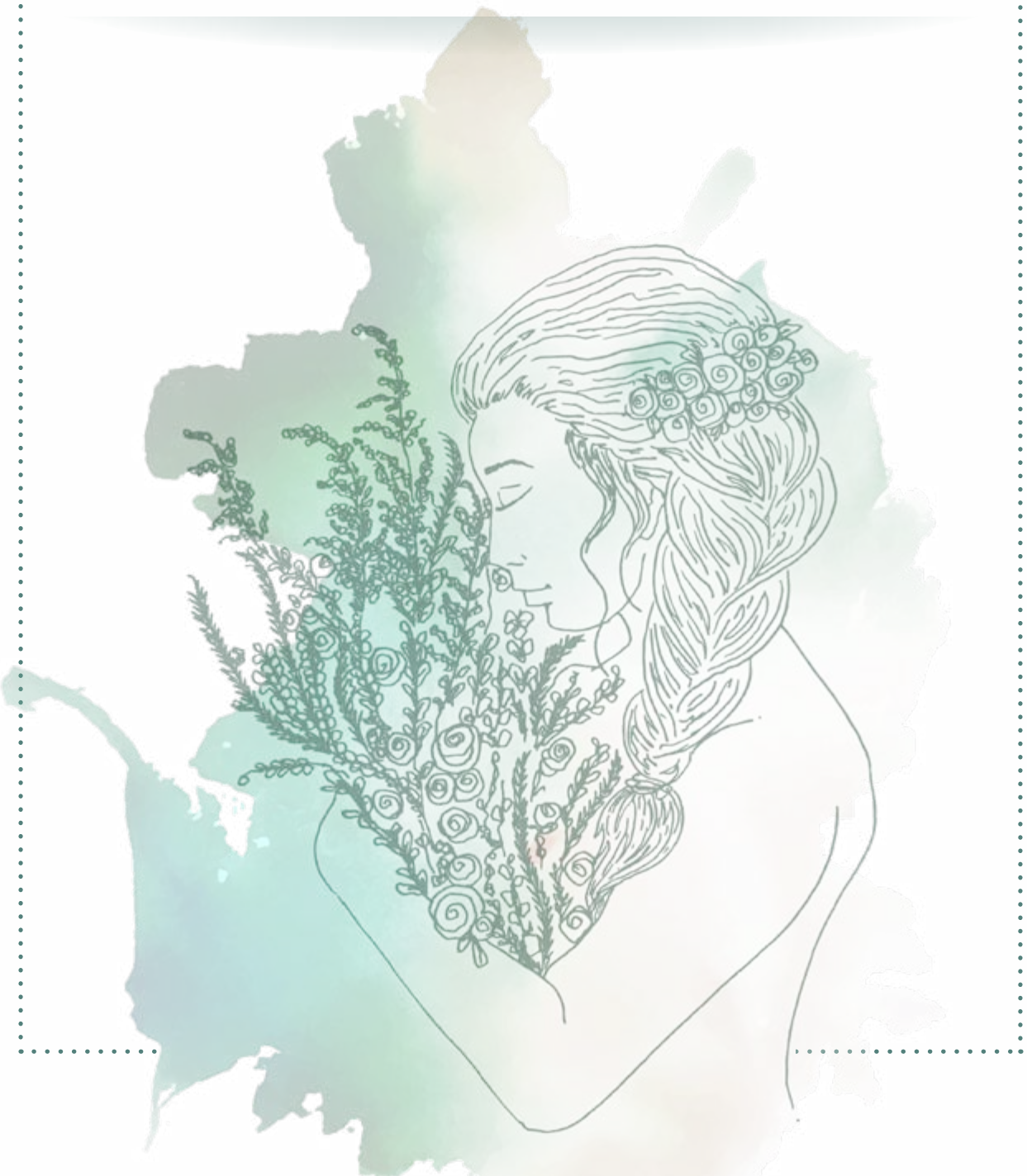




't KruidenHuisje

JAAROPLEIDING  
KRUIDENVROUW

PRAKTISCHE INFORMATIE



# Jaaropleiding Kruidenvrouw

*In de jaaropleiding Kruidenvrouw leer je lichaam en geest in balans te brengen en te houden met de Kracht van Kruiden. En ga je je tot in de puntjes van je tenen verbinden met de magie en oerkracht van Moeder Aarde. Dit is een opleiding waarin gezond verstand, kennis, magie en een intense liefde voor de natuur samenkomen.*

