

• **5 TAG DER LANDSCHAFTSMEDIZIN MIT WILDEM ZMORGE**

Die Gruppe „Landschaftsmedizin“ des Jurapark Aargau ist zu Gast im Arzneipflanzengarten von Silvia Senn in Zeiningen. Es erwartet die Besucher ein reichhaltiger Brunch mit vielen Kräutern und Produkten aus dem Jurapark. Pflanzengeschichten hängen in den Bäumen, es finden Führungen durch den Arzneipflanzengarten und die Umgebung statt. Es wird mit Ton gearbeitet und im Bach fachkundig gekneippt. Ein Marktstand bietet Lebensmittel, Säfte und Wohlfühlprodukte aus der Region an. Seien Sie herzlich willkommen.

Akteure: Silvia Senn (Arzneipflanzengarten), Madelaine Balmer, Maya Stürmer und Yolanda Hug (Pflanzenkundige), Carmen Pfrunder (Pfrunder-Wildfarm), Viktor Condrau (Eriwies), Kneipp-Verein, Sonja Wunderlin (Naturärztin)

So, 23. Juli 2017, 10.00 bis 14.00 Uhr | Arzneipflanzengarten Zeiningen, Im Gässli 1 | Brunch: Erwachsene: 27.-, Kinder 12.- inkl. Führungen und Workshops | **Anmelden bis 22.07.17 an** Silvia Senn, 061 851 17 72, arzneipflanzengarten-zeiningen@bluewin.ch

• **6 TIROL**

Pflanzenwandern in fremden Ländern

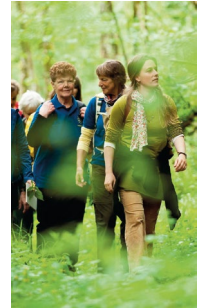
Zweitägige wilde Pflanzenwanderung im Tiroler Gurgltal, ganz in der Nähe der Fundstelle des „Ötzi“. Das wunderschöne Tal mit zahlreichen Mooren, Feuchtwiesen und Sumpfbereichen zeichnet sich durch grosse Artenvielfalt aus. Es zählt zu den ökologisch vielfältigsten und wertvollsten Alpentälern Westösterreichs, man findet hier zahlreiche botanische Raritäten und über 30 Orchideenarten. Der klare Gurglbach mäandriert durchs Tal und erfrischt die müden Beine.

Wir sind zu Gast in der „Knappewelt Gurgltal“, schlafen dort im Stroh und geniessen eine Führung durch die Ausstellung zur mysteriösen „Heilerin vom Gurgltal“.

Mitnehmen: Badzeug, Schlafsack, Picknick für den Tag, Getränke, Notizmaterial

Sa, 29. Juli - Sonntag 30. Juli 2017 | Sa: Laufenburg ab 07.21 / Zürich HB ab 8.40 Uhr | **So:** Laufenburg an 22.36 Uhr

Kosten: 190.- pro Person, Zugbillette besorgt jeder individuell.



• **7 UNKRAUT HEILKRAUT WILDGEMÜSE**

mit dem Kneipp-Verein

Unter ihrem Blick verwandelt sich vermeintliches Unkraut in Heilkraut und Wildgemüse; Wildpflanzen werden sinnlich erlebbar. Die Landschaft wird zur Apotheke, zur Delikatesse. Anschliessend Degustation verschiedener Pflanzenwasser in den Räumlichkeiten der Praxis am Laufenplatz.

Di, 19. September 2017, 15.00 - 18.30 Uhr | Treffpunkt: Laufenburg, Praxis am Laufenplatz 148 | **Kosten:** Erwachsene 50.-, Kinder 25.-

Anmeldung: Anni Amsler, Tel. 062 871 02 14 oder anni.amsler@gmx.ch

Unkraut . Heilkraut . Wegbegleiter



Sonja Wunderlin

Naturärztin

PFLANZENWANDERUNGEN SEIT 2008

Die Laufenburger Naturärztin Sonja Wunderlin nimmt mit in die Welt der wild wachsenden Pflanzen: Unter ihrem Blick verwandelt sich Unkraut in Heilkraut und Wildgemüse; Wildpflanzen werden sinnlich erlebbar: Die Landschaft wird zur Apotheke, zur Delikatesse. Draussen wird gestaunt, es entsteht Resonanz und Gesundheit. Das ist „Landschaftsmedizin“.

Anmeldungen an: Sonja Wunderlin, Naturärztin, Tel. 062 892 17 54, praxis@sonjawunderlin.ch

Das Programm in digitaler Form und laufend weitere Informationen finden Sie unter: www.sonjawunderlin.ch

Praxistermine: Praxis am Laufenplatz, Laufenplatz 148, 5080 Laufenburg, Tel. 062 874 00 16

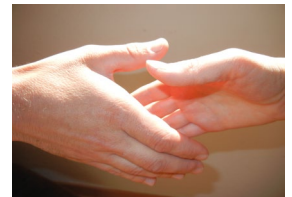
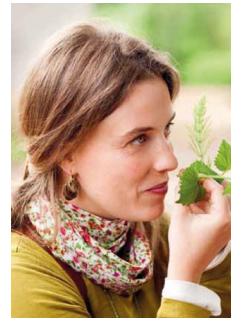
OFFENE SPRECHSTUNDE NATURHEILKUNDE

Jeweils am **ersten Mittwoch im Monat von 10.00 - 12.00 Uhr** nehme ich mir Zeit für Sie und Fragen und Anliegen rund um Krankheit und Gesundheit. Sie können unangemeldet vorbeikommen oder mich telefonisch erreichen. Kontaktieren Sie mich unter **Tel. 062 874 00 16**.

