

Die Natur in uns hineinholen

Exkursionen 2026



Was?

Beim bewussten, langsamen Gehen werden die Naturschätze mit allen Sinnen wahrgenommen. Mit einem ruhigen Blick wird die Flora begrüsst und beobachtet. Mit dem regelmässigen Atem werden die Gerüche in uns hineingeholt. Mit dem sanften Berühren wird die Kommunikation mit der Natur respektvoll möglich. Mit Achtsamkeit wird das Sammelgut geerntet und mit einer grossen Prise Liebe zubereitet. Schlussendlich werden die Heil- und Nährwirkungen nach ganz persönlichem Empfinden registriert. Vielleicht hören wir dann die Botschaften der Natur an uns Menschen einfach klarer.

Wer?

Die Exkursionen sind einfach begehbar, manchmal beinhalten sie leichte Aufstiege. Deshalb ist es empfehlenswert gesund zu sein und 3 bis 4 Stunden mit einem Rucksack gehen zu können. Sie finden auch beim Regen statt. Programmänderungen sind bei unsicherem Wetter vorbehalten.

Wann und wohin?

- 25. April 2026: Entlang der Lorze im Kanton Zug
- 30. Mai 2026: Im Naturerlebnispark Sihlwald im Kanton Zürich
- 20. Juni 2026: Zum Moorgebiet Schwantenu im Kanton Schwyz
- 22. August 2026: Zum Sonderwaldreservat Vogelmoos im Kanton Luzern
- 12. September 2026: Zum Barfussweg in Hornussen im Kanton Aargau

Wie?

In der Fusszeile stehen meine Kontaktmöglichkeiten. Ich freue mich total auf Ihre Anmeldung, bei welcher alle Detailinformationen über die jeweilige Exkursion an Sie persönlich mitgeteilt werden.

Ich bitte Sie Folgendes zu beachten:

- Die Anmeldefrist ist jeweils zwei Wochen vor Durchführung und ist verbindlich.
- Die Exkursionen finden ab 2 Teilnehmer zwischen ca. 10.00 und 17.00 Uhr statt.
- Es können alle oder einzelne Exkursionen gebucht werden.
- Preis: Fr. 90.00 pro Exkursion im Voraus per Banküberweisung oder bar zu Beginn der Exkursion.
- Es werden nach Möglichkeit Fahrgemeinschaften ab Berikon/AG zu den Naturschätzen gebildet. Selbstverständlich können die Orte auch mit dem ÖV erreicht werden.
- Versicherung ist Sache der Teilnehmer.
- Es können keine Hunde mitgenommen werden, um sich ganz darauf zu konzentrieren, die Natur in uns hinein zu holen und zu spüren.

Weiter?

Es besteht die Möglichkeit, weitere Exkursionen nach individuellen Vorstellungen für Privatgruppen durchzuführen. Ich freue mich auf Ihre Kontaktnahme!

Joëlle Desaulles
Naturheilpraktikerin TEN mit eidg. Diplom
Moosstrasse 1
8965 Berikon

076 322 60 97
info@naturheilpraxis-verbena.ch
naturheilpraxis-verbena.ch