



Faszination Wildkräuter im wilden Entlebuch

Unterwegs in reicher Vegetation

Termine, Reiseleitung

09.06. – 12.06.2022/ 4 Tage / max. 12 Teilnehmende / Daniel Zenger

Kosten

Fr. 890.-, pauschal ab Ausgangsort
(Preis- und Programmänderungen vorbehalten)

Informationen zur Destination

Wildpflanzen und ihre Verwendungsmöglichkeiten

Viele Menschen sind sich nicht bewusst, wie viele Pflanzen in der Natur als Nahrung dienen. Auf den Wanderungen über Felder, Wiesen, Wald und Gestein erfahren wir die Merkmale, die Verwendungsmöglichkeiten und Eigenschaften der Wildpflanzen mit allen Sinnen: Riechen, Schmecken, Sehen, Tasten und Hören. Wir lernen, die essbaren von den giftigen Pflanzen zu unterscheiden.

Wir erleben eine unvergessliche Reise durch die vielfältige Pflanzenwelt und erwecken das Urwissen der Natur mit ihrer Einzigartigkeit. Viele Wildkräuter sind sehr gesund und stärken unser Wohlbefinden und die eigene Lebenskraft. Ein Dossier mit Merkblättern zu allen besprochenen Pflanzen wird abgegeben, damit auch später wertvolles Wissen nachgelesen werden kann.

UNESCO Biosphäre Entlebuch und Moorlandschaften

Magische Moore, naturbelassene Wiesen, urwüchsige Fichten und Bergföhren, friedliche Bächlein und bizarre Karrenfelder prägen die Landschaft. Zusammen mit Sörenberg gehört die Moorlandschaft Habkern zu einer der grössten und beeindruckendsten Moorlandschaften der Schweiz.

Schweizer Traditionen – Alpkäse, alte Berner Bauernhäuser

Wir treffen uns im Herzen der UNESCO Biosphäre Entlebuch im Berggasthaus Salwideli und verbringen den ersten Tag in der wunderschönen Umgebung zwischen Schibegütsch und dem Brienzer Rothorn. Am zweiten Tag wandern wir durch den bezaubernden Talkessel zum kleinen, schmucken Bergdorf Habkern. In der abwechslungsreichen Umgebung rund um Habkern verbringen wir die restlichen zwei Tage und lernen viele leckere Wildpflanzen kennen.

Leistungen

Im Pauschalpreis inbegriffen sind folgende Leistungen:

- berg-welt Reise- und Tourenleitung

- Gepäcktransport von Berggasthaus Salwideli nach Habkern
- 1 Übernachtung mit Halbpension, Basis Doppelzimmer mit Bad od. Dusche/WC auf der Etage
- 2 Übernachtungen mit Halbpension, Basis Doppelzimmer mit Bad od. Dusche/WC
- Dossier mit Merkblättern zu den besprochenen Wildpflanzen

Im Preis nicht inbegriffen sind:

- Anreise ins Berggasthaus Salwideli (Sörenberg) und Rückreise ab Habkern
- Getränke
- Lunch / Zwischenverpflegung
- Mehrkosten aufgrund nicht verschuldeter, wetter- bzw. verhältnisbedingter Programmänderungen
- Zuschlag für Einzelzimmer, sofern verfügbar, 3 Nächte Fr. 58.-

Reiseverlauf

Programmänderungen vorbehalten

1. Tag: UNESCO Biosphäre Entlebuch, Einstieg in die Welt der Wildpflanzen

Individuelle Anreise (Zug bis Schüpfheim umsteigen auf Bus Richtung Sörenberg Post.)

Treffpunkt Bushaltestelle Sörenberg Südelhöchi um 12:00 Uhr.

