

Deine Kosmetik-Ausbildung DIY Kosmetik Coach

Kurstart jederzeit möglich



Heilpflanzen und frische Lebensmittel im Jahreskreislauf für deine Hautpflege einsetzen können

Du lernst Pflanzen im Jahreskreislauf und Schritt für Schritt zu einer gesunden Hautpflege von Kopf bis Fuß mit natürlichen & einfachen Zutaten aus Küche, Garten & Natur nach deinen Bedürfnissen herzustellen und wie du dieses Wissen auch an andere weitergeben kannst.

**"Alle Wiesen und Matten, alle Berge und Hügel sind Apotheken."
(Paracelsus)**

Kursinhalte im Überblick

- 🌿 Einführung in die DIY-Kosmetikherstellung – Gesunde Hautpflege für die ganze Familie
- 🌿 Pflanzenöle in der Kosmetik: Salben, Cremes & Schüttellotion
- 🌿 Seifen sieden mit Naturmaterialien
- 🌿 Natürliche Haarpflege, Haarwaschmittel & Co
- 🌿 Körperpflege, Deos, Lippenpflege, Duschgels, natürlicher Sonnenschutz und After-Sun-Pflege
- 🌿 Herstellung & Anwendung von ätherischen Ölen & Hydrolaten
- 🌿 Mundhygiene, Männer-, Baby- und Kinderpflege, sensible Haut, Hautprobleme
- 🌿 Ernährung & Haut
- 🌿 Chemikalien-Check
- 🌿 Natur als Arbeitsplatz - Arbeiten in Gruppen mit Kindern und Erwachsenen

Was dich noch erwartet

- 🌿 Du bekommst über 100 Kosmetik-Rezepte
- 🌿 Lerne regionalen Rohstoffe aus Küche, Garten und Natur im Jahreskreislauf für deine Hautpflege kennen
- 🌿 Unsere Haut verstehen und unterstützen können
- 🌿 Lerne Inhaltsstoffe und kosmetische Wirkungsweisen der Pflanzen aus Wald und Wiese kennen
- 🌿 Entdecke wie du ganz einfach deine selbst gerührte Hautpflege in deinen Alltag integrieren kannst
- 🌿 Du bekommst Sammelkalender, Einkaufsliste, Checklisten, Rezeptmappe, Bücherempfehlungen, ausführliche Unterlagen u.v.m.
- 🌿 Lerne deine eigenen Rezepte zu kreieren, welche genau auf deine Hautbedürfnisse angepasst sind - und das mit einfachen & natürlichen Zutaten aus Küche, Garten & Natur
- 🌿 Lerne wie du dieses Wissen haupt- oder nebenberuflich sowie als freie Selbstständige im Bereich der Weiterbildungen, Workshops, Vorträge, Schulungen & Seminaren ausüben oder vielleicht auch als Referentin der wild.wuchs.Natur -Akademie tätig sein kannst

Online-Plattform

Bequem von zuhause aus lernen in deinem Tempo!

- 🌿 **1 Jahr Zugang** zu unsere einzigartigen und modernen Lernplattform mit allen Inhalten, vielen Erklärvideos, Rezept- und Ideenportal (Zugang zur Plattform wird mit Eingang der Zahlung automatisch freigegeben)
- 🌿 Viele Zubereitungs-**Videos** mit Schritt für Schritt-Anleitungen
- 🌿 **Frage-Forum** mit persönlicher Betreuung durch das wild.wuchs.Natur-Team
- 🌿 Checklisten, Arbeitsblätter und ausführliche Unterlagen mit vielen einfachen Rezepten
- 🌿 **8 x Live-Zoom-Termine**, jeweils 1 - 1,5 Stunden - Möglichkeiten zum Austausch in der Gruppe und Einblicke in jahreszeitliche Kursthemen (Die Live-Zooms werden aufgezeichnet und stehen dir danach zur Verfügung)
- 🌿 Alle Inhalte und Aufzeichnungen unserer Zoom-Termine stehen dir für die gesamte Kursdauer zur Verfügung
- 🌿 **Literaturempfehlungen** und weiterführende Informationen
- 🌿 Schritt für Schritt Anleitungen– mit Erklärvideos
- 🌿 Quizzes, um dein Wissen zu vertiefen
- 🌿 Exklusive **WhatsApp-Gruppe** zum Austausch in der Gruppe, wo du dich inspirieren, motivieren sowie unterstützen lassen kannst - Du bist nicht allein!

