

## Ätherische Öle und Hydrolate

Ätherische Öle und Hydrolate beinhalten die Essenz von aromatischen Pflanzen. Je nach Pflanze kann mit einer Destille ein Hydrolat (Pflanzenwasser) oder zusätzlich ätherisches Öl gewonnen werden. Beide Produkte können später therapeutisch genutzt oder beispielsweise in Cremes verarbeitet werden.



### Kursbeschreibung:



Mit einer Destille können beispielsweise vom Lavendel ätherisches Öl und Hydrolat gewonnen werden, von anderen duftenden Pflanzen vor allem Hydrolate (Pflanzenwässer, Blütenwässer, Aromatische Wässer). Ätherische Öle und Hydrolate können entweder direkt therapeutisch genutzt oder für die Herstellung von Cremes und weiteren Produkten verwendet werden.

In kurzen Theorieblöcken werden Sie in das Reich der aromatischen Pflanzen, der ätherischen Öle und Hydrolate eingeführt. Sie erfahren, wie Sie ätherische Öle und Hydrolate herstellen, aufbewahren und weiter verwenden können und worauf Sie insbesondere bei der Verwendung der ätherischen Öle achten müssen.

Im Kräutergarten können Sie Ätherischöl-Pflanzen mit allen Sinnen erleben und feststellen, dass nahe verwandte Arten teilweise ganz unterschiedliche Geruchseindrücke vermitteln.

Mit verschiedenen Destillen (Kolonnendestille, Leonardo-Destille, Arabia-Destille) legen Sie selber Hand an: Sie gewinnen mithilfe der Wasserdampfdestillation aus verschiedenen Pflanzen ätherisches Öl und Hydrolate, die Sie anschliessend nach Hause mitnehmen können.

### Datum, Kurszeiten:

**Samstag, 24. Oktober 2020**  
09.00 bis 17.00 Uhr (6.5 Std à 60 Min.)

### Inhalte:

- Einführung in die Vielfalt der aromatischen Pflanzen, der ätherischen Öle und Hydrolate
- Grundlagen der Wasserdampfdestillation und Funktionsweise von verschiedenen Destillen
- Besuch im Heilkräutergarten: Kennenlernen von Ätherischöl-Pflanzen
- Ausführliche Pflanzenportraits: Lavendel und Thymian
- Praxisteil: Herstellung von Hydrolaten und eines ätherischen Öls mit verschiedenen Destillen

### Ziele:

- Sie können mit einer Destille ätherische Öle und Hydrolate herstellen.
- Sie wissen, wofür ätherische Öle und Hydrolate verwendet werden können.
- Sie können Lavendel und Thymian charakterisieren (Botanische Merkmale, Inhaltsstoffe, Wirkmechanismen, Anwendungsmöglichkeiten)

### Voraussetzungen:

keine

### Mitbringen:

Mittagsverpflegung (die Küche steht zur Verfügung, Restaurant im Dorf vorhanden)

### Verpflegung:

Für Znüni und Zvieri ist gesorgt

### Kosten:

CHF 180.- (inklusive Kursmaterial, ausführliches Skript, Zwischenverpflegung, Kursbestätigung)

### Kursleitung:

Liselotte und Beat Baumgartner

### Anzahl Teilnehmende:

Min. 4 max. 12 Teilnehmer/-innen

### Zertifikatsanrechnung:

Ja

### Zahlungs- und Rücktrittsbedingungen:

Eine Anmeldung ist verbindlich. Bei Abmeldung nach der Bestätigung der Durchführung oder bei Nichterscheinen werden Annullationsgebühren verrechnet (Details siehe Anmeldeformular).