Im Herzen der UNESCO Biosphäre Entlebuch empfängt uns zwischen Wiesen und Felswänden das Berggasthaus Salwideli. Auf einer gemütlichen Nachmittagswanderung, mit der Aussicht auf den Brienzer Grat und die beeindruckende Schratzenfluh, tauchen wir in die Welt der Wildpflanzen ein. Alle Gäste erhalten ein Teilchen von der zu besprechenden Pflanze (Blatt, Blüte, Beere, Samen, Nuss). Dabei werden die Sinne angeregt und die Pflanze durch verschiedene Aktivitäten bewusst wahrgenommen und erlebt. Durch das Riechen wird deren Geruch gemeinsam definiert. Darauf wird der sich auf der Zunge entwickelnde Geschmack gekostet. Beim Kauen kann sich dieser stark verändern. Nach diesen Erfahrungen können wir später eine Pflanze nicht nur durch ihr Aussehen, sondern auch an ihrem Geschmack und Geruch erkennen. Nach dem Degustieren erhalten wir Tipps zur Verwendung der Kräuter in der Küche. Weiter werden Informationen über die Inhaltsstoffe und die Wirkung in der Heilkunde vermittelt. Je nach Pflanze gibt es Hinweise zur Erklärung des Namens, zu Brauchtum oder Geschichte.

Die Pflanzenwelt wird bereits nach wenigen Stunden anders wahrgenommen. Nach der Wanderung genießen wir im Berggasthaus Salwideli auf 1353 Metern über Meer die wohlverdiente Auszeit inmitten der Biosphäre Entlebuch. Übernachtung im Berggasthaus Salwideli.

Distanz: 6 km

Höhendifferenz: 350m im Abstieg, 350m im Aufstieg

Gehzeit: 2 h / Gesamtzeit: 4 h

2. Tag: Salwideli - Habkern

Die Wanderung nach Habkern führt uns durch abwechslungsreiche Landschaften: Fichten- und Föhrenwälder, naturbelassene Wiesen, bizarre Karrenfelder, und mystische Moore prägen diese Region. Geeignete, ruhige und vernetzte Lebensräume sind hier noch vorhanden und Wildtiere können sich in dieser Region in Schutzgebiete zurückziehen, denn der ganze Talkessel ist mit verschiedenen Wildruhezonen gekennzeichnet und die Natur zeigt sich von der prachtvollsten Seite. Wir erhalten Informationen über die Fauna in der Umgebung (Luchse, Hirsche, Schneehasen, Auerhühner, Vögel usw.) und mit etwas Glück können wir sogar das eine oder andere Tier beobachten. Unterwegs erweitern wir unsere Kenntnisse über auffällige Wildpflanzen am Wegrand nach demselben Prinzip wie am Vortag. Übernachtung im Sporthotel Habkern.

Distanz: 18 km

Höhendifferenz: 995m im Abstieg, 770m im Aufstieg

Gehzeit: 6 h

3. Tag: Die wundervolle Welt der Wildpflanzen

Wir verbringen den ganzen Tag gemeinsam in der Natur, um weitere Wildpflanzen kennen zu lernen. Auf einer gemütlichen Wanderung rund um das Guggihürli vertiefen wir unser Wissen, sammeln

Wildpflanzen und geniessen die Berglandschaft. Mit den gesammelten Pflanzen wird am Schluss ein leckerer Salat und ein Wildkräuter-Frischkäse zubereitet und genossen.

Distanz: 9 km

Höhendifferenz: Auf- Abstieg je 600m

Gehzeit: ca. 3:30 h / Gesamtzeit 7 h

4. Tag: Schweizer Traditionen

Eingebettet zwischen dem Harder und den Sieben Hengsten, am Fusse des Augstmatthorns befindet sich das kleine, schmucke Bergdorf Habkern. Durch seine Abgeschlossenheit gehören viele Traditionen zum Alltag der 640 Dorfbewohner. Auf einer kurzen Wanderung repetieren und festigen wir das Erlernte vom 1. und 2. Tag.

Individuelle Heimreise um ca. 15:00 Uhr.

Distanz: 4 km

Höhendifferenz: 300m im Abstieg, 300m im Aufstieg

Gehzeit: 2h / Gesamtzeit 5 h

Anforderungen und Teilnahmebedingungen

Gesundheit

Voraussetzung für diese Reise ist eine gute Gesundheit.

