

De Wereld van Kruiden

Belevingsjaar Kunst en Kruiden

Inleiding: ontdek de kruidenwereld op creatieve wijze

De kruidenwereld heeft ons veel te bieden. Kruiden in de keuken, kruiden in cosmetica, kruiden(thee) als onderdeel van therapie en kruiden in de tuin.

In deze opleiding worden van 40 kruiden alle onderdelen besproken. Uniek daarbij zijn de creatieve werkvormen. Een kruid kan geschilderd worden. Of tot leven komen in een gedicht. Door op deze wijze theorie te combineren met creativiteit komt het kruidenrijk op aansprekende wijze gedurende het opleidingsjaar tot leven.

Verdieping in de kruidenwereld geeft een verdieping in het beleven van de natuur. Veel vormen, motieven en patronen in onze wereld zijn afgeleid van kruiden en planten. In sommige verhalen, mythologieën en sprookjes spelen kruiden een rol. Diverse van onze medicijnen hebben hun oorsprong in kruiden evenals onze hedendaagse groenten

In de opleiding wordt een unieke combinatie gemaakt tussen creatieve werkvormen en theorie. Hierdoor komt de theorie tot leven, en spreken de kruiden tot de verbeelding. Bijzondere en unieke eigenschappen zijn zo makkelijk te onthouden.

Doel van de opleiding

Kennis en praktische vaardigheden van kruiden ontwikkelen, waardoor er ook een verdieping komt in het beleven van de natuur en het bewustzijn hierover.

Door de gekozen, creatieve werkvormen, en de nadrukkelijke keuze van contactonderwijs, is het samen ontdekken, leren en plezier hebben een ander doel van deze opleiding.

Doelgroep

Deze opleiding is geschikt voor een breed publiek. Er is geen vooropleiding nodig. De opleiding is geschikt voor iedereen die:

- Kruidenkennis wil opdoen: voor zichzelf of beroepsmatig
- Praktisch met kruiden wil leren werken
- Zelf een kruidentuin wil ontwikkelen en onderhouden: thuis of voor een instelling
- Wil experimenteren met creatieve werkvormen, en zichzelf daarin wil bekwamen
- Voedingsadviezen wil verdiepen met adviezen over kruidengebruik
- De natuur beter wil leren kennen ook als tegenwicht in stressvolle tijden

Enthousiasme en plezier zijn belangrijke kenmerken van deze opleiding.

Inhoud van de opleiding

In de opleiding staan hoofd, hart en handen centraal.

Accent op het hoofd

Dit deel bestaat vooral uit de theorie rond kruiden en aanverwante onderwerpen. Van veertig kruiden wordt groeiwijze, familie, inhoudsstoffen, vorm, geschiedenis, achtergronden, verhalen, typologie en toepassingen geleerd. Diverse kruiden hebben geneeskrachtige werking: dit onderwerp wordt specifiek verder verdiept.

Accent op het hart

Dit deel bestaat uit creatieve werkvormen. Hoe zet je creativiteit in om nog dichter bij de plantenwereld te komen? Met deze werkvormen leert de cursist hoe hijzelf naar de wereld kijkt, en de eigen positie daarin. Door een kruid te schilderen of er een gedicht over te maken, gaat het kruid op een andere manier voor spreken. Ook het presenteren van het kruid komt aan bod: hoe doe je dat, hoe zet je stem en verbeelding in, waardoor je presentatie nog levendiger wordt?

Accent op de handen

Een groot deel van de opleiding bestaat uit het maken van producten. Na afloop van de opleiding ben je goed in staat om zelf kruidenproducten te maken op medisch, cosmetisch en culinair gebied.

Landgoed Kraaybeekerhof, waar de Kraaybeekerhof Academie onderdeel van is, werkt op biodynamische wijze. Biodynamische landbouw verzorgt de aarde, en put haar niet uit. Daarom heeft kennismaking met de biodynamische landbouw ook een plaats in de opleiding. Wat zijn de basisprincipes van deze landbouwworm, en hoe deze toe te passen in een kruidentuin? Welke rol spelen bijen, en wat zijn bioactieve stoffen? Biodynamische landbouw vitaliseert: brengt levenskracht. Wat is dat?