## DE JAAROPLEIDING IN VOGELVLUCHT

- \* Je leert 52 kruiden door en door kennen. De geneeskracht, de gebruikte delen, de energie, het karakter van het kruid en natuurlijk zijn boodschap.
- \* We behandelen 52 thema's waarbij we uitgebreid bespreken wat de oorzaak van veelvoorkomende klachten en kwalen zijn. Je krijgt hierbij ruim 250 recepten om je thuisapotheek mee te vullen. Van zalfjes, tincturen en siropen tot droomkussentjes, wierook, aurasprays en krachtvoorwerpen. Je leert ook hoe je deze middelen inzet, want middeljes maken kan iedereen, maar op de juiste manier inzetten is een kunst.
- \* Je krijgt 52 lessen om je talenten als kruidenvrouw te ontwikkelen. Van gezond verstand tot magie. Van het verbinden met de spirits tot echt leren luisteren. Van spiegelen tot helen. En nog zoveel meer.
- \* En dit alles komt samen in één jaaropdracht. Het maken van je eigen krachtige kruidenorakel waar je de rest van je leven mee kunt werken voor inzicht en heling.

## ONLINE OPLEIDING

De Jaaropleiding Kruidenvrouw is een online opleiding. Elke week krijg je drie nieuwe lessen. Dit is een combinatie van tekst lessen (die je kunt uitprinten) en filmpjes die ongeveer 20 minuten lang zijn. Bij de lessen krijg je elke week minimaal drie nieuwe recepten. Ook deze kun je uitprinten. Ook krijg je regelmatig opdrachten die soms gecombineerd worden met geleide meditatie.

Alle lessen en opdrachten zijn optioneel. Je bepaalt zelf hoeveel tijd en aandacht je aan de lessen besteed, welke opdrachten je doet en welke recepten je maakt. Je mag uiteraard elke week alles doen, maar ik raad je aan om datgene eruit te pakken waar je op dat moment zin en tijd voor hebt. Zo voorkom je dat je overweldigd raakt door de hoeveelheid informatie die je krijgt. Het niveau van de opleiding is vergelijkbaar met MBO-niveau. De studiebelasting is minimaal 1 uur per week. Wil je het meeste halen uit de opleiding reken dan op 4 tot 5 uur per week. Na afronding van de opleiding ontvang je een certificaat.

## EIGEN TEMPO

Je kunt de lessen kijken wanneer het jou uitkomt. Dit kan op de dag zijn dat ze gepubliceerd worden, 3 maanden later of een jaar later. Want je mag zolang over de opleiding doen als je wilt, de lessen volgen wanneer je wilt en zo vaak bekijken als je wilt.

Je blijft dus onbeperkt toegang houden tot de lesstof. Zo kun je de lesstof als naslagwerk gebruiken en alle lesstof op je eigen tempo verwerken en toepassen.

## Overzicht Thema's en Recepten

Hieronder volgt een overzicht van de thema's, het type recept en het kruid die we tijdens de Jaaropleiding Kruidenvrouw behandelen en in welke week (van de opleiding) we deze behandelen.

Verder is het goed om te weten dat je naast het 'hoofdrecept' elke week nog minimaal twee aanvullende en ondersteunende recepten krijgt om je voldoende keuze te geven. In totaal krijg je zo ruim 250 recepten om je thuisapotheek mee te vullen. Het kruid behandelen we apart in het vak Kruidenleer. De thema's en recepten in het vak Kruidenpraktijk.

WK.	THEMA	TYPE RECEPT	KRUID
1	<b>Dromen</b>	Wierook	Bijvoet
2	<b>Koorts, Griep en Verkoudheid</b>	Tinctuur glycerine	Vlier(bes)
3	<b>Kneuzingen</b>	Zalf	Smeerwortel
4	<b>Energie</b>	Likeur	Rozenbottel
5	<b>Oogsten</b>	Amulet	Appel
6	<b>Maag</b>	Thee	Engelwortel
7	<b>Lever</b>	Tinctuur Alcohol	Paardenbloem (wortel)
8	<b>Kracht</b>	Talisman	Eik
9	<b>Weerstand</b>	Auraspray	Rode Zonnehoed (wortel)
10	<b>Hoest - Droog</b>	Maceraat	Heemst (wortel)
11	<b>Huid - Onrustig</b>	Tonic	Klitwortel
12	<b>Keel</b>	Siroop	Tijm
13	<b>Ogen</b>	Oogdruppels	Ogentroost
14	<b>Hoest - Vastzittend</b>	Wijn	Alantwortel
15	<b>Bloedstelpend</b>	Zalf	Duizendblad
16	<b>Loslaten en Patronen doorbreken</b>	Talisman	Jeneverbes

