



## Wildkräuter sammeln und kochen



## Frühlingserwachen an der „Riviera Ost“/ Betlis SG

Ostertage So./Mo.

17.+18.April 2022

**Inhalt:** Wir tauchen ein in die Achtsamkeitspraxis und lassen uns beschenken von der Fülle der Natur.

Mit allen Sinnen lernen wir einige Pflanzen kennen und verarbeiten sie zu unvergesslichen Gerichten. Gemeinsam entspannen und geniessen.

**Kursdaten:** Sonntag, 17.4. 10.15h bis Montag, 15.30h

**Kosten:** Mit Bett- und Frottéewäsche, inkl. Kursgebühr und Vollpension CHF 255.-  
Eigene Bettwäsche und Handtücher, inkl. Kursgebühr und Vollp. CHF 235.-



**Mitnehmen:**

Wetterangepasste Kleidung, Thermoskrug und kleiner Rucksack für unterwegs. Die Verpflegung beinhaltet Vollpension und ist vegetarisch. Bei Unverträglichkeiten bitte um Vermerk.

### **Verbindliche Anmeldung**

per e-Mail an: [nicole.wald.leben@gmail.com](mailto:nicole.wald.leben@gmail.com)  
Anmeldeschluss: 1. April 2022, max 8 TeilnehmerInnen

**Besondere Bestimmungen:** Wir halten uns an die vom BAG vorgeschriebenen Coronaregelungen. TeilnehmerInnen ab 15J.  
Geländegängig. Für die Stornierung gelten die AGB's, welche bei der Anmeldebestätigung versendet werden.  
Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen