

## Kräuterwanderung: Heilkräuter am Wegesrand

Lerne verschiedene Heilkräuter sowie deren Wirkung und Verwendung kennen

**Montag, 21. April 2025 (Ostermontag)**

mit  
Deborah Weber,  
dipl. Naturheil-  
praktikerin



Zeitbedarf ca. 3 ¼ Std.



4-5 km, rund um Domat/Ems

Kondition



Schwierigkeit

leicht

### Heil-Kräuterwanderung rund um Domat/Ems

Auch rund um Domat/Ems wachsen viele heilkräftige Pflanzen - nur erkennen muss man sie! Oft gehen wir achtlos an gesundheitsfördernden Wildkräutern vorbei, dabei sind sie natürliche Hausmittel, beruhigende Begleiter für die Seele und bewährte Soforthelfer bei Outdoor-Aktivitäten. Auf dieser gemütlichen Wanderung lernst du Heilkräuter kennen, die am Wegrand wachsen. Du hörst viel Interessantes, aber auch Lustiges und Überraschendes über die teilweise so unscheinbaren Pflanzen und erfährst, wie sie angewendet und weiterverarbeitet werden können.

Da wir uns auf dieser Wanderung fast ausschliesslich den Heilkräutern widmen, werden wir von einer Fachfrau auf diesem Gebiet begleitet, nämlich von der dipl. Naturheilpraktikerin Deborah Weber, welche in Domat/Ems praktiziert ([www.sanguino.ch](http://www.sanguino.ch)).

Im Preis inbegriffen: Instruktion/Betreuung durch Fachpersonen, Infomaterial, gesunder Kräutersnack

<b>Anmeldung</b>	bis Donnerstag, 17. April 2025 über • <a href="mailto:mail@sandra-casutt.ch">mail@sandra-casutt.ch</a> • 079 247 14 15 • <a href="http://www.fraubünden.ch">www.fraubünden.ch</a>
<b>Treffpunkt</b>	12:15 Uhr Domat/Ems, Bahnhof
<b>Ende</b>	ca. 16:00 Uhr Domat/Ems, Bahnhof
<b>Ausrüstung</b>	bequeme Schuhe, der Witterung und Jahreszeit angepasste Kleidung
<b>Verpflegung</b>	bei Bedarf selber mitnehmen, Getränk empfohlen
<b>Anforderungen</b>	Ausdauer für 4 - 5 km gemütliches Gehen, wir bewegen uns rund um Domat/Ems
<b>Kosten</b>	CHF 75.00 / Person AHV-Bezüger:innen: CHF 67.00
<b>Versicherung</b>	ist Sache der Teilnehmenden