

Vesna Forštnerič Lesjak *1986

Pharmazeutin

- ~ 2005-2012 Pharmazie-Studium in Ljubljana/ Slowenien.
- ~ 2010-2013 Berufsbegleitende Ausbildung in goetheanistisch-anthroposophischer Naturwissenschaft; seit 2013 selber Mentorin
- ~ 2014-2018 Ausbildung in anthroposophischer Pharmazie und Medizin (GAÄD und GAPiD)
- ~ Seit 2013 Heilpflanzenanbau und Herstellung eigener Präparate und Kosmetika
- ~ 2013 Gründung des Goetheanistisch-naturwissenschaftlichen Vereines „Sapientia“
- ~ 2014 Gründung der Sektion für anthroposophische Medizin Slowenien
- ~ Seit 2014 Kurstätigkeit im Bereich des Goetheanismus und der anthroposophischer Pharmazie
- ~ Ko-Leiterin der Naturwiss. Sektion der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft in Dornach/Schweiz seit 2023

Jan Albert Rispens *1960

Biologe

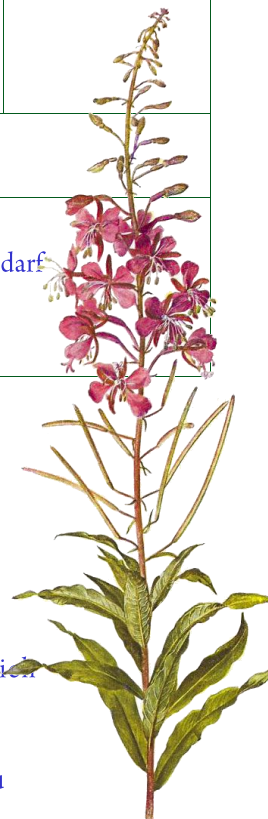
- ~ 1980 -1987 Studium der Biologie in Groningen/ Niederlande
- ~ 1989 -1993 Forschungstätigkeit an der Naturwiss. Sektion der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft in Dornach/Schweiz
- ~ 1993 -2003 Oberstufenlehrer für Biologie und Chemie an der Waldorfschule Klagenfurt/Österreich
- ~ Seit 1996 Projekt „Mistel und Wirtsbaum“ im Rahmen der Krebsforschung (3 Buchveröffentl.)
- ~ Seit 2004 Mitarbeit im Nationalpark Hohe Tauern/ Mobile Wasserschule.
- ~ Kurs- und Ausbildungstätigkeit im Bereich der goetheanistischen Biologie und Anthroposophie
- ~ Mitarbeit im Sektionskollegium der Naturwiss. Sektion der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft in Dornach/Schweiz

PROGRAMM

FRÜHSTÜCK ab 8 ⁰⁰		
9 ⁰⁰ bis 12 ³⁰ mit Pause	SEMINAR ENZIAN- UND NACHTKERZEN- GEWÄCHSE	2 MITTEL- SCHWERE GANZTAGS- EXKURSIONEN: (<u>Bergschuhe!</u>) Ausgewählte Heilpflanzen- standorte im montanen und alpinen Bereich der Karawanken
ESSEN UND MITTAGSPAUSE 12 ⁴⁵		
15 ⁰⁰ bis 18 ⁰⁰ mit Pause	* Pharmazeutische Übungen * Pflanzen- Betrachtungen * Forschungs- Fragen * kleinere Exkursionen	(An- und Abstieg von 1200-1750 m)
ABENDESSEN 18 ³⁰		
20 ⁰⁰	Beiträge, Gespräche oder Freizeit nach Bedarf	

Anmeldung
Auskünfte /Prospekt:

Jan Albert Rispens
St. Martin 69
9212 Techelsberg | Österreich
☎ 0043/4272/6541
✉ primula.veris@aon.at
🌐 www.anthrobotanik.eu



Die Sprache der Heilpflanzen

Seminarwoche
in den **Karawanken**

mit **Vesna Forstneric**
und **Jan Albert Rispens**



Enzian- und Nachtkerzengewächse

Die Sprache der Heilpflanzen

Seminarwoche in goetheanistischer Naturanschauung

Sonntag 04. Juli

17⁰⁰ - 18¹⁵ Empfang / Bezahlen

18³⁰ Beginn mit gemeinsamem Abend-
Essen und Vorstellungsrunde

bis

Sonntag 11. Juli 2026

(Abreise nach dem Frühstück)

