

Wandern und Heilkräuter kennenlernen

Bergfrühlings-Wochenende im schönen Kiental (BE), 15. - 17. Juni 2018

Komm mit und wandere mit uns durch die schöne Bergwelt. Der Frühling ist jetzt auch hier am Erwachen und die heilkräftigen Pflanzen spriessen aus der noch kalten Erde.

Wir lernen viele davon kennen und einige davon werden wir pflücken: Um mit ihnen zu kochen, eine Heilsalbe und andere Köstlichkeiten herzustellen (z.B. eingemachte Löwenzahnknospen).

Corina Gantner, die Heilkräuterfachfrau wird Dir Interessantes über die Heilpflanzen weitergeben und Claudia Müller, die Wanderleiterin, wird für die Ausflüge in die Berge zuständig sein.

Für wen ist das Angebot geeignet?

Für alle, die gerne lachen, die Natur erfahren und erleben wollen, die gerne wandern und schon lange mehr über Heilkräuter erfahren wollten.

Voraussetzung: Wissensdurst, Offenheit und Kondition für 4 Stunden Wandern.



Programm:

1. Tag: Ankunft und auf dem Feuer kochen

Am frühen Abend treffen wir im Hotel Waldrand auf der Pochtenalp ein. Als Einstimmung und zum gegenseitigen Kennenlernen, streifen wir schon mal durch die Natur und geniessen das gemeinsame Nachtessen. Danach kreieren wir über dem Feuer ein feines Dessert.

2. Tag: Wandern, Sammeln und Kräuterkunde

Heute ist unser Wandertag. Die Wanderung passen wir der Gruppe und dem Wetter an. Wir sind gemütlich unterwegs und halten auch immer wieder an, um die Kräuter und Blumen am Wegesrand kennenzulernen. So lernen wir viel, geniessen die Natur und sammeln Pflanzen für unsere Salbe. Wir sind den ganzen Tag unterwegs mit vielen Stopps und Einlagen inmitten einer wunderschönen Bergwelt. (Reine Wanderzeit 4 Stunden, bergauf und bergab.)

3. Tag: Salbe herstellen, kleine Abschluss-Wanderung

Heute stellen wir unsere Kräuter-Salbe fertig. Je nach Witterung und Vegetation nehmen wir ausserdem eingemachte Knospen und selbstgemachten Sirup mit nach Hause. Als Abschluss machen wir eine weitere kleine Wanderung und lassen die drei tollen Tage würdig ausklingen.

Detail-Informationen:

Treffpunkt: Freitag, zwischen 16.00 - 16.30 Uhr im Hotel Waldrand, Pochtenalp
Infos zur Anreise: www.nostalgiehotel.ch/kontakt

Für ÖV-Reisende: Ankunft Postauto um 16:06, Pochtenalp/Abzweigung
Waldrand

Start Programm um 17.00 Uhr.

Das letzte Stück der Strasse vom Tschingelsee bis zum Hotel ist eine steile, schmale Bergstrasse: Es sind die Fahrzeiten des Postautos zu beachten: Zu den Zeiten, an welchen ein Postauto fährt, kannst du ca. 10 Minuten nicht in die Gegenrichtung fahren, da Kreuzen nicht möglich ist. Es gibt eine Infotafel am Anfang der Strecke.

- Packliste:** Wanderausrüstung mit Rucksack, Trinkflasche, Zwischenverpflegung, Wanderschuhe, Regen- und Sonnenschutz, eventuell Wanderstöcke.
Ev. Notizbuch und Schreibmaterial.
Persönliches für die Übernachtungen, Hausschuhe.
- Kosten:** 390.- pro Person (inkl. Leitung durch Claudia Müller, eidg. dipl Wanderleiterin und Corina Gantner, Heilkräuterfachfrau, Kursunterlagen mit Rezepten, Kräutersalbe, Sirup und andere Köstlichkeiten).
Exklusive Anreise, allfällige Bahnen und/oder Transporte.
- Hinzu kommen die Kosten für die Übernachtung und Halbpension:
- Im Doppel- oder Dreibettzimmer: CHF 100.- pro Nacht und Person inklusive Frühstück und Nachtessen.
Im Einzelzimmer: CHF 110.- pro Nacht und Person inklusive Frühstück und Nachtessen.
Hinzu kommt die Kurtaxe: CHF 3.-/Person/Nacht
Es ist möglich vom Hotel Lunchpakete zu beziehen: CHF 12.- pro Lunchpaket
- Teilnehmerzahl:** 8 - 14 Teilnehmer.
- Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmer.
- Fragen:** Gerne beantworten wir Deine Fragen. Ruf uns einfach an:
Claudia, eidg. dipl. Wanderleiterin 055 610 44 70
Corina, Heilkräuterfachfrau 079 546 49 09
- Anmelden:** Über den <http://www.gelassensein.ch/#kontakt> oder per Telefon: 079 546 49 09



Wir freuen uns sehr auf Euch!