Umfang der Ausbildung:

Gesamt: 480 Unterrichtseinheiten, diese umfassen...

- 🌿 **Selbststudium der einzelnen Module** mit Videos und ausführlichen Skripten, evtl. weiterführende Literatur-Recherchen
- 🌿 Austausch via Online-Forum inkl. Betreuung durch das wild.wuchs.Natur-Team
- 🌿 **10 Live-Zoom Termine** mit Fragestunde, jeweils 1 - 1,5 Stunden
- 🌿 Übungsaufgaben und Übungsquizzes zu jedem Modul
- 🌿 5 x Selbsterfahrungen
- 🌿 Abschlussarbeit zu einem Thema deiner Wahl

Das Besondere an dieser Online-Ausbildung

...mit unsere modernen Lernplattform kannst DU lernen wann und wo DU willst und in deinem Tempo! Du bist zeitlich vollkommen flexibel.

Ortsunabhängig

- 🌿 Gemütlich von Zuhause aus Lernen und dabei die Umwelt schonen
- 🌿 Der Online-Zugang ist einfach & unkompliziert -> alle Inhalte stehen dir jederzeit zur Verfügung. Die Module kannst du in deinem eigenen Tempo lernen.
- 🌿 Egal ob Laptop, PC, Tablet oder Smartphone, eine aufrechte Internetverbindung ist ausreichend
- 🌿 Die Ausbildungsunterlagen und viele Rezepte sind downloadbar
- 🌿 Du lernst begleitet und kannst dir deine Inhalte trotzdem so einteilen, wie es für dich am besten passt
- 🌿 Du wirst bei DIR zuhause, in DEINER Umgebung, in der Natur vor DEINER Haustür heimisch! Bei uns wird dein natürliches Habitat zum Lernfeld!
- 🌿 Alle Inhalte kommen zu dir. Du musst nirgendwohin fahren und eine Reise organisieren! Das spart Kosten und schont die Umwelt.
- 🌿 Du bekommst Lern-Inspiration und praktische Unterstützung. Mit jedem Tag und jeder Aufgabe vertieft sich dein Kosmetik- und Pflanzenwissen – ganz nebenbei, mitten in deinem Alltag.
- 🌿 Du vertiefst deine Rühr- und Pflanzenkenntnisse und wirst viel mehr über Pflanzen und deren kosmetische Anwendung lernen!
- 🌿 Du bekommst Wissenswertes einer langjährigen Kräuterfrau und viele Tipps wie du dieses Wissen einfach & schnell in deinen Alltag integrieren kannst, sowie an andere weitergeben kannst.

Rezepte mit Mehrwert

- 🌿 Praxis steht im Vordergrund
- 🌿 Schritt für Schritt Video-Anleitungen
- 🌿 Einfache & unkomplizierte Rezepte
- 🌿 Für Einsteigerinnen
- 🌿 Umfangreiche Unterlagen mit Übungsbeispielen
- 🌿 Rezepte mit regionalen Zutaten aus Küche, Garten und Natur
- 🌿 natürlich, gesund & nachhaltig im Einklang mit der Natur

UNSER HIGHLIGHT – Live-Online-Fragestunde

Uns ist der persönliche Austausch sehr wichtig und darum bieten wir zusätzlich fast monatlich eine **Live-Online-Fragestunde per Zoom** an, wo die wichtigsten Inhalte vermittelt werden, *wo wir uns austauschen können, Fragen stellen kannst und Elisabeth dich motivieren kann, damit du dran bleibst u.v.m.*

Die Online-Fragestunde ist nicht verpflichtend und keine Voraussetzung für die Absolvierung des Kurses. Alle Termine stehen als Aufzeichnung jederzeit zur Verfügung.

Uns ist wichtig, dass du flexibel lernen kannst, aber der persönliche Austausch nicht zu kurz kommt, wenn dieser gewünscht wird. Die Module können selbstständig erlernt werden.