Veranstaltungsort

Berggasthof Sereinig

(www.familienhof.at / 0043 4227 6300)

Bodental / Ferlach/ Kärnten / Österreich

Kosten

Für den ganzen Kurs *pro Person*

- * Unterkunft mit Vollpension
(Essen überwiegend regional):
€ 525 bis € 651 (Einzelzimmer)
€ 455 bis € 651 (Doppelzimmer)
(Preise nach Ort und Zimmer-
Komfort gestaffelt)
- * Kursbeitrag € 350

Max. Teilnehmerzahl:
20 Personen



Zwei sehr unterschiedliche Familien möchten wir gemeinsam in dieser Heilpflanzenwoche bearbeiten; die Enziangewächse und die Nachtkerzengewächse.

Die Enziane (*Gentiana*) finden sich bevorzugt in den europäischen Gebirgen. Wer kennt nicht das leuchtende, einzigartige Himmelsblau der Frühlingsenziane? Die Enziane werden eingesetzt als Bitterpflanzen, mit ihrer anregenden Wirkung auf die Verdauungsorgane. Der gelb blühende Große Enzian gehört zu den bekanntesten, aber ebenso der in den Karawanken heimische, weinrot blühende Ungarische Enzian wird als „Amara-Pflanze“ eingesetzt. Verwandte heimischen Arten finden sich bei den Franzen-Enzianen (*Gentianopsis*), den Bitterenzianen (*Blackstonia*) und den Taranten (*Swertia*). Auch das Tausendgüldenkraut (*Centaurium*), ein rein-rosafarben blühendes und bitter schmeckendes Mitglied der Enziangewächse, war schon immer eine hilfreiche Heilpflanze für die menschliche Verdauung. Auch werfen wir einen Blick auf die mit den Enzianen nah verwandten Gattung Fieberklee (*Menyanthes*).

Die Nachtkerzengewächse haben ihren Verbreitungsschwerpunkt auf dem amerikanischen Kontinent. Die bei uns beliebten Fuchsien (*Fuchsia*) und Sommerazaleen (*Clarkia*) stammen von dort. Einheimisch sehr verbreitet sind die anmutigen Weidenröschen (*Epilobium*). Schon seit langer Zeit werden sie therapeutisch erfolgreich eingesetzt im Urogenitalbereich. Bekannt aus unseren Ziergärten ist die Gattung der Nachtkerzen (*Oenothera*) selber. Ihre Blüten öffnen sich in der Abenddämmerung und werden von Nachtfaltern bestäubt; eine sprechende Geste die verstanden werden möchte. Das Nachtkerzen-Samenöl mit seinen hautfreundlichen Wirkungen erlebt zunehmende Beliebtheit im Bereich der Kosmetik. Wir werden dieses Öl an einem Nachmittag herstellen und ihre Qualität selber erfahren. Die eher unscheinbaren Hexenkräuter (*Circaea*) sind in unseren Wäldern sehr verbreitet, während die Heusenkräuter oder Wasserlöfelfchen (*Ludwigia*) durch das Verschwinden der Nasswiesen eher selten geworden sind.



An den Nachmittagen besteht – neben gemeinsamen pharmazeutischen Präparationen – die Möglichkeit, sich – allein oder zusammen mit anderen – einzelnen Pflanzen und eigenen Forschungsfragen zu widmen. Diese Arbeit kann von uns nach Bedarf betreut werden.

Auch an den Abenden wenden wir uns einigen interessanten Vertretern und Fragen unserer beiden Pflanzenfamilien zu.

Es stehen ein Werkraum mit Stereomikroskopen, Materialien und Anleitungen zum Pflanzenpressen sowie eine ausführliche Fachbibliothek zur Verfügung. Die einführenden methodischen Schritte der goetheanistischen Naturbetrachtung werden im Seminar "Wege zur Heilpflanze" vermittelt und in diesem Seminar weiter geübt und vertieft.