Ich freue mich Sie kennen zu lernen. **4. Januar, 1. Februar, 1. März, 5. April, 3. Mai, 7. Juni, 5. Juli, 2. August, 6. September, 4. Oktober, 1. November, 6. Dezember**

IHR PERSÖNLICHER PFLANZENRUNDGANG / PFLANZENWANDERUNGEN FÜR PRIVATE, VEREINE UND SCHULKLASSEN

Wollen Sie schon lange wissen, was in Ihrem Garten, vor Ihrem Haus, in Ihrer Umgebung eigentlich alles essbar ist? Wollen Sie ein Pflanzen-Erlebnis für ihren Verein, Ihre persönlichen Gäste oder ihre Klasse buchen? Möchten Sie einen Gutschein verschenken? Gerne führe ich durch mir bekanntes und unbekanntes Gebiet.



• 1 UNKRAUT HEILKRAUT WILDGEMÜSE

Freizeitwerkstatt Aarau

Wir streifen der Aare entlang, bestimmen und kosten verschiedene essbare Wildpflanzen. Was ist wirklich essbar und wie wird es zubereitet? Am Wasser sitzend geniessen wir einen kleinen Imbiss. Ab 14 Jahren.

Di, 02. Mai 2017, 16.00 – 19.30 Uhr | **Treffpunkt:** Aarau Kettenbrücke, Stadtseite

Anmeldung direkt bei: Freizeitwerkstatt Aarau, info@freizeitwerkstatt-aarau.ch, Tel: 062 824 21 60

• 2 ICH HAB DIE NATUR ZUM FRESSEN GERN

für Kinder 8 – 14 Jahre

In Zusammenarbeit mit dem „forum für zeitgemässe ernährung Basel“

Weisst du, was du draussen in der Natur alles essen kannst? Viele Kräuter und Blumen schmecken ganz überraschend: süss, sauer, chützelig, aromatisch, pelzig... Du musst sie nur gut kennen, damit du sie unterscheiden kannst von den weniger schmackhaften und giftigen Kräutern. Komm mit uns in die sagenumwobene Gegend rund um die Burg Rotberg und halte Ausschau nach Essblüten und Esskräutern des Frühlings. Lerne die Basis des Kochens kennen: Mit Feuerstein und Feuerisen Funken zu schlagen, diese mit angesengtem Tuch aufzufangen und so selber Feuer zu machen. Wir schneiden und zupfen Blüten und brauen uns auf dem selber geschlagenen Feuer ein wildes Znacht.

So, 21. Mai 2017, 10.15 Uhr – 18.00 Uhr | **Treffpunkt:** Basel Bahnhof SBB, Treffpunkt, 10.15 Uhr

Kosten: 90.- (80.- Mitglieder) | **Anmeldung:** info@forum-ernaehrung.ch

• 3 DIE LANDSCHAFT VERSPEISEN

Eine Wanderung durch die essbare Landschaft

Ein Grossteil der wild wachsenden Pflanzen ist essbar und wurde von unseren Vorfahren rege genutzt. Jedes Kraut schmeckt anders und bereichert unsere Nahrung mit Anmut, Geschmack und Heilkraft. Über die Schönheit und Geschmacksvielfalt der wilden Grünen. Der praktische Kurs verteilt sich über drei Jahreszeiten, so ist es möglich, alle Entwicklungsstadien zu erleben. Im letzten Kurs der vierteiligen Serie „Die Landschaft verspeisen“ kommen die theoretischen Grundlagen zum Erlebten für ein umfassenderes Verständnis der Wildpflanzen dazu. Die antike Signaturenlehre, die Geschmacksqualitäten und ihre Bedeutung in der Heilkunst werden aufgezeigt.

1: Mi, 31. Mai 2017, 14.30 – 18.30 Uhr | **Treffpunkt:** Laufenburg Schweiz, Bahnhof, Kiosk

2: Mi, 28. Juni 2017, 14.30 - 18.30 Uhr | **Treffpunkt:** Linner Linde (Bushaltestelle Bözberg, Linn)

3: Mi, 20. September 2017, 14.30 – 18.30 Uhr | **Treffpunkt:** Wittnau, Volg

4: Mi, 18. Oktober 2017, 18.00 - 20.30 Uhr Theorieabend | **Treffpunkt:** Praxis am Laufenplatz 148, Laufenburg

Kosten: Erwachsene je 50.-, Kinder 25.- mit Rezepten und kleiner wilder Degustation. Vierteiliger Kurs, auch einzeln buchbar (Frühbucher-Rabatt für alle 4 Kurse: 180.-)



• 4 STÄRKE, ABWEHR, LEIDENSCHAFT

Heilpflanzen auf dem Eisenweg

Pflanzenwanderung um Herznach auf den Spuren eines unserer wichtigsten Metalle: Eisen als Initiator einer neuen Zeit, Eisen als Farbstoff, Atmungsmetall, Heilmittel oder Gift. Wir streifen ehemalige Eisenerzabbauorte, besuchen die Ausstellung „Bergwerk, Geologie und Ammoniten“ und nehmen die verschiedenen Zusammenhänge zwischen Pflanze und Eisen unter die Lupe. Über Stärke, Abwehr und Leidenschaft. Zusammen geniessen wir einen kräftigenden Eisen-Drink.

Sonntag, 2. Juli 2017, 13.30 bis ca. 17.30 Uhr | **Treffpunkt:** Herznach, Postautahaltestelle „Post“

Kosten: 55.- pro Person, Kinder 15.- incl. Führung