Inhalte DIY-Kosmetik-Coach -Ausbildung



1. Modul - Einführung in die DIY-Kosmetik

⊗ Einführung, Kennenlernen und Ziele der Ausbildung, Prüfungsinformationen ⊗ Wirkungsprinzipien von Natur und Pflanzen ⊗ Grundlagen der DIY-Kosmetik ⊗ Kosmetik ist nicht gleich Kosmetik ⊗ Unterschiede in der DIY-Kosmetik ⊗ Alternativen und Problematiken ⊗ Ausstattung ⊗ nachhaltige Hautökologie ⊗ Was braucht die Haut ⊗ Was hat die Haut mit unserer Ernährung zu tun ⊗ Bevor es los geht ⊗ Badezimmercheck ⊗ Sauberes Arbeiten ⊗ muss man konservieren ⊗ Einkaufsliste ⊗ Bezugsquellen

2. Modul – Heilsame Pflanzen für die Haut

⊗ Basisöle und Wirkstofföle ⊗ Förderung der Hautgesundheit durch selbst gemachte Kosmetik ⊗ Warum Wildkräuter unbezahlbar für Gesundheit, Schönheit & Wohlbefinden sind ⊗ Sammelkalender ⊗ Hauttypen – sind sie so wichtig ⊗ Hautbedürfnisse ⊗ Auswahl der richtigen Rohstoffe ⊗ Abwandeln von Rezepten

3. Modul – Extraktionsmethoden & Basiszubereitungen

⊗ über 100 alltagstaugliche & wunderbare Rezepte kennen und lieben lernen
 ⊗ Extraktionsmethoden pflanzlicher Inhaltsstoffe – Auszüge, Extrakte, alkoholische und alkoholfreie Tinkturen, Salben und Öle ⊗ **Praxis:** Herstellung von Ölauszug, Tinktur, Salbe, Creme und Schüttellotion ⊗ Dein Hautpflegefahrplan ⊗ Pflegetipps

4. Modul – Natürliche Haarpflege

⊗ Haartypen ⊗ Pflegetipps für ein natürliches, schönes gepflegtes Haar ⊗ Das richtige Bürsten ⊗ Haare waschen ohne Shampoo (No Poo-Methoden) ⊗ Shampoo selber herstellen mit Basisshampoo ⊗ Haarewaschen mit Waschpflanzen ⊗ Natürliche Haarspülungen ⊗ Haaröl herstellen ⊗ Heilsame Haarkuren ⊗ Pflegende Rohstoffe für die Haarpflege ⊗ Bezugsquellen ⊗ Kritische Aspekte in der modernen Kosmetik ⊗ Bedenkliche Inhaltsstoffe ⊗ Natürliche Nutzungskreisläufe ⊗ Pflege- und Umstellungstipps – wie fange ich an ⊗ Wiederholung Extraktionsmethoden ⊗ Pflanzen für die Schönheit **Videos:** Herstellung von vielseitigen Haarpflegeprodukten

5. Modul – Pflanzenbasierte Kosmetik von Kopf bis Fuß

⊗ Produktgruppen und ihre Charakteristika: Feuchtigkeitspflege, Hautreinigung, Lippenpflege, Zahnpflege, Deos ⊗ Erkennungsmerkmale ⊗ wie stelle ich meine Hautpflege nach meinen Bedürfnissen zusammen ⊗ Abwandeln von Rezepten ⊗ Waschmittel ⊗ Naturkosmetik – Alternativen und Problematiken

6. Modul - Herstellung & Anwendung von ätherischen Ölen & Hydrolaten

⊗ Das 1 x 1 der Wasserdampfdestillation ⊗ verschiedene Destillationsmethoden ⊗ regionale & saisonale Rohstoffe ⊗ Destillieren im Jahreskreislauf ⊗ Verwendung von Pflanzenwasser ⊗ Destillieren in der Praxis ⊗ Herstellung & Verarbeitung der Hydrolate zu Pflegeprodukten ⊗ Das 1 x 1 der ätherischen Öle ⊗ Dosierung äthr. Öle ⊗ Verwendung von äthr. Ölen ⊗ Bezugsquellen ⊗ Literaturempfehlungen ⊗ Basisrezepte ⊗ Alternativen zur Wasserdampfdestille im Hausgebrauch ⊗ Naturparfum ⊗ **Praxis:** Destillieren von Lavendel und Haarwasser mit und ohne Destille

