

Kräuterwochenende mit Anita Heynen

- ❖ Bei leichten Tageswanderungen Kräuter und Heilpflanzen an Ihrem Standort kennen lernen
- ❖ In der Werkstatt Salben, Tinkturen, Lippenbalsam und Teemischungen aus unseren Gartenkräutern herstellen
- ❖ Geniessen im Bärgekristall, der gemütlichen Herberge mit dem frischen Angebot am schönsten kleinen Dorfplatz der Schweiz

Geniessen Sie ein erholsames, lehrreiches Bergfrühling-Kräuterwochenende im Binntal. Unser Wohn- und Lernort ist das Restaurant/Herberge „Bärgekristall“. Ein Bijou im schmucken Walliser Weiler „Fäld“ zuhinterst im Binntal. Unsere Gastgeber Ursula und Ernst Ledermann werden uns umsorgen und kulinarisch verwöhnen.

Auf unserer Tageswanderung begegnen wir Gutem Heinrich (Heimina im Walliser Tiitsch), Alpenampfer, Breitwegerich, dem balsamisch duftenden Rainfarn mit den gelben Feenknöpfen und weiteren Pflanzenschönheiten. Wir beachten dabei die Regeln des Naturschutzgebiets. Mit allen Sinnen erleben Sie die Faszination wilder Pflanzen und führen Ihr eigenes Pflanzenheft. Sie hören Geschichten aus der Mythologie und erfahren wie die verschiedenen Kräuter und „Unkräuter“ in der Volksheilkunde sowie in der Küche eingesetzt werden.

Kennen Sie die Heilwirkung von Lärchenharz? Vielleicht verwenden Sie es für Ihre Wundsalbe, die Sie in der Kräuterwerkstatt mit einfachen Hilfsmitteln herstellen. Sie mischen Ihre eigene Tinktur sowie einen pflegenden Lippenbalsam. Sie nehmen Ihre eigene Teemischung nach Hause, die Sie im nächsten Winter an den Sommer erinnern wird. Es bleibt Zeit zum Fachsimpeln, Austausch, einen Blick über die Schulter des Küchenchefs zu werfen und für die eine oder andere Walliser-Sage.

Datum	25. – 27. Mai 2018
Kursleitung	Anita Heynen, Kräuterfrau
Programm	Freitagabend: Einführung in die Kräuterwelt Samstag: Tageswanderung und Kräuterwerkstatt Sonntag: Kurze Wanderung und Kräuterwerkstatt
Preise	CHF 340 im Doppelzimmer (2 Übernachtungen mit Halbpension, täglich ein Lunchpaket), inbegriffen Material zur Herstellung von Kräutersalbe, Tinktur und Lippenbalsam

Anmeldung (bis 30. April) und Auskunft:

Restaurant / Herberge Bärgekristall
Ursula und Ernst Ledermann
3996 Imfeld/Binn



Telefon +41 27 971 03 78
info@bargkristall.ch
www.baergkristall.ch