

25. Mai 2024

Kräuterwanderung

Willkommen in der Welt der Kräuter! Um uns herum wächst eine Pflanzenapotheke voller köstlicher Kräuter für Leib und Seele. In diesem Kurs sammeln und verarbeiten wir Kräuter in der Umgebung von Riedholz SO für die Küche oder als Salbe gegen Schmerzen. Entdecken Sie den wertvollen Garten der Natur.



Kursinhalt

Im Kurs öffnet sich eine Lebenswelt voller guter Düfte für Menschen, die ihr Wissen um die Kräfte der Natur vertiefen möchten. Sie erfahren, wie die natürlichen Wirkstoffe zu unserem Wohlbefinden genutzt werden können. Wir verarbeiten Kräuter als Beigabe zu einem gemeinsamen Mittagessen. Die Herstellung eines wohltuenden Kräuteröls rundet unseren Kräutertag ab. Der Gehalt an Mineralien und Vitaminen in unserem Obst und Gemüse hat sich in letzter Zeit verringert. So ist die Nutzung unserer Wildkräuter eine sinnvolle Gesundheitsvorsorge.

Kursziel

Die Teilnehmenden

- erkennen einheimische Kräuter
- sammeln und verarbeiten frische Kräuter
- wissen um die Heilkraft der Pflanzen
- können diese im Alltag einsetzen
- stellen selbst anwendbare Naturprodukte her

Dozentin

Christina Flury

Kursinfo

Theorie & Praxis

7 Kursstunden | max. 8 Teilnehmer

Mittagessen vor Ort

Voraussetzung

Interessierte Fachpersonen und Laien

📅 Samstag, 25. Mai 2024

🕒 Treffpunkt 9.30 Uhr

📍 Lindenstrasse 4, 4533 Riedholz

👤 vdms-asmm-Mitglieder CHF 190.00

👤 Nichtmitglieder CHF 280.00

👜 Mitbringen: Holzbrettli, Schneidemesser, Schreibmaterial, Tasche, rutschfeste Schuhe (auf Naturwegen), Regenschutz

Riedholz ist mit dem ÖV gut erschlossen. Bis Solothurn per SBB und von dort mit der Aare Seeland Bahn bis Riedholz Station «Bei den Weihern».