

## **Workshop für Kindergärtnerinnen in der Kur-Apotheke, am 30.05.2019**

Am Vormittag ethnobotanische Wanderung an der Mangfall (3 Stunden), Schwerpunkt Heil- und Giftpflanzenenerkennung, Pflanzenbräuche früher und Anwendungen heute

Am Nachmittag Workshop "Die kleinen Naturapotheker" im Apothekenlabor (4 Stunden)  
Selbsterstellung von Tinkturen und Lotionen, Cremes und Salben mit pflanzlichen Wirkstoffen  
Homöopathie für Kinder  
Färben mit Pflanzen

### **Rezepte:**

#### **LAVENDELCREME**

60g Basiscreme  
6 Tr. Äther. Öl "Lavendel fein" Primavera  
1 Tr. Azulen (blauer Wirkstoff aus Kamillendestillat)  
In Salbentiegel abfüllen.

#### **DAS GRÜNE AYBLINGER WUNDSÄLBLEIN**

4 Teile Ölauszug (16 verschiedene Kräuter in kaltgepresstem Olivenöl)  
1 Teil Bienenwachs  
Bienenwachs im Wasserbad schmelzen, Ölauszug im Wasserbad auf die selbe Temperatur bringen und langsam unter Rühren in die Bienenwachs-Schmelze gießen, möglichst klumpenfrei bis zum Erkalten rühren, in Tiegel abfüllen.

#### **ROSENSPIRITUS**

60g Rosenblüten  
360ml Alkohol 96%  
720ml dest. Wasser  
Fünf Tage ziehen lassen (mazerieren), dann durch Mullkompressen abfiltrieren, ergibt ca. 1 Liter Rosenspirituss mit ca. 30% Alkoholgehalt.  
Statt der Alkohol-Wasser-Mischung kann man auch Kornschnaps mit ca. 35% Alk. nehmen.

#### **Weiterverarbeitung zur Lotion "NACH DER SONNE"**

100ml Hauswurz-Urtinktur  
900ml Rosenspirituss  
Am besten in Fläschchen mit Sprühkopf abfüllen.  
Die Hauswurz-Urtinktur ist der schleimreiche Frischpflanzenauszug aus kleingeschnittenen Hauswurzblättern.  
Alternativ kann man die Hauswurzblätter zusammen mit den Rosenblüten im Alkohol-Wasser-Gemisch bzw. im Kornschnaps mazerieren und gemeinsam abpressen - fertig!  
Falls keine Hauswurz aus der bairisch-alpenländischen Tradition zur Verfügung steht, kann man sie durch die modernere, ebenfalls schleimreiche Aloe ersetzen. Ebenso die Blätter kleinschneiden und mazerieren.  
Man könnte auch noch Hamameliswasser (gerbstoffreich) hinzufügen.  
Schleim und Gerbstoff beruhigt die gereizte Haut. Auch Rosenblütenblätter enthalten neben dem ätherischen Öl viel Schleim und Gerbstoff.

## LAVENDEL-NELKEN-SPIRITUS

15g Lavendelblüten

30g Gewürznelken

150ml Alkohol 96%

Fünf bis zehn Tage mazerieren, durch die Kartoffelpresse ausdrücken und durch Mullkompressen nachfiltrieren. Wird beeindruckend leuchtend grün. Ergibt ca. 120ml

## STANZENSCHRECK (Mückenabwehr)

25ml Citronellöl (Lemongrasöl)

75ml Lavendel-Nelken-Spiritus

In 10ml-Roll-on-Flaschen abfüllen.