

# „Köstliches und Heilendes aus unseren Wäldern!“



**Inhalt:** Der Wald – er ist in Mode gekommen: Waldbaden, Waldchatten...in Japan werden Waldspaziergänge sogar von Ärzten verschreiben! Und zu Recht: Heilendes, Gesundes und Schmackhaftes wächst in unseren Wäldern. Leider wissen wir kaum mehr etwas über Heilkräfte und Verwendung der Wald-Pflanzen und deren Verarbeitung. Bei diesem Wald-Spaziergang tanken wir Energie und entdecken gemeinsam köstliche und heilende Pflanzen nahe der Naturschule St. Gallen. Anschliessend bereiten wir gemeinsam aus den gesammelten Schätzen kleine Köstlichkeiten zu.

Der Kneipp-Verein St. Gallen freut sich auf eine rege Teilnahme! Elisabeth Scheiwiller wird diverse Produkte aus ihrer **KräuterWerkstatt** zum Verkauf anbieten.

**Kursleitung:** Elisabeth Scheiwiller  
Dipl. Kneipp-Gesundheitsberaterin SKV, Dipl. Kräuterefachfrau

**Datum:** **Samstag, den 24. Juni 2023**

**Zeit:** **13:30 bis ca. 17:00 Uhr**

**Treffpunkt:** Naturschule St. Gallen  
Spiltrücklistrasse 19a, 9011 St. Gallen-St. Georgen

**Kosten:** **Führung einschliesslich Broschüre & Material:**

Mitglieder	CHF 60.--
Gäste/Nichtmitglieder	CHF 70.--

**Anmeldung:** **Bis spätestens Montag, 22. Mai 2023 bei:**  
Elisabeth Scheiwiller, Dietrütistrasse 11, 9525 Lenggenwil  
Tel. 076 531 54 52, Mail: [eli.scheiwiller@gmail.com](mailto:eli.scheiwiller@gmail.com)

**Mitbringen:** Schreibmaterial für Notizen, wetterangepasste Kleidung, leichtes Wanderschuhwerk. Allfällig für Zeckenschutz sorgen.  
**Der Anlass findet nicht bei Dauerregen und Gewitter statt.**

**Weiteres:** Versicherung ist Sache der Kursteilnehmer. **Die Naturschule darf nicht mit Schuhen betreten werden.** Hausschuhe, sind erlaubt.