

# CURSUS 2019 - natuarpunt westerlo

## Foerageren in de natuur en in historische tuinen, een cursus over de geschiedenis van eetbare wilde planten en het hedendaagse wildplukken.

Wildplukken, foraging, voedselbossen, plukparken... We zijn duidelijk gebeten om onze tanden te zetten in wilde groenten, kruiden en bloemen. En terecht! Ze zitten boordevol smaak, aansterkende vitamines, mineralen en gezondheidsbevorderende stoffen die amper nog in industrieel geteelde groenten en kruiden zitten. Laat je mee voeren naar de tijd waar mensen in het wild gingen plukken. Toen ze nog geen voedingssupplementen nodig hadden maar gezondheid recht uit de natuur kwam. Nathalie Hermans is naast herborist en voedingsconsulent ook natuurgids. De Kruidenmin vertelt welke groenten, kruiden en bloemen bruikbaar en lekker zijn en hoe je met respect voor de natuur kan plukken. Vier avonden waarin we dieper ingaan op het culinaire, cosmetische en geneeskrachtige van wilde planten, en 5 excursies waarin we ons verdiepen in de praktijk van het foerageren.

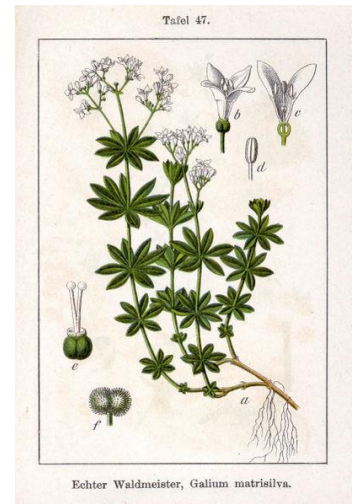
Theorielessen: **Maandagavonden 18/2 - 18/3 - 1/4 - 29/4** Asberghoeve 19u30 - ca.22u.  
Uitstappen (op zaterdagen, voormiddag) plaats en uur in afspraak met de lesgever Nathalie Hermans:

Zaterdag 4/5/19 :

Tuin van Jeanne: In de de vroegere tuin van gravin Jeanne de Merode ontdekken we de voedingswaarde van populaire, vergeten én wilde groenten. On-verwoestbare-kruiden die we na het wieden als wilde groenten kunnen verwerken in lekkere gerechten.

Zaterdag 25/5/19 :

Fietstocht langs Desselse Kapelletjes. Veel planten, bloemen dragen in hun naam een verwijzing naar Maria zoals mariadistel, lievevrouwebedstro, maagdenpalm... Er wordt gesproken over Mariakruiden maar wat zijn Mariakruiden? En waarom is symboliek in het algemeen en plantensymboliek in het bijzonder zo belangrijk in het Christendom? Hoe leven de godinnen uit oude religies Freya, Sophia, Isis en Maia verder in de kruiden van Maria. En heeft die hemels gerichte symboliek wel voeten hier op aarde: hoe heilzaam, goed en lief zijn die 'Lieve Vrouwenkruiden' voor vrouwen (en mannen)?



Zaterdag 8/6/19:

Abdij van Herkenrode: Traditioneel hadden kloosters een medicinale kruidentuin want zieken verzorgen was één van de werken van barmhartigheid. De religie legde ook verschillende voedingsregels op. In de moderne inspiratietuin van de vroegere

Cisterciënzerabdij vernemen we hierover meer. We komen ook te weten wat juist een heilige boontje en trappistenvlees is.

We wandelen van aan de abdij door een stukje van het natuurgebied De Weyers tot aan de Lavendelhoeve, één van de Limburgse geluksplekken. Ook daar komt het culinaire, cosmetische en geneeskrachtige van kruiden aan bod.

Zaterdag 29/6/19:

Abdij van Postel

In de abdij van Postel houden de Witheren de kruidentraditie in ere. Het moderne kruidenlabo van Broeder Guy maakt Postula producten uit heilzame planten. In zijn kruidentuin staan de gebruikte kruiden naast pestkruiden en beschermende Sint-Janskruiden, We zitten in de Midzomerdagen, het ideale moment om dieper in te gaan op de Sint Jansloten en op 'Jaag den duivel' zelf, zoals het Sint Janskruid ook wel heet.



Zaterdag 7/9/19:

Bokrijk

We gaan terug in de tijd toen grootmoeders nog vlierbessensiroop maakten, de apothekers nog 'Groen zalf' verkochten en de huislook nog op de daken groeide. Een ideale locatie om te bezinnen waarom we zijn afgeweken van het natuurlijke pad van de kruidengeneeskunde en het wildplukken. En hoe we de wilde planten opnieuw kunnen integreren in ons leven.

**Prijs: 120 Euro natuurliefhebbers; anderen 150 Euro - lesgever: De Kruidenmin. (toegang Postel, Herkenrode, Bokrijk inbegrepen, alsook enkele proevertjes). Programma kan nog licht gewijzigd worden in overleg met lesgever en cursisten.**

**Info:** Coördinatie Danny Mattheeussen 0496/747728 & [natuurpuntwesterlo@telenet.be](mailto:natuurpuntwesterlo@telenet.be)

**Hoe inschrijven ?** Vooraf inschrijven is verplicht en kan door storting van 150€ voor niet-leden en 120 € voor leden natuurpunt voor de gehele cursus; overschrijven op het rekeningnummer BE97 2300 5674 7949 van Natuurpunt Westerlo met vermelding 'natuurpuntwesterlo cursus 2019 Foerageren in de natuur'. Neem vooraf wel even contact op met de coördinator Danny Mattheeussen zodat deze uw inschrijving kan bevestigen. De inschrijvingen worden immers beperkt.

[www.natuurpuntwesterlo.be](http://www.natuurpuntwesterlo.be)



natuurpunt westerlo