

**040 Spitzwegerich – ein wahrer Alleskönner**

|                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Ziel</b>           | Sie lernen den Spitzwegerich und seinen «Bruder» den Breitwegerich kennen.<br>Sie wissen, wie Sie Wegerich als Heilmittel und in der Küche nutzen können.<br>Sie stellen einen Spitzwegerichstift gegen kleine Verletzungen und Insektenstiche und ein Hustenmittel aus Spitzwegerich her.   |
| <b>Inhalt</b>         | Der Spitzwegerich ist eine wahre Wunderpflanze! Er lindert Schmerz, Husten und Juckreiz, wirkt blutstillend und wundheilend. Er ist kinderleicht zu bestimmen und fast überall zu finden. Dazu lässt er sich erst noch zu schmackhaften Gerichten verarbeiten. Wir lernen Spitz- und Breitwegerich kennen, sammeln draussen und stellen eine Salbe gegen Insektenstiche und ein Hustenmittel her. Es gibt eine kleine Kostprobe davon, wie man den Spitzwegerich in der Küche nutzen kann. |
| <b>Dauer/Zeit</b>     | Freitag, 27.03.2026, 16.00 – ca. 19.00 Uhr   |
| <b>Gruppengrösse</b>  | 6 bis 12 Personen  |
| <b>Kursleitung</b>    | Regula Stillhart, Heilpflanzenfachfrau TEN, Wanderleiterin SAC<br><a href="http://www.taraxxacum.ch">www.taraxxacum.ch</a>   |
| <b>Kursort</b>        | bwz uri, Attinghauserstrasse 12, 6460 Altdorf  |
| <b>Kurskosten</b>     | CHF 70.00  |
| <b>Mitbringen</b>     | Rüstmesser, Brettli, evtl. Schreibmaterial   |
| <b>Materialkosten</b> | CHF 10.00 (direkt am Kursnachmittag zu bezahlen)   |
| <b>Anmeldeschluss</b> | 06.03.2026 online via Anmeldeformular  |

