

Jahresprogramm 2021

Januar	Schneeschuhlaufen	Datum/Zeit Ort Leitung Kosten Anmeldung	Sonntag, 31. Januar 2021, 11.00 Uhr im Sarganserland; je nach Schneeverhältnissen Doris und René Kurath-Büchi, Naturveranstalter Mitglieder Fr. 45.- / Gäste Fr. 55.- / Schneeschuhe auf Anfrage inkl. Fondue (ohne Getränke) plus allfällige Transportkosten bis 28. Januar 2021 bei Doris Kurath-Büchi, Tel. 081 733 27 72 oder sarganserland@kneipp.ch
März	Hauptversammlung	Datum/Zeit Ort Essen Anmeldung	Freitag, 12. März 2021, 19.00 Uhr Restaurant Seehof, Walenstadt Vor der HV offeriert der Verein ein Nachtessen. bis 8. März 2021 bei Andrea Cheridito, Tel. 079 291 72 76 oder sarganserland@kneipp.ch
Mai	Schneeweiss und Rosenrot Kräuterworkshop	Datum/Zeit Ort Leitung Kosten Anmeldung	Montag, 10. Mai 2021, 19.00 Uhr Katholisches Pfarreiheim, Schiggstrasse 21, Wangs Fabienne Walser-Bonderer, dipl. Kräuterfachfrau, Kräuterakademie Salez Mitglieder Fr. 25.- / Gäste Fr. 35.- bis 5. Mai 2021 bei Andrea Cheridito, Tel. 079 291 72 76 oder sarganserland@kneipp.ch
	IKAT Bad Wörishofen	Datum Anmeldung	14. – 16. Mai 2021 gemäss Ausschreibung Schweizer Kneippverband bei Andrea Cheridito, Tel. 079 291 72 76 oder sarganserland@kneipp.ch
Juni	Weisstannental und Alte Post Familientag	Datum Leitung Treffpunkt Mitnehmen Rückreise Kosten Anmeldung	Sonntag, 27. Juni 2021 Kneippverein Sarganserland 08.15 Uhr Bahnhof Sargans, Fahrt mit Bus nach Schwendi / Wanderung zur Alten Post nach Weisstannen Picknick (Grillgut), Getränke, wetterfeste Kleidung ca. 16 oder 17 Uhr Alte Post Weisstannen nach Sargans Bahnhof Mitglieder Fr. 35.- / Gäste Fr. 45.- inkl. Führung und Gerstensuppe, exkl. Busbillet, Kind Mitglied gratis/Kind Gast Fr. 5.- exkl. Busbillet bis 17. Juni 2021 bei Andrea Cheridito, Tel. 079 291 72 76 oder sarganserland@kneipp.ch
August	Parc Ela Wasserweg und Kräuterwanderung	Datum Ort Leitung Treffpunkt Mitnehmen Rückreise Kosten Anmeldung	Sonntag, 22. August 2021 Alvaneu / Parc Ela Doris Kurath-Büchi, Kräuterfrau Bahnhof Sargans, 07.45 Uhr Picknick, Getränke, Wanderschuhe, wetterfeste Kleidung Ankunft in Sargans um ca. 17.30 Uhr Mitglieder Fr. 25.- / Gäste Fr. 35.- exkl. Bahn-/Busbillet Kind Mitglied gratis / Kind Gast Fr. 5.- exkl. Bahn-/Busbillet bis 12. August 2021 bei Andrea Cheridito, Tel. 079 291 72 76 oder sarganserland@kneipp.ch
September	Kneipp-Festtag	Datum Ort Leitung Anmeldung	Samstag, 18. September 2021 ETH Zürich, Rämistrasse 101, Zürich Programm gemäss Ausschreibung Schweizer Kneippverband bei Andrea Cheridito, Tel. 079 291 72 76 oder sarganserland@kneipp.ch
	Kastanienweg Wanderung	Datum / Zeit Ort Leitung Kosten Mitnehmen Anmeldung	Sonntag, 26. September 2021, 13.30 Uhr Dorfplatz Murg Josef Kühne, Förster, Präsident Verein Pro Kastanie Murg Mitglieder Fr. 45.-/Gäste Fr. 55.- exkl. Anreise, inkl. Zvieri im Kastanienhüttli Wanderschuhe, wetterfeste Kleidung bis 18. September 2021 bei Andrea Cheridito, Tel. 079 291 72 76 oder sarganserland@kneipp.ch
Oktober	Wickel und Kompressen Workshop	Datum / Zeit Ort Leitung Kosten Anmeldung	Montag, 25. Oktober 2021, 19.00 Uhr Kath. Pfarreiheim, Schiggstrasse 21, Wangs Beatrice Kalberer, Gesundheitsberaterin Kneipp-Hydrotherapie Mitglieder Fr. 25.- / Gäste Fr. 35.- bis 20. Oktober 2021 bei Beatrice Kalberer, Tel. 077 471 61 42 oder sarganserland@kneipp.ch
November	Salbenkochen für Einsteiger Workshop	Datum / Zeit Ort Leitung Kosten Anmeldung	Samstag, 13. November 2021, 08.00 bis 12.00 Uhr Feuerwehrdepot Pfäfers Nadja Kaufmann Mitglieder Fr. 75.- / Gäste Fr. 85.- bis 25. Oktober 2021 bei Andrea Cheridito, Tel. 079 291 72 76 oder sarganserland@kneipp.ch
Dezember	Weihnachts-Kräuterwerkstatt für Kinder	Datum/Zeit Ort Leitung Kosten Anmeldung	Mittwoch, 15. Dezember 2021, 14 Uhr Kath. Pfarreiheim, Schiggstrasse 21, 7323 Wangs Fabienne Walser-Bonderer, dipl. Kräuterfachfrau der Kräuterakademie Salez Mitglieder Fr. 10.- / Gäste Fr. 20.- plus Materialkosten bis 10. Dezember 2021 bei Andrea Cheridito, Tel. 079 291 72 76 oder sarganserland@kneipp.ch

