

## Tropfenweise Natur - Kräutertinkturen selbstgemacht

Eine hervorragende und altbewährte Möglichkeit, die wertvollen Inhaltsstoffe unserer selbst gesammelten Pflanzen wie Blätter, Blüten, Früchte und Wurzeln verfügbar und haltbar zu machen, sind Tinkturen.

Sie enthalten die konzentrierte Wirkform der Pflanzen und können innerlich sowie äußerlich angewendet werden.

Die Herstellung von Tinkturen ist denkbar einfach. Dennoch ist das "Gewusst wie" sehr hilfreich, um den bestmöglichen Wirkstoffauszug zu erzielen:

- Verwende ich frische oder getrocknete Pflanzen?
- Welcher Alkohol und welche Alkoholkonzentration ist bei welchen Pflanzenteilen sinnvoll?
- Die verschiedenen Phasen des Verarbeitungsprozesses.
- Wie muss Alkohol mit Wasser gemischt werden?
- Gibt es auch Tinkturen ohne Alkohol?
- Lagerung, Anwendungen und Dosierung von Tinkturen

Gemeinsam werden wir zwei verschiedene Tinkturen mit und ohne Alkohol herstellen, die die Teilnehmenden dann für ihre Hausapotheke mitnehmen können.

### Information

**Kursdauer:** 4 Einheiten

**Kursbeitrag:** 53,00 € Teilnahmebeitrag (plus Materialkosten € 10)

**Fachbereich:** Gesundheit und Ernährung

**Zielgruppe:** Alle Interessierten

### Verfügbare Termine

**04.03.2026 19:00, Kirchbichl**

Ort	Kirchbichl
Beginn	04.03.2026 19:00
Ende	04.03.2026 22:30
Örtlichkeit	Pfarrheim Bruckhäusl, Loferer Straße 111, 6322 Kirchbichl
Information	Bei Fragen Theresa Richter, BLK Kufstein, kontaktieren, T 059292-2403
Kursnummer	7-1004609
Trainer:in	Sabine M. Adl
Veranstalter	Ländliches Fortbildungsinstitut Tirol Bezirk Kufstein