7. Modul - DIY-Kosmetik für individuelle Hautbedürfnisse

☼ Wie viel Pflege braucht ein Baby ☼ Pflanzen und Naturprodukte für Kinder & Co ☼ Unverträglichkeiten ☼ Allergien ☼ Männerhaut versus Frauenhaut ☼ Düfte und Öle für Männer ☼ was tun bei Hautproblemen ☼ Pflegetipps & Rohstoffe für sensible Haut ☼ Insektenschutz ☼ Gegen Zecken & Läuse ☼ natürliche Mundhygiene – Umstieg leicht gemacht -☼ was ist zu beachten bei Alternativen ☼ Kräuter, Öle & Gewürze für die Mundhygiene ☼ Rohstoffe für die Mundhygiene ☼
Videos: Herstellung von vielseitigen Pflegeprodukten

8. Modul - Chemikalien-Check

☼ Detox für dein Badezimmer ☼ Kosmetikcheck ☼ Bestandsaufnahme ☼ Was brauchst du wirklich? Inhaltsstoffcheck ☼

9. Modul - Ernährung & Haut

☼ Die Haut - unser größtes Organ ☼ Spiegel des inneren Gleichgewichts ☼ TCM ☼ Stoffwechseltypen ☼ Welche Zusammenhänge gibt es? ☼ Wie beeinflussen Ernährung & Stoffwechseltypen deine Haut ☼ Welche ganzheitlichen Ansätze helfen bei Hautproblemen ☼ Lebensmittelliste nach den 5 Elementen

10. Modul – DIY-Natürliche Geschenkideen

☼ Pflegende Rezepte und Geschenkideen ☼ Anleitungen für selbstgemachte Verpackungen ☼ Badepralinen ☼ Lippenpflege ☼ Körperöl

11. Modul – Naturseifen sieden

☼ Unterschied zwischen herkömmliche Seifen und echte Naturseifen ☼ verschiedene Seifenarten: Kernseife, Kinderseifen, Rasierseife, Haarseifen, Flüssigseifen ☼ Grundkenntnisse der Herstellung von Naturseifen ☼ regionale Rohstoffe & Pflanzenöle ☼ Verseifungszahlen ☼ Düfte ☼ Zusätze ☼ Naturfarben ☼ Seifenrezepte selber kreieren ☼ Vorsichtsmaßnahmen ☼ Troubleshooting ☼ Kaltverseifung ☼ Seifen-Upcycling -Ideen ☼ **Praxis:** Herstellung z.B. von einer Ringelblumen, Lavendelseife, Gärtnerseife und Flüssigseife ☼ Troubleshooting ☼ Schneiden, Stempeln und Kanten der Seifen

12. Modul - Natürlicher Sonnenschutz

☼ Natürliche After-Sun-Pflege aus Küche und Garten ☼ Natürlicher Sonnenschutz ☼ vegan, exotisch, regional ☼ Allergien ☼ Vitamin D3 ☼ Pflanzenöle für die Sonnenpflege ☼ Natürliche After-Sun Pflege

13. Modul – Natur als Arbeitsplatz, Berufsmöglichkeiten & Selbstständigkeit: Arbeiten in Gruppen mit Kindern und Erwachsene

☼ Natur als Arbeitsplatz ☼ Praxiseinheiten aufbereiten (Checklisten, Arbeitsschritte, Auftritt und Drehbuch) ☼ Seminarplanung ☼ Projektorganisation ☼ grünes Marketing ☼ Berufsbild als Referentin ☼ wie kann ich das Erlernte in meinen bestehenden Beruf integrieren ☼ Pädagogische Arbeit in Gruppen ☼ altersgerechte Wissensvermittlung ☼ Recherchen und geistiges Eigentum ☼ Teambildung ☼ Organisation von Projekten und Seminaren ☼ Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern & Entscheidungsträgern ☼ Projekt-Konzeptionierung ☼ Wertschätzender Umgang – Kalkulation & Finanzierung von Projekten ☼ Rechtliche Grundlagen ☼ Berufsfeld Neuer Selbstständiger

Ziele:

