

Wildkräuter für die Hausapotheke

Kursnummer	26N225008
Beginn	Dienstag, 19.05.2026, 17:30 - 20:30 Uhr
Dauer	1 Termin(e)
Ort	VHS im Bezirksrathaus Nippes, 0.30, Neusser Str. 450, 50733 Köln
Lehrkraft	Karin Baneth
Kursentgelt	41,50 €

In diesem praxisnahen Kurs entdecken Sie die wichtigsten heimischen Heilpflanzen für die Erste Hilfe bei kleineren Blessuren. Ob bei Magenproblemen, kleinen Schnittwunden oder Erkältungen – viele Beschwerden lassen sich sanft und wirksam mit pflanzlichen Mitteln lindern.

Sie lernen:

- Welche Wild- und Heilpflanzen sich für die Hausapotheke eignen und wie Sie sie sicher erkennen können.
- Wie Sie Öl-Auszüge, Tinkturen und Oxymels selbst herstellen.
- Welche Pflanzen besonders gut geeignet sind für Ihre Hausapotheke.

Im praktischen Teil stellen wir gemeinsam ein kleines Set an pflanzlichen Helfern her, z. B. Ringelblumen Öl, für kleine Wunden, Löwenzahn Tinktur, bei Magen-Darm Problemen und ein Spitzwegerich Oxymel (Hustensirup) gegen Erkältungen. Ideal für alle, die ihre Gesundheit auf natürliche Weise unterstützen möchten. Alle Teilnehmer*innen bekommen ein kleines Skript, mit allen Rezepten mit nach Hause.

Das in diesem Kurs vermittelte Wissen versteht sich nicht als Alternative zu medizinischen Behandlungen durch Fachpersonal.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
19.05.2026	17:30 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, 0.30

[zur Kursdetail-Seite](#)