

## Fortbildungs-Programm der Walgau- Wiesen-Wunder-Welt

In den beiden nächsten Exkursionen widmet sich die WWWW dem Thema Heilkräuter, das in den letzten Jahren auf außerordentliches Interesse gestoßen ist. Gerade junge Familien wollen ihren Kindern wieder einen natürlichen Weg zu einem gesunden Leben weisen, sei es durch entsprechende Ernährung, durch naturnahe Heilmittel oder durch einen gesundheitsfördernden Lebensstil. Diese Heilkräuter-Exkursionen bieten für jede Altersstufe nützliche Anregungen.



**Kontakt:**  
Günter Stadler, Auf Kasal 8a, 6820 Frastanz  
guenter\_stadler@a1.net, Tel: 0650-2212448

### Die Heilpflanzen der Moore

Eine Wanderung durch das Satteinser Ried. Satteins, am **Samstag, dem 24.5.2014** um 9 Uhr.  
**Treffpunkt:** Neue Mittelschule  
**Referent:** Apotheker Mag. Günter Stadler



Die Lebensbedingungen in einem Moor sind für Tiere und Pflanzen eine ordentliche Herausforderung. Sie müssen sich an Mangelbedingungen anpassen, die bei echten Hochmooren sogar bis zum fehlenden Kontakt mit dem Grundwasser reichen. Umso erstaunlicher ist es, dass in manchen Mooren eine ganze Reihe von Heilpflanzen dies geschafft hat, wie z.B. die verschiedenen Sonnentauarten, das Salep-Knabenkraut oder der wunderbar weiß blühende Fieberklee mit seinen dreigelappten Blättern. Dass fast alle Moore der Tallagen in Vorarlberg geschützt sind und sich deshalb nicht zum eigenen Sammeln von Kräutern eignen, soll dabei nicht unerwähnt bleiben.  
**Dauer:** ca. 2 Stunden, die Teilnahme ist kostenlos

### Kommentar



*Das Satteinser Ried ist im Streuwiesenbiotopinventar der Gemeinde Satteins und für die Bevölkerung ein wichtiges Naherholungsgebiet. Je nach Jahreszeit zeigt das Gebiet Ihr eigenes Gesicht. So blühen im Frühling die Schwertlilien und im Herbst bezaubern uns die blühenden Herbstzeitlosen.*

*In diesem Gebiet befinden sich zahlreiche, vom Aussterben bedrohte Pflanzen, wie z.B. die Sumpfgladiole oder der Lungen-Enzian. Es ist unsere Aufgabe, die Schönheit dieses Gebietes für die nächsten Generationen zu erhalten, damit sich unsere Kinder und Enkelkinder auch noch an diesem Juwel erfreuen können.*

*Bgm. Anton Metzler, Satteins*

### Heilpflanzen

Gesundheit aus der Natur  
Eine Wanderung mit Apotheker Mag. Charly Worsch Bludesch, am **Donnerstag, dem 5. Juni 2014** um 14 Uhr.  
**Treffpunkt:** Bludesch, Kirchenlinde



Kräuterkundliche Exkursion durch die ortsnahen Wiesen und Felder in Bludesch mit Erklärungen über die Wirkungen und Nebenwirkungen der einheimischen Heilkräuter. Auch die Verwechslungsmöglichkeiten mit anderen Pflanzen werden angesprochen. Die konkreten Anwendungsempfehlungen in der Phytotherapie (Heilkräutertherapie) bzw. in der Homöopathie lassen einen unmittelbaren Nutzen für die Teilnehmer zu.  
**Dauer** ca. 2 Stunden, die Teilnahme ist kostenlos



**Vogelkundliche Exkursion mit Ruth Neyer am vergangenen Samstag.**

### Empfehlung der WWWW:

Die Gemeinde Ludesch lädt im Rahmen des Projekts Naturvielfalt in de Gemeinde am **Freitag, dem 23.5.** um 17 Uhr zu einer Wanderung mit Mag. Andreas Beiser ins Flachmoor des Weißensteinriedle und zu den Tuffquellen bei St. Martin herzlich ein.  
**Treffpunkt:** Gemeindezentrum Ludesch