

## KURSE

# Wissenswertes über Heilpflanzen und ihre Anwendungen erfahren

Interlaken - 15. bis 18. Mai 2019

Nach der lebhaften Begrüssung machten wir uns auf den Weg zu einer Überraschung im Café Schuh, wo uns Susanne und Margrit mit einer speziellen heissen Schoggi und zwei Mini-Patisserie überraschten. Schnell waren wir ins Gespräch vertieft, bevor wir uns auf dem Heimweg ins Artos begaben. Nach dem Frühstück am Donnerstag besammelten wir uns draussen. Es war sehr frisch, so dass wir ein Sonnenplätzli suchten. Olga Huber vom Zentralsekretariat verbrachte einen Teil des Tages mit uns und dem Spezialisten Hr. Roggen, Drogist. Zusammen mit ihm gingen wir auf Kräuter- und Pflanzensuche.

Diese Kräuter und Pflanzen verarbeiteten wir am Nachmittag zu einer Wundsalbe.



Am Freitag mischten wir am Vormittag unseren eigenen Tee. Sonja, die Schwester des Drogisten, gab uns viele Informationen zu ihren Teemischungen. Um einige zu erwähnen z.B. durstlöschend: Hagebutten, Melissenblätter, Lindenblüten, Hibiskusblüten, Pfefferminzblätter, und Zimt. Oder wärmend: Zimt, Ingwer, Kardamom, Orangenschalen.

Am Nachmittag hörten wir viel Wissenswertes in Theorie und Praxis. Wir legten uns gegenseitig diverse Wickel an und lachten viel, weil wir so lustig aussahen. Zitronen-Halswickel gegen Halsweh, Kabiswickel gegen Schmerzen. Zwiebelwickel gegen Ohrenscherzen.

Am Samstag diskutierten wir über ein allfälliges neues Thema fürs nächste Jahr. Die Stimmung war fröhlich und positiv und wir alle hoffen, uns im nächsten Jahr wieder im Artos zu treffen. Unser Dank geht an Susanne und Margrit.

◇ Erika Gehrig, Teilnehmerin