WK.	THEMA	TYPE RECEPT	KRUID
17	Stress en Onrust	Tinctuur	Valeriaan (wortel)
18	Zelfvertrouwen	Spiritdoll	Zoethout
19	Spier- en Zenuwpijn	(Massage)olie	Gember
20	Slapen	Slaapkussentje	Passiekruid
21	Huid - Schimmelinfectie	Zalf	Tea Tree (etherische olie)
22	(Hoofd)pijn	Tinctuur	Wilg (bast)
23	Overgang	Capsules	Salie
24	Pijnlijke gewrichten	Afkooksel	Duivelsklauw (wortel)
25	Inzicht	Auraspray	Den (kruid en ether. olie)
26	Hooikoorts	Tinctuur	Zwarte Bes (blad)
27	Nieuw begin	Amulet	Berk
28	Reinigen	Thee	Brandnetel
29	Je eigen koers varen	Talisman	Driekleurig Viooltje
30	Haar	Haarwater	Heermoes
31	Overprikkeling	Auraspray	Braam
32	Insecten	Zalf	Weegbree
33	Geluk	Amulet	Rode Klaver
34	Ontspannen	Badzout	Citroenmelisse
35	Leven vanuit je hart	Talisman	Meidoorn (bloesem/kruid)
36	Darmen	Tinctuur	Pepermunt

WK.	THEMA	TYPE RECEPT	KRUID
37	Mond	Mondwater	Kaasjeskruid
38	Oren	Oordruppels	Toorts(bloem)
39	Zweten	Tinctuur	Hysop
40	Verdriet	Amulet	Linde
41	Bescherming	Kruidenwis	Mariadistel
42	Zwaarmoedigheid en Angst	Thee	Sint-Janskruid
43	Neus	Neusspray	Kamille
44	Balans	Thee	Moerasspirea
45	Huid - Beschadigd	Zalf	Goudsbloem
46	Genieten	Wierook	Kattenkruid
47	Rusteloze benen en vocht	Omslag of zwachtel	Honingklaver
48	Verbrandingen	Olie	Lavendel
49	Vrouwenkwalen	Zetpillen	Vrouwenmantel
50	Blaas	Thee	Hibiscus
51	Concentratie	Badzout	Rozemarijn
52	Liefde	Liefdesdrankje	Roos

## Overzicht Thema's vak Kruidenvrouw

*In het vak Kruidenvrouw werken we met themablokken. In elk blok zoeken we de verdieping op van een bepaald onderwerp. Deze onderwerpen en lessen zullen je helpen om je talenten en eigenschappen als Kruidenvrouw te ontwikkelen, zodat je stap voor stap leert hoe je je middelen krachtiger kunt maken. Want het maken van echt goede kruidenmiddeltjes gaat zoveel verder dan het leren van een techniek.*

WEEK 1 EN 2	INTRODUCTIELESSEN
WEEK 3 T/M 7	HOE WERKT EEN KRUIDENVROUW? Over het zoeken van klacht naar oorzaak, het maken van bijbehorende middeltjes en hoe je deze middelen zo krachtig mogelijk kunt maken.
WEEK 8 T/M 15	ORAKELEN Wat is een kruidenorakel? Hoe gebruik je deze en hoe kan het de Kruidenvrouw helpen om voor de juiste kruiden en middelen te kiezen?
WEEK 16 T/M 20	KRACHTIGE KRUIDENVROUW Over de verbinding met de natuur, de kruiden en jezelf. Over het belang van observeren en over leren manifesteren.
WEEK 21 T/M 26	SYMBOLLEN Hoe werken symbolen? Hoe kunnen ze ons als kruidenvrouw helpen en hoe maak je ze?
WEEK 27 T/M 36	MAGIE Wat is magie nu echt? Hoe werkt het? Hoe kun je magie in al zijn vele facetten inzetten als kruidenvrouw om je middelen krachtiger te maken.
WEEK 37 T/M 42	TALISMAN MAKEN Met al je opgedane kennis gaan we samen stap voor stap een Talisman maken die jou gaat begeleiden op je pad.
WEEK 43 T/M 47	BALANS Wat is balans? Waarom streven we hier naar? Waarom is balans belang- rijk voor de Kruidenvrouw? Hoe creëer je echte balans in het leven?
WEEK 48 T/M 51	KRUIDENVROUW IN DE PRAKTIJK Praktische lessen voor de Kruidenvrouw die haar eigen praktijk, winkel of kraampje wil beginnen.
WEEK 52	TERUG NAAR DE BRON

