

**NATCARE
SCHRIJFTELIJKE
KRUIDENOPLEIDING**

INFORMATIEGIDS

www.natcare.be

INFORMATIEGIDS

NATCARE SCHRIJFTELIJKE KRUIDENOPLEIDING

INHOUDSOPGAVE

INHOUD VAN DE CURSUS	2
<i>Fytotherapie</i>	2
<i>Kruidenfiches</i>	2
<i>Kruidenthema's</i>	2
<i>Kruideninhoudsstoffen</i>	2
<i>Determinatie van planten</i>	3
<i>Kruiden kweken, oogsten en bewaren</i>	3
<i>Kruiden verwerken</i>	3
OPDRACHTEN	4
<i>Vrijblijvende opdracht</i>	4
<i>Verplichte opdrachten</i>	4
VRIJBLIJVEND EINDWERK	4
VRIJBLIJVENDE PRAKTIJK- EN LESDAGEN	4
<i>Praktijkworkshops over en in verband met kruiden</i>	4
<i>Praktijkworkshops cosmetica</i>	4
<i>Extra praktijk- en lesdagen</i>	4
<i>Kruidenwandelingen</i>	5
<i>Agenda</i>	5
PRIJZEN.....	5
<i>Schriftelijke kruidenopleiding</i>	5
<i>Praktijkworkshops en extra praktijk- of oefendagen</i>	5
<i>Kruidenwandelingen</i>	5
INSCHRIJVEN	5
EXTRA INFORMATIE.....	5

Inhoud van de cursus

Fytotherapie

- ✿ Wat is fytotherapie?
- ✿ Een stukje geschiedenis.
- ✿ Veiligheid.
- ✿ Wetgeving + verschillende bijlagen van wetgevingen en informatiegidsen.
- ✿ Gebruikte plantendelen in de fytotherapie.
- ✿ De meest gebruikte verwerkingsvormen van kruiden.

Kruidenfiches

- ✿ 80 uitgebreide kruidenfiches
 - ✿ Naamgeving en naamsverklaring
 - ✿ Geschiedenis
 - ✿ Botanische beschrijving
 - ✿ Herkomst en vindplaats
 - ✿ Belangrijkste inhoudsstoffen
 - ✿ Fytotherapeutisch gebruik
 - ✿ Typologie
 - ✿ Toxiciteit en nevenwerkingen
 - ✿ Magie en geloof

Kruidenthema's

- ✿ Ontgiften met kruiden
- ✿ Kruiden voor de immuniteit
- ✿ Kruiden voor het zenuwstelsel
- ✿ Kruiden voor de spijsvertering en de stofwisseling
- ✿ Kruiden voor de luchtwegen
- ✿ Kruiden voor de urinewegen
- ✿ Kruiden voor hart en bloedvaten
- ✿ Kruiden voor het bewegingsstelsel
- ✿ Kruiden voor huid en haar
- ✿ Kruiden voor vrouwen
- ✿ Kruiden voor mannen
- ✿ Kruiden voor kinderen

Kruideninhoudsstoffen

- ✿ Wat zijn kruideninhoudsstoffen?
- ✿ De belangrijkste kruideninhoudsstoffen nader bekeken.
 - ✿ Bitterstoffen.
 - ✿ Looistoffen.
 - ✿ Flavonoiden.
 - ✿ Slijmstoffen.
 - ✿ Etherische oliën.
 - ✿ Glycosiden
 - ✿ Saponinen
 - ✿ Alkaloïden
 - ✿ Vitaminen, mineralen, eiwitten en essentiële vetzuren

Determinatie van planten

- ✿ De wortel
- ✿ Het blad (bladvorm, bladrand, knoppen en bladaanzet)
- ✿ De stengel
- ✿ De Bloem en de bloeiwijze
- ✿ De vrucht
- ✿ Plantenfamilies

Kruiden kweken, oogsten en bewaren

- ✿ Kruiden kweken – De Kruidentuin
 - ✿ Standplaats
 - ✿ Bodem
 - ✿ Zaaien
 - ✿ Planten
 - ✿ Vermeerderen
 - ✿ Natuurlijke plantenbescherming
 - ✿ Het aanleggen van een kruidentuin
- ✿ Kruiden kweken - Kruiden in potten
- ✿ Oogsten
 - ✿ Oogsten in eigen tuin
 - ✿ Verzamelen in de natuur
- ✿ Bewaren
 - ✿ Drogen
 - ✿ Verwerken

Kruiden verwerken

- ✿ Voor inwendig gebruik
 - ✿ Infuus (thee)
 - ✿ afkooksel
 - ✿ Maceraat in koud water
 - ✿ Tinctuur
 - ✿ Kruidenpoeder
 - ✿ Kruidensap
 - ✿ Kruidensiroop
 - ✿ Kruidenolie
 - ✿ Kruidenwijn en kruidenlikeur
- ✿ Voor uitwendig gebruik
 - ✿ Kruidenolie
 - ✿ Kruidenzalven
 - ✿ Kruidencrèmes
 - ✿ Kruidenshampoos
 - ✿ Kruidenzeep
 - ✿ Kruidenlotion
 - ✿ Kruidencompres
 - ✿ Kruidenpap

Opdrachten

Tijdens de schriftelijke kruidenopleiding van NatCare krijgt u opdrachten. Er wordt een onderscheid gemaakt tussen vrijblijvende en verplichte opdrachten.

