiburg im Dreiländereck Deutschland – Frankreich – Schweiz.

Adresse für Navigationsgeräte:  
79283 Bollschweil (Ort),  
St. Ulrich 10 (Straße)

Informationen zur Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln finden Sie im Internet unter [www.deutsch-bahn.de](http://www.deutsch-bahn.de) oder unter [www.vag-freiburg.de](http://www.vag-freiburg.de).

## Kräuter-Regio in St. Ulrich



## Kräuter-Grundkurs 2026

Grundlagenwissen über heimische  
Wild- und Gartenkräuter

30. – 31. März 2026  
4. – 5. Mai 2026  
22. – 23. Juni 2026  
28. – 29. September 2026



Bildungshaus  
Kloster St. Ulrich  
Landvolkshochschule

Bauerngarten- und  
Wildkräuterland Baden e.V.



kraeuter-regio.de

## Liebe Kräuterfreundinnen und Kräuterfreunde,

wir freuen uns über Ihr Interesse am Kräuter-Regio Grundkurs. Hier wird Ihnen in Theorie und Praxis Grundlagenwissen über unsere heimischen Wild- und Gartenkräuter vermittelt.

Über das Jahr verteilt lernen wir in vier Seminareinheiten die typischen Kräuter der jeweiligen Saison drinnen und draußen kennen und bereiten daraus allerlei Schmackhaftes, Gesundheitsförderndes und Kreatives zu.

Die Seminareinheiten bauen inhaltlich und organisatorisch aufeinander auf, der Kurs ist daher nur als Ganzes buchbar. Es können maximal 16 Personen teilnehmen.

Sie lernen unterschiedliche Referentinnen kennen und werden durchgängig von einer erfahrenen Kräuterpädagogin begleitet. Diese steht Ihnen auch zwischen den Terminen als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

Wir laden Sie herzlich ein!

**Bernhard Nägele, Bildungshaus Kloster St. Ulrich** und das **Team der Kräuter-Regio:**

- **Petra Rehm-Hug**, Kräuterpädagogin, Elektronikerin (Kursleitung)
- **Andrea Tellmann**, Heilpraktikerin, Krankenschwester
- **Bärbel Höfflin-Rock**, Dipl.-Geografin, Kräuterpädagogin
- **Karin Rotzler**, Kunstpädagogin, Krankenschwester
- **Eva-Maria Schüle**, Dipl.-Ing. agr., Klostergärtnerin

## Kräuter zum Genießen – aus dem Programm:

### Modul 1: Kräuter im Frühling

Montag, 30. März 2026 – Eva-Maria Schüle

Einführung und Kennenlernen aller Referentinnen  
Lebensräume und Standortverhältnisse  
Kräuter selbst anbauen, Frühlingssmoothies  
Abendprogramm: Lebensweg St. Ulrich

Dienstag, 31. März 2026 – Bärbel Höfflin-Rock

Botanische Grundlagen und Pflanzensystematik  
Was darf ins Körbchen? Kräutersalz, Kräuteröl  
Kreuzblütler, Hahnenfußgewächse – typische Inhaltsstoffe

### Modul 2: Fit in den Frühsommer

Montag, 4. Mai 2026 – Bärbel Höfflin-Rock

Wildkräuter in der Küche  
Bärlauch, Giersch, Holunder, Löwenzahn und Co.  
Liliengewächse, Doldenblütler,  
Rötegewächse und deren wichtigen Inhaltsstoffe  
Abendprogramm: gemütlicher Ausklang nach Wildkräutermenü

Dienstag, 5. Mai 2026 – Andrea Tellmann

Rosengewächse - Gerbstoffe erleben  
Haustee: sammeln, mischen und genießen  
Brennnessel: von Küche bis Kosmetik

### Modul 3: Sommerzeit

Montag, 22. Juni 2026 – Andrea Tellmann

Bitter im Mund, im Magen gesund  
Magenbitter und Tinktur ansetzen  
Johanniskraut: Öl, Räuchern, Mythologie  
Abendprogramm: Sonnwendfeuer in der Steinmühle

Dienstag, 23. Juni 2026 – Karin Rotzler

Ätherische Öle verwöhnen die Sinne  
Melisse und mehr  
Hydrolate, die Düfte der Natur

### Modul 4: Der Herbst

Montag, 28. September 2026 – Karin Rotzler

Kräuterkekse  
Wiesensvisitenkarten  
Ab nachmittags: Kartausgarten

Dienstag, 29. September 2026 – Eva-Maria Schüle

Kraft aus der Wurzel, Wurzeln graben  
Erkältungs- und Flügelpflege-Balsam  
Abschlusspräsentationen der TeilnehmerInnen  
Abschluss mit allen Referentinnen

**MACHEN SIE MIT?!**