Kinderspaziergänge bei jedem Wetter

Zwei Stunden lang streifen wir durch Wald und Feld und lernen die fünf Säulen der Kneipplehre kennen.

Immer dabei: Badetuch, Getränk und Zvieri
Zeit: 14.00–16.00 Uhr
Daten: 17. Februar / 21. April / 30. Juni / 11. August / 20. Oktober 2021
Treffpunkte: werden noch bekannt gegeben
Kosten: Fr. 5.- pro Kind ab 5 Jahren
Anmeldung: Andrea Cheridito, 079 291 72 76

KinderKneippen – wir lernen ein Kunststück

Am Abend eines Kinderspazierganges:
Ideen zu «Kneippen mit Kindern im Alltag»
Daten: 21. April / 20. Oktober 2021
Treffpunkte: werden noch bekannt gegeben
Kosten: Mitglieder Fr. 25.- / Gäste Fr. 35.-
Anmeldung: Andrea Cheridito, 079 291 72 76

Kneipp-Treff in Sargans

Daten: jeweils Mittwoch, 14. April / 5. Mai / 2. Juni / 7. Juli / 11. August / 8. September 2021
Ort: Kneipp-Kräutergarten auf der Splee
Zeit: 18.30 bis 19.30 Uhr
Mitnehmen: Kleines Handtuch, bequeme Kleidung
Infos: Beatrice Kalberer-Willi, Gesundheitsberaterin der Kneipp-Hydrotherapie
Tel. 077 471 61 42 (Mo–Fr, 18–19 Uhr) oder beatrice.kalberer25@gmail.com



Kneipp-Verein Sarganserland
Beatrice Kalberer-Willi, Sägereiweg 3, 7323 Wangs

077 471 61 42
sarganserland@kneipp.ch
www.kneipp.ch/kneippverein-sarganserland

**„B&O
DRUCK“**
schöner
drucken

Jahresbeitrag
Wichtiger Hinweis

Fr. 55.– inkl. 6 x jährlich Kneipp-Zeitschrift
Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Präsidentin
Vizepräsidentin
Kassierin/Mutationen
Aktuarin
Kräutergarten
Presse/Kommunikation

Beatrice Kalberer-Willi, Sägereiweg 3, 7323 Wangs
Andrea Cheridito, Alte Staatstrasse 33, 8877 Murg
Corina Bigger, Pradaschan 5, 7306 Fläsch
Monika Gubser, Markthallenstrasse 12, 7320 Sargans
Barbara Bärtsch-Müller, Föhrenweg 2, 8887 Mels
Claudia Schmid, Seestrasse 3a, 7310 Bad Ragaz

077 471 61 42
079 291 72 76
079 643 76 34
079 743 56 62
079 360 04 74
076 526 67 96

KRESSIG
DROGERIE
NATURHEILPRAXIS

Medikamente, Naturheilmittel, Kosmetik, Parfümerie

Kressig Drogerie AG und Naturheilpraxis
Bahnhofstrasse 5
7310 Bad Ragaz

Tel: 081 302 11 57
Fax: 081 330 72 33
E-Mail: kressig.drogerie@swidro.ch
www.kressig-drogerie.ch

Unkompliziert und nah:
Ihre Bank mit Mehrwert.

 **Bank Linth**

Heizungssanierung: Gas, Öl oder Wärmepumpen

Unsere massgeschneiderten Sanierungs-
lösungen garantieren Ihnen optimalen
Komfort, Wirtschaftlichkeit und Nachhaltigkeit.
elco.solutions/sanierung



Elcotherm AG, Sarganserstrasse 100
CH-7324 Vilters, www.elco.ch

elco heating solutions

DAS WASSER

LEBENSELIXIR &
KNEIPP-ELEMENT

Tauchen Sie ein in das reine
36.5° warme Thermalwasser. Nach
dem Baden fühlt sich Ihre Haut
weich und natürlich rein an. Zu-
dem trägt es zur Erholung bei,
lockert die Muskeln und stärkt die
Abwehrkräfte.

www.taminatherme.ch


TAMINA THERME
BAD RAGAZ



KLINIKEN VALENS

Ihre Partner für Rehabilitation
mit Weitblick.

Das Fundament unserer Arbeit sind bewährte Konzepte und Programme, wissen-
schaftlich begründet und kontinuierlich weiterentwickelt. Darauf baut unser Re-
habilitationsprozess auf – mit einer auf den einzelnen Patienten zugeschnittenen,
zielorientierten und persönlichen Therapie und Betreuung.
www.kliniken-valens.ch



kneipp
natürlich leben

Jahresprogramm 2021
Kneippverein Sarganserland