Vrijblijvende opdracht

De vrijblijvende opdrachten zijn opdrachten waarmee u extra informatie kunt verzamelen over de betreffende leerstof. Indien u geen behoefte hebt aan extra informatie over de betreffende leerstof, dan kunt u deze opdrachten gewoon overslaan. Beslist u de vrijblijvende opdrachten te maken, dan mag u ons deze altijd doorsturen.

Verplichte opdrachten

De verplichte opdrachten zijn opdrachten waarmee wij nagaan of u de betreffende leerstof goed hebt verstaan en kunt toepassen. Deze opdrachten zijn verplicht, u zult pas uw volgende les toegestuurd krijgen na het inzenden van uw verplichte opdrachten.

*Vrijblijvende en verplichte opdrachten kunt u terugvinden in de cursusboekjes.
Ze staan altijd aangeduid met onderstaand icoontje (een groen potlood).*



Vrijblijvend eindwerk

Aan het einde van de cursus mag u vrijblijvend een eindwerk indienen. Dient u een goed eindwerk in dan hebt u de opleiding goed afgerond en ontvangt u een certificaat voor de gevolgde cursus.

Hebt u geen zin of tijd om een eindwerk te maken dan bent u niet verplicht dit te doen. Maar indien er geen eindwerk ingediend wordt, dan ontvangt u ook geen certificaat voor de gevolgde lessen.

Vrijblijvende praktijk- en lesdagen

Praktijkworkshops over en in verband met kruiden

De cursisten van de schriftelijke kruidenopleiding kunnen voor 25€ per dagdeel (halve dag of avond) deelnemen aan al onze praktijkworkshops over en in verband met kruiden.

Praktijkworkshops cosmetica

De cursisten van de schriftelijke kruidenopleiding kunnen voor 25€ per dagdeel (halve dag of avond) deelnemen aan al onze praktijkworkshops cosmetica.

Extra praktijk- en lesdagen

Moest u tijdens of na het volgen van de schriftelijke kruidenopleiding behoefte hebben aan extra praktijk- of lesdagen, dan kunnen wij deze voor u (alleen of samen met andere cursisten) organiseren. De extra praktijk- en lesdagen kosten 25€ per dagdeel (halve dag of avond).

Kruidenwandelingen

De cursisten van de schriftelijke kruidenopleiding kunnen gratis deelnemen aan al onze kruidenwandelingen.

Agenda

Onze agenda met praktijkworkshops, extra praktijk- of lesdagen en kruidenwandelingen zal op regelmatige basis naar alle cursisten worden doorgestuurd.

Prijzen

Schriftelijke kruidenopleiding

Schriftelijke kruidenopleiding: 400€

Praktijkworkshops en extra praktijk- of oefendagen

Praktijkworkshops en extra praktijk- of oefendagen: 25€ per dagdeel (halve dag of avond)

- ⊗ Deze dagen gaan door te Asse (1730) tenzij anders vermeld of afgesproken. De locatie te Asse is bereikbaar met het openbaar vervoer.
- ⊗ Er zijn geen praktijkworkshops en extra praktijk- of oefendagen mogelijk in de maand juli.

Kruidenwandelingen

Deelname aan kruidenwandelingen zijn gratis

Inschrijven

Inschrijven doet u door een mailtje te sturen naar kruidenopleiding@natcare.be met als tittel "Inschrijving kruidenopleiding". In uw mailtje zet u onderstaande gegevens

- ⊗ Naam:
- ⊗ Adres
- ⊗ Telefoon:
- ⊗ Mail:

Vervolgens maakt u het cursusgeld over op onze rekening

Gegevens voor de overschrijving

- ⊗ Bedrag:400€
- ⊗ Rekeningnummer: 363-0456149-95
Rekening op naam van: Bonnevalle patsy
- ⊗ Mededeling: Kruidenopleiding + naam van de cursist

Na ontvangst van uw cursusgeld krijgt u de eerste les automatisch toegestuurd.

Extra informatie

Patsy Bonnevalle

kruidenopleiding@natcare.be

0484-77.02.33