Lesonderwerpen

- kruidenkennis van een veertigtal kruiden
- kennis van biodynamische landbouw
- fenomenologie van kruiden
- bijen- en plantenleven
- belangrijke inhoudsstoffen van kruiden
- EHBO en kruiden
- temperamenten en kruiden
- vitamines, mineralen en bioactieve stoffen in kruiden
- eetbare bloemen
- wilde kruiden
- Bach-bloesemremedie
- kruiden en cosmetica
- presentatietechnieken
- schilderen met planten

Studiebelasting

Naast de lesdagen is de gemiddelde voorbereidingstijd thuis 3 uur per week.

Studieleider: Maartje Gruter

Maartje heeft jarenlang gewerkt in het theater. Haar liefde voor bloemen en kruiden kent ze al vanuit haar jeugd. In de kruidenopleiding heeft ze creativiteit en het werken met planten weten te combineren.

‘Ik werd vroeger gelukkig van de geur van de aarde en de kleur van de bloemen in onze bloemenwinkel. Toch besloot ik een andere weg te gaan, die van het theater, waarbij ik gebieden in mezelf aansprak die me verder hielpen, vrijer en vollediger maakten. Nu ben ik sinds enige jaren met planten bezig en merk ik dat deze gebieden heel goed samen gaan en elkaar versterken, waardoor er een veelzijdig concept ontstaat dat ruimte schept voor nieuwe mogelijkheden. Een concept waarbij hoofd, hart en handen een gelijkwaardige rol spelen en mij nog meer in balans brengen. Dit inspireerde mij om deze twee gebieden samen te laten komen in de kruidenopleiding’.

Docenten

Maartje Gruter, Derk Klein Bramel (Biodynamische landbouw), Henny de Lint (vitamines, mineralen en bio- actieve stoffen), Ger van de Ven (fenomenologie) en diverse gastdocenten.

Plaats, data, tijd en kosten

Plaats Landgoed Kraaybeekerhof, Driebergen
Wanneer Zaterdag, vanaf september (zie website voor actuele data)
Kosten €2995,- per jaar, korting bij vroege inschrijving (jaar 1) of betaling ineens
Inschrijven: www.kraaybeekerhof.nl

Lesmaterialen

De cursusprijs is inclusief diverse lesmaterialen die nodig zijn voor de praktijklessen. Ook het boek dat tijdens de opleiding veelvuldig wordt gebruikt, is inbegrepen (Yvonne Maessen [Signatuur en eigenschappen](#)). Daarnaast wordt een boekenlijst verstrekt met aanbevolen leesliteratuur: aanschaf van deze boeken is echter niet verplicht.

Landgoed Kraaybeekerhof

Landgoed Kraaybeekerhof ligt midden in Driebergen- Rijsenburg, slechts enkele minuten van het NS- station, en de snelweg A12. Al meer dan 40 jaar wordt op het Landgoed biodynamisch gewerkt. In de tuinen, waaronder een kruidentuin, maar ook in de groentetuin en de bloementuin. Op het Landgoed heeft de Stichting Bijentuin Kraaybeekerhof een unieke bijenstal.

Op het Landgoed zijn diverse mogelijkheden voor zaalverhuur. Het restaurant, dat ook de catering voor de Academie verzorgt, kookt vanuit natuurvoeding basisprincipes. De chef kok heeft de opleiding Natuurvoedingskundige gedaan, en is lid van de slow food beweging.

Meer weten?

Regelmatig zijn er informatie bijeenkomsten over het aanbod van Kraaybeekerhof Academie. Daarnaast worden er diverse activiteiten georganiseerd op het Landgoed. Voor meer informatie bezoek de website www.kraaybeekerhof.nl, of bel 0343- 512925. Een mailtje sturen mag ook: academie@kraaybeekerhof.nl