

Seminar für Integrative Phytotherapie
Pressemitteilung vom 28.04.2007 20:53:41

Heilkräuter und Alpenblumen kennen lernen im Valsertal

Kaum bekannt: Die Wiesen und Weiden im Valsertal sind einzigartig in ihrer Blumenvielfalt. Ein optimaler Ort für Wanderungen zum Entdecken der Heilkräuter und Alpenblumen. Der Winterthurer Martin Koradi zeigt interessierten Gästen jeden Sommer die attraktivsten Landschaften und Pflanzen in dieser faszinierenden Bergwelt.

Sonnentau (*Drosera rotundifolia*) - die winzig kleine, aber wunderschöne, insektenfressende Heilpflanze - im Valsertal ist sie zu finden. Isländisch Moos (*Cetraria islandica*) - im Norden eine wichtige Nahrung der Rentiere - wächst auch in den Alpen. Wir entdecken diese Bodenflechte in Vals knapp oberhalb der Baumgrenze. Sonnentau und Isländisch Moos sind beides bewährte Hustenpflanzen. Auf den Blumenwiesen des Valsertales finden wir viele weitere Heilkräuter wie Arnika (*Arnica montana*), Augentrost (*Euphrasia montana*), Bärentraube (*Arctostaphylos uva-ursi*) oder Thymian (*Thymus serpyllum*). Der Exkursionsleiter erklärt Wirkungen, Erkennungsmerkmale, Lebensweise und geschichtliche Bedeutung der Heilkräuter und Alpenblumen. Im Valsertal wachsen aber auch zahlreiche botanische Kostbarkeiten, zum Beispiel viele Orchideenarten oder Haller's Teufelskralle (*Phyteuma halleri*), die mit ihren schwarz-violetten Blüten die Wiesen verzaubert. Und mit etwas Glück können wir Adler im Flug beobachten, die hier zuhause sind.

Neben all den eindrücklichen Naturerlebnissen kommen aber auch kulturelle Aspekte nicht zu kurz: Im Peilital besuchen wir den grossen Schalenstein (Menhir), vermutlich eine prähistorische Kultstätte. Nach den Wanderungen lockt die architektonisch spezielle Felsentherme zu einem Badegang. Und die Gasthäuser verwöhnen uns mit den berühmten Spezialitäten aus Graubünden - beispielsweise Capuns oder Pizockel.

Auf www.phytotherapie-seminare.ch finden Sie im Kurskalender weitere Informationen zu den Heilkräuter- und Alpenblumenkursen im Valsertal und in der Bildergalerie Fotos von Landschaften und Pflanzenwelt dieser ganz besonderen Gegend.

Seminar für Integrative Phytotherapie
Martin Koradi
Loorstrasse 16
Winterthur
Tel: 052 202 20 29
www.phytotherapie-seminare.ch