

ANMELDE-FORMULAR

**Unity-Seminarzentrum e.V., Haus Lichtquell
Hochkopfstr. 2, D-79682 Todtmoos**

Tel: 07674 594, E-Mail: kontakt@lichtquell.de

Website: www.lichtquell.de

Bürozeiten ganzjährig: Mo - Do 10.00 - 12.00 Uhr,
danach Bandaufzeichnung

Seminarthema : _____

Seminarwoche vom _____ bis _____

Es werden keine festen **Seminargebühren** erhoben.
Diese richten sich nach dem Ermessen und den
Möglichkeiten der Seminarteilnehmer.

Zimmerwunsch:

(inkl. Halbpension - vegetarisch, vorwiegend biologisch)

- ☐ Einzelzimmer (Nord) € 475,00
- ☐ Einzelzimmer (Süd) € 500,00
- ☐ Einzelzimmer mit Du/WC (Nord) € 550,00
- ☐ Einzelzimmer mit Du/WC (Süd) € 600,00
- ☐ Doppelzimmer 2 Pers. (Süd) € 900,00
- ☐ Doppelzimmer 2 Pers. mit Du/WC (Süd) € 1.000,00

zzgl. Kurtaxe

- ☐ Bitte holen Sie mich am Seminar-Montag um
17:15 Uhr am **Bahnhof Freiburg im Breisgau beim
Informationsschalter in der Haupteingangshalle** ab.
Hin- und Rückfahrt € 70,00

**Die Anmeldung wird nach Erhalt unserer Buchungs-
bestätigung wirksam.**

Vor- und Zuname

Straße, Hausnr.

Land, PLZ, Ort

Telefon

Mailadresse

Datum Unterschrift

Dr. med. Marianne Ruoff

Dr. med. Marianne Ruoff ist Fachärztin für
Allgemeine Innere Medizin und verbindet
seit über 20 Jahren moderne Medizin mit
Europäischer Heilpflanzenkunde, Traditio-
neller Chinesischer Medizin und Akupunk-
tur.

Als Buchautorin, Referentin und erfahrene
Phytotherapeutin vermittelt sie Heil-
pflanzenwissen wissenschaftlich fundiert,
praxisnah und leicht verständlich.

Ihr besonderes Anliegen ist es, Menschen
zu befähigen, die heimischen Heilpflanzen
sicher zu erkennen und verantwortungs-
voll für die eigene Gesundheit einzusetzen.
Gerade die Verbindung von ärztlicher
Erfahrung, wissenschaftlicher Einordnung
und unmittelbarem Naturerlebnis macht
diese Heilkräuterwoche zu einem beson-
deren Erlebnis.

Freuen Sie sich auf inspirierende Tage
voller Natur, Gemeinschaft, neuer Ent-
deckungen und wertvollem Heilpflanzen-
wissen, das Sie weit über diese Woche
hinaus begleiten wird.

46 Jahre

Lichtquell-Seminare

Dr. med. Marianne Ruoff



**Heilkraft des Schwarzwaldes
erleben - Eine inspirierende
Heilpflanzen-Erlebniswoche
31.05. - 05.06.2027**



**www.lichtquell.de
E-Mail: kontakt@lichtquell.de**

Heilkraft des Schwarzwaldes erleben - Eine inspirierende Heilpflanzen-Erlebniswoche

31. Mai bis 05. Juni 2027

**Seminarleiterin:
Dr. med. Marianne Ruoff**

Den Alltag hinter sich lassen. Durch blühende Bergwiesen streifen, den Duft der Tannenwälder einatmen, Wildkräuter entdecken und erleben, wie wohltuend die Natur auf Körper und Seele wirken kann.

Diese besondere Heilkräuterwoche verbindet intensive Naturerlebnisse mit fundiertem medizinischem Wissen und traditioneller Heilpflanzenkunde. Sie lernen die wichtigsten Heilpflanzen des Schwarzwaldes dort kennen, wo sie wachsen - mitten in einer der schönsten Naturlandschaften Deutschlands.

In einer kleinen persönlichen Gruppe bleibt genügend Zeit für Fragen, Austausch und Naturerleben. So entsteht eine entspannte Atmosphäre, in der Lernen, Erleben und Erholen ganz natürlich zusammenfinden.

Gemeinsam unternehmen wir täglich zwei- bis dreistündige Kräuterwanderungen durch Wälder, Moore und Bergwiesen. Sie lernen essbare Wildpflanzen und bewährte Heilpflanzen sicher zu erkennen, erfahren ihre traditionelle Anwendung wie auch wissenschaftliche Forschung und erhalten viele

praktische Tipps für die sichere Selbstanwendung zu Hause.

Neben dem Pflanzenwissen genießen wir bewusst die Ruhe und Schönheit der Natur. Morgens beginnen wir den Tag mit einem erfrischenden Barfussgang durch das tau-nasse Gras. Tagsüber verkosten wir frisch gesammelte Heilkräuter als aromatische Tees. Gemeinsam stellen wir eine wohltuende Heilpflanzensalbe und eine individuelle Tinktur her. Am Abend lassen wir den Tag gemütlich am Lagerfeuer ausklingen und tauschen Erfahrungen aus. Bei schönem Wetter lädt zudem ein idyllischer Moorsee zum Baden und Entspannen ein.

Das erwartet Sie

- tägliche Kräuterwanderungen (ca. 2 - 3 Stunden) durch die eindrucksvolle Natur des Schwarzwaldes
- Heilpflanzen und essbare Wildkräuter direkt an ihrem natürlichen Standort kennenlernen
- ärztlich fundierte Tipps zur sicheren Anwendung der wichtigsten Heilpflanzen im Alltag
- Herstellung einer eigenen Heilpflanzensalbe und einer Tinktur
- Verkosten frisch gesammelter Heilkräutertees
- Skript mit Pflanzenporträts, Anwendungen und Rezepten
- morgendliches Barfusslaufen im tau-nassen Gras
- gemütliche Lagerfeuerabende mit Zeit für Gespräche und Naturgeschichten

- Baden im Moorsee bei schönem Wetter
- eine kleine Seminargruppe mit persönlicher Atmosphäre und individueller Betreuung

Für wen ist die Woche geeignet?

Für alle Natur- und Pflanzenliebhaberinnen und -liebhaber, die Heilpflanzen nicht nur aus Büchern kennenlernen, sondern sie in der Natur entdecken, verstehen und später selbst sicher anwenden möchten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Da wir täglich zwei bis drei Stunden auf Wald- und Wiesenwegen unterwegs sind, sollten Sie Freude am Gehen sowie eine normale bis gute Kondition mitbringen.

