



Naturbegegnungen im Raum Bern

Dieses Programm ist eine Kooperation vier Heilpflanzenorganisationen aus dem Raum Bern. Unser Ziel ist, einen Einblick in das vielfältige Angebot der Berner Pflanzenwelt vorzustellen.

Mit einem 4-er Abo kannst du deine Veranstaltungen frei aus untenstehendem Programm auswählen. Die Anmeldungen erfolgen direkt über die jeweilige Website.

Das 4-er Abo kann übrigens auch auf weitere Personen übertragen werden. Zum Beispiel um einen Freund einzuladen.

Bestellung unter www.pflanzenlabor.ch/gutscheine

Wald und Wiese - Heilpflanzenkurse mit Werkstatt

www.ulriketoma.ch

Heilpflanzenatelier von Ulrike Toma

Wir treffen uns einmal im Monat in kraftvoller Runde, dabei nehmen wir eine Heilpflanze genauer unter die Lupe.

Du stärkst deine Naturverbundenheit & lernst bei jedem Treffen Interessantes über eine Heilpflanze. Du kannst deine Wahrnehmung schulen bei einer Meditation oder kreativen Tätigkeit, oder gerade vor Ort etwas Kulinarisches, Pflegendes oder Heilsames aus der Pflanze herstellen. Du fühlst dich willkommen und aufgehoben in einem bestehenden Kreis interessierter Heilpflanzenfreunde. Es bleibt bei jedem Treffen Zeit für einen fruchtbaren Austausch.

Baum Begegnungen

www.sproutsplanet.ch

Sprouts of the Planet von Franziska Oswald

Besondere Bäume im Weissensteinquartier kennenlernen und Baumgedichten und -geschichten lauschen.

In unseren Quartieren leben zum Teil sehr alte, besondere Bäume. Sie tragen viel zu unserem Leben und dem von unzähligen Tieren und Pflanzen bei. Zudem ist die Geschichte unserer Lebensorte in ihnen lebendig. In einem Spaziergang im Weissensteinquartier begegnen wir unterschiedlichen Bäumen, verbringen einen Moment ihnen und hören Geschichten, botanische Informationen und Gedichte, die uns diese grossen Wesen näherbringen. Auch ist es eine Möglichkeit ihnen, die mitten in der Stadt, in nicht einfachen Verhältnissen wachsen, unsere Aufmerksamkeit zu schenken.

Wildkräuterspaziergänge

www.essbarundachtsam.ch

essbar & achtsam von Julia Bäuerlein, Sabrina Gruhne, Danielle Kummer und Erika Leuenberger

Du interessierst dich schon eine Weile für Wildkräuter, bist dir aber nicht sicher, was du zwischen all den vielen Pflanzen da draussen wirklich essen kannst?

Dann komm mit auf einen unserer Wildkräuterspaziergänge in Bern. Du wirst erstaunt sein, wieviele essbare und für Dich nutzbare Wildpflanzen bereits direkt vor Deiner Haustür auf deine Entdeckung warten. Julia zeigt Dir, wie Du sie erkennst, achtsam sammelst und einfach und entspannt in Deinen Alltag und Deine Ernährung einbauen kannst. Ausserdem gibt sie Dir all ihre persönlichen Erfahrungen und jede Menge wertvolle Tipps mit auf den Weg! Dieser Kurs findet bei jedem Wetter statt.

Pflanzen-spaziergänge

www.pflanzenlabor.ch

Pflanzenlabor von Giovina Nicolai

An diesen Spaziergängen entdecken wir die Pflanzen, welche urban und naturnah - vor der Haustür - wachsen.

*Gemeinsam entdecken wir die vielfältige Umgebung im Wechsel der Jahreszeit. Ziel ist, die Pflanzen möglichst ganzheitlich zu betrachten – botanisch, mythologisch, geschichtlich, heilkundlich und alle weiteren Themen, in welche die jeweilige Pflanze ihre Wurzeln steckt. An jedem Spaziergang wird eine visuelle Artenliste erstellt, mit den angetroffenen Pflanzen. In digitaler Form wird diese den Kursteilnehmer*innen nach dem Spaziergang zugesendet.*

Programm Übersicht | Januar bis Juni 2023

Angebot	Organisation	Tag	Datum	Zeit
Pflanzenspaziergang – auf dem Gurten	Pflanzenlabor	Sonntag	15. Januar 2023	9:00 – 11:00
Wald und Wiese - Heilpflanzenkurs mit Werkstatt	Heilpflanzen Atelier	Montag	16. Januar 2023	17:00 – 19:00
Pflanzenspaziergang – in der Länggasse	Pflanzenlabor	Sonntag	5. Februar 2023	9:00 – 11:00
Wald und Wiese – Heilpflanzenkurs mit Werkstatt	Heilpflanzen Atelier	Mittwoch	15. Februar 2023	17:00 – 19:00
Pflanzenspaziergang – im Könizbergwald	Pflanzenlabor	Dienstag	7. März 2023	18:00 – 20:00
Wald und Wiese – Heilpflanzenkurs mit Werkstatt	Heilpflanzen Atelier	Donnerstag	23. März 2023	17:30 – 19:30
Wildkräuterspaziergang – Detox mit Wildkräutern	essbar & achtsam	Samstag	1. April 2023	14:00 – 16:00
Pflanzenspaziergang – im Reichenbachwald (essbare Wildpflanzen)	Pflanzenlabor	Dienstag	4. April 2023	18:00 – 20:00
Wald und Wiese – Heilpflanzenkurs mit Werkstatt	Heilpflanzen Atelier	Mittwoch	25. April 2023	18:00 – 20:00
Pflanzenspaziergang – im Lörmoos (Moor- und fleischfressende Pflanzen)	Pflanzenlabor	Dienstag	2. Mai 2023	18:00 – 20:00
Wald und Wiese – Heilpflanzenkurs mit Werkstatt	Heilpflanzen Atelier	Freitag	12. Mai 2023	18:00 – 20:00
Wildkräuterspaziergang – Baummedizin	essbar & achtsam	Samstag	27. Mai 2023	14:00 – 16:00
Pflanzenspaziergang – im Rosengarten und Aargauerstalden	Pflanzenlabor	Dienstag	6. Juni 2023	18:00 – 20:00
Wildkräuterspaziergang – Feierabendspaziergang	essbar & achtsam	Mittwoch	7. Juni 2023	17:30 – 19:30
Besondere Bäume im Weissensteinquartier - Informationen und Poesie	Sprouts for the Planet	Samstag	17. Juni 2023	14:00 – 16:00
Wald und Wiese – Heilpflanzenkurs mit Werkstatt	Heilpflanzen Atelier	Mittwoch	21. Juni 2023	18:00 – 20:00
Besondere Bäumen im Weissensteinquartier - Informationen und Poesie	Sprouts for the Planet	Samstag	24. Juni 2023	14:00 – 16:00

Wir freuen uns, dich bei unseren Kursen begrüßen zu dürfen & gemeinsam mit dir die Faszination der Natur zu erfahren.