## Jaaropdracht - Het Kruidenorakel

Een orakel is in de basis een spiegelkje van je binnenwereld en kan je inzicht en antwoorden geven. De meeste orakels bestaan uit kaarten of stokje/houtjes met hierop symbolen, maar je kunt ook kruiden gebruiken om mee te orakelen. Het prachtige aan werken met een kruidenorakel is dat ze je niet alleen inzichten en antwoorden kunnen geven, maar dat je met de kruiden ook gelijk een middeltje kunt maken die je kan begeleiden op je pad.

### VOORBEELD

*Je zit al tijden met iets in je maag en weet niet of je het los moet laten of juist actie moet ondernemen. Je raadpleegt het kruidenorakel en trekt de Korenbloem. Ze vertelt je dat je mag loslaten. Dat is een waardevol stukje inzicht. Maar loslaten is niet altijd even makkelijk. Je kunt dan de Korenbloem bij je dragen of er thee van drinken, zodat ze je kan helpen om daadwerkelijk los te laten.*

Een kruidenorakel is dus veelzijdiger dan de meeste orakels en in deze opleiding leer je je eigen orakel maken en gebruiken. Ook leer je de boodschappen en symbolen van 83 kruiden kennen. En leer ik je hoe je zelf kunt luisteren naar de spirit van een kruid om je eigen boodschappen en symbolen op te halen.

Het maken en leren gebruiken van je eigen Kruidenorakel loopt als een rode draad door de opleiding. Hiervoor ga je verschillende vaardigheden leren, zoals observeren en spiegelen. We gaan ook oefenen met orakelen en natuurlijk met het maken van middeltjes die je na het orakelen in kunt zetten.

### CERTIFICAAT

Na afronding van alle lessen ontvang je automatisch het prachtige certificaat en bewijs van afronding van de opleiding Kruidenvrouw.

## Praktijkdagen

Naast de online opleiding heb je de mogelijkheid om je in te schrijven voor een praktijkdag. De praktijkdagen zijn verdiepingdagen waarop we praktisch aan de slag gaan met de lesstof. We gaan middeltjes maken, uitgebreid oefenen met orakelen en je ervaart hoe het is om met intentie en energie te werken.

Je krijgt tijdens de praktijkdagen geen nieuwe theorie. Alle theorie en middeltjes die we maken worden uitgebreid besproken in de online lesstof. Je mist dus geen informatie als je niet naar de praktijkdagen komt. De praktijkdagen zijn vooral een prachtige mix van verdieping, persoonlijke groei, verbinding met elkaar, praktisch aan de slag, gezelligheid en saamhorigheid.

Een losse praktijkdag kost € 79,- en je kunt een praktijkdag boeken bij Astrid in Oudkarspel (vlak boven Alkmaar) of bij Maayke in Hoek van Holland. Na inschrijving voor de opleiding ontvang je meer informatie over de praktijkdagen.

Op donderdag 22 augustus, op de dag waarop je je inloggegevens ontvangt, krijg je een overzicht met data voor de praktijkdagen en een uitleg hoe je je kunt inschrijven.

## Online community

Er is een gezellige online community waarin je je vragen kunt stellen, ervaringen kunt delen of vol trots je middeltjes of krachtvoorwerpen kunt laten zien.

Het is een veilige plek waar negativiteit niet wordt geduld. Er zijn gezellige moderators en je vragen worden doorgaans binnen een dag beantwoord. Uiteraard is het geen verplichting om mee te kletsen in de online groep, maar weet dat je hier altijd je vragen kunt stellen en welkom bent.

## Werkgroepen

Ik heb cursisten uit heel Nederland en Vlaanderen. Het is dan ook erg leuk om met medecursisten bij jou in de buurt een werkgroep te starten. Om je te verbinden met gelijkgestemde, samen te gaan plukken, middeltjes te maken en om ervaring en kennis uit te wisselen.

Via de online community kun je je aansluiten bij een werkgroep bij jou in de omgeving om zelf een werkgroep starten en een oproep plaatsen.

## Wat is de opleiding niet?

### DIT IS GEEN WILDPLUKCURSUS

Uiteraard leer je de kruiden kennen waar je mee gaat werken en kun je, als je dat wilt, ze straks zelf gaan oogsten. Maar in de basis werken we met gedroogde kruiden. Dus wanneer je niet zelf je kruiden wilt of kunt oogsten, dan kun je de kruiden die je nodig hebt voor je middeltjes ook kopen.