- ✦ Wissen über die Anwendung von
 - Bio-Rohstoffen in Lebensmittelqualität
 - Frischen, vollwertigen und naturbelassenen Produkten
 - Heimischen und saisonal-regionalen Heilpflanzen im Jahreskreislauffür die Selbsterstellung von naturbelassenen und individuellen Pflegeprodukten für den Eigenbedarf.
- ✦ Anwendung der pädagogischen Grundlagen für die Durchführung von Vorträgen, Projekten und Seminaren in der Kinder- und Erwachsenenbildung.
- ✦ Erhaltung, Pflege und Weiterentwicklung alten Wissens und der Selbstversorgungsgrundlagen.
- ✦ Wie du mit wenigen aber vielseitigen Pflegeprodukten deinen Konsum reduzierst und unabhängig von Kosmetikprodukten im Handel wirst.
- ✦ Sensibilisierung im Rahmen von Projekten über Themen wie
 - Inhaltsstoffe in der Kosmetik
 - Nachhaltigkeit und Umweltethik
 - Umweltverschmutzung durch Hautpflegeprodukte
 - Tierschutz
 - Nutzungskreisläufe, Recycling & ökologischer Fußabdruck
- ✦ Teilnehmer*innen fördern und unterstützen bei der Auseinandersetzung mit dem Thema Kosmetik
- ✦ Eigenständige und nachhaltige Projekte sowie die Ausbildungsinhalte in das familiäre und berufliche Umfeld zu integrieren.
- ✦ Erstellung einer Abschlussarbeit

Ablauf Kursstart

- ✦ Anmeldung zum gewünschten Kurs auf unserer Website.
- ✦ Rechnung folgt per E-Mail – bitte auch im Spam-Ordner nachsehen.
- ✦ Zugang zur Lernplattform wird mit Eingang der Zahlung (2-3 Werktagen) automatisch freigegeben. Bei Zahlung per Kreditkarte, oder PayPal-Zahlung wird der Kurs sofort freigeschalten.
- ✦ Du erhältst deine Kurszugangsdaten per E-Mail.
- ✦ Alle wichtigen Informationen rund um deinen Kurs findest du auf der Lernplattform.
- ✦ Die Termine der ZOOM-Treffen sind auf der Lernplattform zu finden. Sie sind NICHT verpflichtend. Aufzeichnungen stehen zur Verfügung.

Abschluss ohne Prüfung

Nach dem Absolvieren aller Module auf der Lernplattform bekommst du eine **Teilnahmebestätigung** welche dir zum Download zur Verfügung steht.

Auf der Online-Plattform müssen alle Module und Quizzes zu 100% abgeschlossen werden
Die Quizzes können so oft wie du möchtest wiederholt werden. Für den Abschluss benötigst du 80 % korrekte beantwortete Fragen pro Quiz.

Abschluss mit Prüfung - Prüfungsordnung - Zertifikat

Nach dem Absolvieren aller Module, Quizzes und Abgabe aller Aufgaben, kannst du an einer Prüfung teilnehmen.

Zulassung zur Prüfung

Für die Zulassung zur Prüfung (Multiple Choice-Test) ist eine Absolvierung sämtlicher Module des Ausbildungslehrganges, alle Quizzes sowie die fristgerecht eingereichte schriftlich dokumentierte Projektarbeit und Selbsterfahrung erforderlich.

Fristen und Termine sind auf unserer Lernplattform zu lesen.

Abschlussprüfung: individuell möglich, *innerhalb eines Jahres* -> monatliche Prüfungstermine sowie alle Informationen sind auf unsere Lernplattform ersichtlich.

Prüfungsinhalte:

- schriftliche Prüfung über die wesentlichen Inhalte (Multiple Choice Test)
- Selbsterfahrungen 5 x
- Projektarbeit: Workshop-Ausarbeitung für ein Thema deiner Wahl, oder ein anderes Projekt, dass du als zukünftige DIY-Kosmetik Coach umsetzen willst (in der Theorie)

Dies dient dazu festzustellen, ob du dich **aktiv mit den Inhalten beschäftigt hast** und ein umfassendes Wissen erlangt hast. Genaue Informationen dazu gibt es zu Beginn des Kurses auf deiner Lernplattform.

Projektarbeit

Die Projektarbeit für den/die DIY-Kosmetik Coach ist in schriftlicher Form zu erstellen und umfasst Planung, Organisation & wenn möglich auch die Durchführung eines Projektes deiner Wahl (z.B. Vortrag, Seminar, Workshop etc.). Nicht Voraussetzung!

