Gesunde Gemeinde Rohrbach-Berg

Rückblick- Workshop
Großmutters Hausapotheke – altbewährt und wirksam
Samstag, 12.09.2026

Der Workshop „Omas Hausmittel“ war bis auf den letzten Platz ausgebucht. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten in die Welt der traditionellen Hausmittel eintauchen und viel Wissenswertes über bewährte Anwendungen von Kräutern, Wurzeln, Blättern und Blüten, sowie von Zutaten aus Küche und Garten erfahren.
Im theoretischen Teil standen unter anderem die Unterschiede zwischen Salben und Cremen, die Herstellung und Anwendung von Ölauszügen und Tinkturen, sowie traditionelle Wickel und Tee-Anwendungen, auf dem Programm. Ebenso wurde die Bedeutung eines gesunden Lebensstils für die Erhaltung der Gesundheit thematisiert.
Auch das leibliche Wohl kam nicht zu kurz: Kräutertee, selbst gebackenes Brot, Holler-Zwetschken-Marmelade, Brioche-Zopf und Sanddorn-Oxymel sorgten für eine gemütliche und genussvolle Atmosphäre.
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten selbst aktiv werden und Lippen-Balsam, Ringelblumen-Salbe, Johanniskraut-Öl, Salbei-Tinktur und einen Inhalations-Stift herstellen.
Der Workshop machte deutlich, wie wertvoll altes, überliefertes Wissen ist und wie einfach sich viele traditionelle Hausmittel selbst herstellen lassen. Ein herzliches Dankeschön gilt Rosemarie Haider für die interessanten Informationen, die praktischen Tipps und die liebevolle Bewirtung. Es war ein rundum gelungener Vormittag, bei dem Großmutters Hausapotheke ihrem Namen alle Ehre machte.

Eindrücke aus dem Workshop

Traditionelle Kräuter, Auszüge und Tee
Ringelblume – eine der verwendeten Heilpflanzen
© Rosemarie Haider
Bildnachweis: Alle in diesem Dokument verwendeten Fotos © Rosemarie Haider.