Wel ga je tijdens deze opleiding zoveel naar buiten. Niet om te leren determineren of te oogsten, maar om verbinding te maken met de natuur in jouw eigen omgeving. Want de natuur is zoveel meer dan een medicijnkastje en dat wil ik je tot in de puntjes van je tenen laten ervaren dit jaar.



DIT IS OOK GEEN HERBORISTEN OPLEIDING!

Wat betreft de reguliere geneeskraft van de kruiden houden we het bij klachten en kwalen waar de huisarts niets mee doet of niets mee kan. We behandelen geen ernstige aandoeningen en je krijgt geen officiële medische basiskennis. Daar zijn andere prachtige opleidingen voor.

## Voor wie is deze opleiding?

Voor iedereen die zich een kruidenvrouwtje voelt, of zou willen zijn. Ook kruidenbroeders worden met open armen verwelkomt. Je hebt geen voorkennis nodig van kruiden. Een flinke portie enthousiasme om je te verbinden met de natuur, haar magie en haar oerkracht, is meer dan voldoende.

Ook wanneer je wel uitgebreide kennis hebt over kruiden is deze opleiding een prachtige aanvulling. Je leert hier niet alleen over de praktische kant, maar ook over de spirituele en magische kant van kruiden en het verbinden met de natuur. Dit sluit naadloos aan op je praktische kennis en zal extra verdieping geven.

In de eerste plaats is deze opleiding bedoelt voor jezelf. Jouw verbinding, jouw magie, jouw balans. Maar deze kennis kun je wel degelijk inzetten om andere te helpen. Net als de kruidenvrouwtjes van vroeger die voor hun gemeenschap zorgde. Het is dan ook een prachtige aanvulling wanneer je een praktijk of winkel hebt of eraan zit te denken om dit te doen.

## Lesgeld

Het lesgeld voor het leerjaar 2024/2025 is €597,-

Je kunt ook in 12 maandelijkse termijnen betalen. Het eerste termijn wordt voldaan bij inschrijving. Vanaf dat moment volgen nog 11 automatische afschrijvingen.

Je betaalt dan €58,- per maand incl. btw.

## Start opleiding

De opleiding start op donderdag 29 augustus 2024. Dan ontvang je de eerste lessen. Op donderdag 22 augustus 2024 ontvang je de inloggegevens. Er staan dan ook al veel basislessen voor je klaar zodat je deze kunt doornemen voor de start van de reguliere lessen. Je hebt dan ook gelijk toegang tot de online community, dus kom gezellig even buurten, stel je voor, richt een werkgroep op of sluit je aan bij een bestaande werkgroep.

## Annuleren

Je kunt je deelname aan de opleiding annuleren tot uiterlijk maandag 9 september. Je hebt dan ruim de kans gekregen om de online leeromgeving te verkennen, de lessen en mijn lesmethode te bekijken. Bevalt het niet, dan kun je me mailen en annuleer ik zonder vragen je deelname. Het reeds betaalde lesgeld ontvang je retour, minus € 25,- administratiekosten.

*Let op! Na 9 september kun je niet meer annuleren! Je blijft onbeperkt toegang houden tot de lessen en de online leeromgeving. Dus wanneer er omstandigheden zijn waardoor je de lessen niet kunt volgen, dan kun je deze later, wanneer het uitkomt, alsnog bekijken en volgen.*

## De inschrijving is geopend!

De inschrijving voor de Jaaropleiding Kruidenvrouw 2024/2025 is inmiddels geopend. Wil je eerst een proefles? Schrijf je dan in voor de Gratis Minicursus Kruidenvrouw. Je ontvangt dan een week lang elke dag een les en na afloop een mooi aanbod voor de Jaaropleiding Kruidenvrouw. Inschrijven doe je hier:

[hetkruidenhuisje.nl/gratis-mini-cursus/](https://hetkruidenhuisje.nl/gratis-mini-cursus/)

## Vragen?

*Heb je nog een vraag? Stuur dan een mail naar [info@hetkruidenhuisje.nl](mailto:info@hetkruidenhuisje.nl).*

*Ik zie je graag bij de start van de Jaaropleiding Kruidenvrouw 2024/2025 en geniet ondertussen van al het moois dat Moeder Aarde je te bieden heeft.*

*Kruidige groet,  
Astrid*