Das Projekt, das du wählst, sollte deinem zukünftigen Einsatzbereich ähnlich sein. Die Dokumentation soll folgende Punkte beinhalten:

- Titel deines Projektes
- detaillierte Beschreibung (Motivation für die Idee, Planung, Werbemaßnahmen, Zielgruppe, Teilnehmernutzen, Ablauf etc.)
- Durchführung des Projektes (Erwartungshaltung, Erkenntnisse, Ergebnis)
- Fazit (persönliche Gedanken)

Weitere Informationen folgen auf unserer Lernplattform!

Die Projektarbeit und Selbsterfahrungen sendest du bitte in schriftlicher Form per E-Mail an info@wildwuchsnatur.at – **jeweils 1 Monat vor deinem gewünschten Prüfungstermin**

Der Beurteilungsschlüssel gliedert sich wie folgt:

ausgezeichnet: >100% (erreichbar bei Pluspunkten für die Projektarbeit)

sehr gut: 95-100 %

gut: 89-94 %

befriedigend: 82-88 %

genügend: 75-81 %

nicht genügend: < 75 %

Anmeldung zur Abschlussprüfung

ist über die Lernplattform möglich.

Zertifikat

Das Zertifikat zum DIY-Kosmetik Coach bekommst du nach bestandener Prüfung per E-Mail zugesendet. Ohne absolvierte Prüfung, nach Abschluss aller Module und Quizzes erhältst du eine Teilnahmebestätigung.

Wiederholung der Prüfung

Bei nichtbestandener Prüfung, oder nicht antreten hast du die Möglichkeit, diese zu einem anderen vereinbarten Termin zu wiederholen. Hier müssen wir eine Prüfungsgebühr verrechnen.

Danach kannst Du:

- **Projekte mit Erwachsenen & Kindern** durchführen
- mit **selbstgemachter Kosmetik** gesund bleiben & deine Liebsten verwöhnen
- deine eigenen **Kosmetikworkshops entwickeln**
- **Kosmetikworkshops** für Erwachsene und Kinder abhalten
- Menschen in **Vorträgen** mit deinem Thema **begeistern**
- deine Umgebung mit dem Wissen und der Freude an selbstgemachter Kosmetik **inspirieren**
- Das alte Wissen und die Selbstversorgungsgrundlagen in deiner Familie **wiederbeleben**

Teilnahmevoraussetzungen

- * vollendetes 18. Lebensjahr
- * Liebe zu sich selbst und der Natur
- * Wertschätzung und Offenheit gegenüber „Altem“ + „Neuen“
- * Freude an aktiver Bewegung, am Tun & Begeisterung

Stornoversicherung

Du kannst dich optional für eine Stornoversicherung entscheiden. Solltest du am Kurs nicht teilnehmen können, erhältst Du die Kurskosten ersetzt.

[Alle Details zur Stornoversicherung](#) oder direkt über die Homepage.

Änderungen

Die wild.wuchs.Natur-Akademie behält sich Uhrzeit-Änderungen der Zoom-Termine vor. Bei eventuellen Änderungen werden alle Teilnehmer selbstverständlich unverzüglich auf der Lernplattform verständigt. Kommt jedoch so gut wie nie vor 😊

Haftung

Die Teilnahme am DIY-Kosmetik Coach erfolgt freiwillig. Die Teilnehmer übernehmen innerhalb und außerhalb des Kurses die Verantwortung über eventuell von ihnen verursachte Schäden selbst. Veranstalter und Vortragende sind von Haftungsansprüchen freigestellt.

Zur Referentin: DI Elisabeth Teufner BEd.

- 🌿 Pflanzenwissenschaftlerin mit Schwerpunkt Wildkräuter
- 🌿 Ökopädagogin, Natur-, Agrar- und Umweltpädagogin
- 🌿 Kräuter - und DIY-Kosmetik Expertin
- 🌿 Buchautorin [„Natürliche Kosmetik“](#) und [„Schön mit der Kraft der Natur“](#)
- 🌿 Lehrerweiterbildungen in pädagogischen Hochschulen NÖ und Wien
- 🌿 Seit 2016 Referentin in der Erwachsenen Bildung NÖ + OÖ
- 🌿 TCM – Ernährungsexpertin
- 🌿 TCM – Ernährungsberaterin i. A.

© Elisabeth Teufner, wild.wuchs.Natur-Akademie