

**Aufgrund der  
grossen Nachfrage  
2. Rundgang**

Wildkräuter-Rundgang auf dem Sonnenberg  
**Samstag, 21. September 2019**



### **Auf den Spuren der geheimnisvollen Kräuterfrau...**

Essbare Wildkräuter findet man überall. Natürlich auch auf dem Sonnenberg. Unter kundiger Leitung der Krienserin Sabine Birnstiel „strielen“ wir auf dem Sonnenberg umher und finden auf unserem Spaziergang durch Feld, Wiesen und Wald zahlreiche essbare Wildkräuter. Sie ist ausgebildete Ernährungsberaterin und Spezialistin für Heil- und Wildkräuter. Sabine verwöhnt uns auf der Chrützhöchi mit einer hausgemachten saisonalen Kräuterbowle und leckeren Häppchen aus Wildkräutern, dekoriert mit gesammelten Blüten und Blättern.

**Themen:**



Welche Wildkräuter finden wir auf den Wiesen und am Waldrand des Sonnenberges?

Wieso essen wir überhaupt Wildkräuter?

Wie verwertet man Wildkräuter?

**Für wen:** Naturinteressierte jeden Alters, Familien, Kinder und Sonnenbergfans

**Wann:** Samstag, 21. September 2019 (Der Rundgang findet grundsätzlich bei jeder Witterung statt. In Zweifelsfällen gibt die [www.prosonnenberg.ch](http://www.prosonnenberg.ch) Auskunft über die Durchführung.)

**Treffpunkt:** 13.30 beim Schulhaus Gabeldingen

**Dauer:** ca. 2½ Stunden

**Ausrüstung:** gutes Schuhwerk, der Witterung angepasste Kleidung und ein Kräutersäckli zum füllen

**Kosten:** werden durch den Pro Sonnenberg übernommen

**Anmeldung:** bis 19. Mai 2019 an Kathrin Graber, Präsidentin  
[info@prosonnenberg.ch](mailto:info@prosonnenberg.ch) (Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.)