Konditionelle Anforderungen

Die täglichen reinen Gehzeiten betragen 2 bis 6 h mit Aufstiegen von 300-995Hm und Abstiegen 300-770Hm.

Technische Anforderungen

Die Wanderungen erfolgen in leichtem bis mittelsteilem Gelände. Die Touren sind technisch einfach (SAC T1-T2).

Anmeldung, erforderliche Reisedokumente und wichtige Reisehinweise

Anmeldung

Wir bitten Sie, sich frühzeitig – möglichst bis 1 Monat vor Abreise - anzumelden.

Anmeldebestätigung, Zahlung

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Anmeldebestätigung und die Reiseunterlagen. Der Pauschalpreis wird 30 Tage vor Reisebeginn zur Zahlung fällig.

Annulationsbedingungen

Die Annulationskosten fallen nach bestätigter Anmeldung wie folgt an:

bis 30 Tage vor Reiseantritt: Fr. 50.- Administrationskosten

bis 8 Tage vor Reiseantritt: 30% des Pauschalpreises

bis 5 Tage vor Reiseantritt: 60% des Pauschalpreises

ab 4 Tage vor Reiseantritt: 100% des Pauschalpreises

Reise-Annulation durch berg-welt im Zusammenhang mit Covid-19

berg-welt behält sich vor, bei Unverantwortbarkeit der Durchführung die Reise bis am Vortag der Abreise zu annullieren, ohne Kostenfolge für Teilnehmende, ohne Ersatzansprüche für Teilnehmende.

Reiseunterlagen

Sie erhalten rechtzeitig alle notwendigen Reiseinformationen u.a. mit ausführlicher

Ausrüstungsliste, mit Angaben zu Treffpunkt und -zeit, und wichtigen Adressen. Die Teilnehmerliste wird kurz vor der Reise per mail versandt.

Impfungen

Der persönliche und genügende Impfschutz liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden. Bitte überprüfen Sie Ihren Basis-Impfschutz.

Sicherheitsvorkehrungen im Zusammenhang mit Covid-19

Wir halten alle behördlichen Anordnungen ein und achten auf die Einhaltung der Anordnungen bei unseren Leistungsträgern. Zum Schutz jedes Einzelnen, der Gruppe und von Personen vor Ort behalten wir uns zusätzliche, sinnvolle Massnahmen vor. Wir verlangen die disziplinierte Einhaltung aller angeordneter Massnahmen.

Über die aktualisierten Massnahmen werden die Teilnehmenden vor und während der Reise informiert.

Versicherung

Der Versicherungsschutz ist Sache der Teilnehmenden.

Wir empfehlen eine ausreichende Annullierungskosten- und Reiseabbruchversicherung.

Medizinische Versorgung

Für die Erstversorgung von Verletzungen und leichten Unfällen besitzt die Reiseleitung das notwendige Wissen. Wir führen eine angemessene, nach aktuellen Kenntnissen zusammengestellte Notfall-Apotheke und Verbandstasche mit.

Klima, Ausrüstung, Unterkunft, Verpflegung

Temperaturen

Wir bewegen uns zwischen 1000m und 1500m. Die Temperaturen können je nach Wetter in den Niederungen und in der Höhe kühl sein.

Ausrüstung

Die benötigte Ausrüstung beinhaltet im Wesentlichen funktionelle Wanderbekleidung und gute Trekkingschuhe. Die ausführliche Ausrüstungsliste liegt den Reiseinformationen bei.

Unterkunft und Verpflegung

Salwideli

Im Herzen der UNESCO Biosphäre Entlebuch empfängt uns zwischen Wiesen und Felswänden das Berggasthaus Salwideli. Mit der Aussicht auf den Briener Grat und die beeindruckende Schratzenfluh liegt diese gemütliche Berghaus in mitten der der einzigartigen Biosphäre. Von der ruhigen Terrasse aus kann man die Fauna in der Umgebung direkt beobachten und bei einem leckeren Aperio die Umgebung und Stille geniessen.

Habkern

Wir sind im gemütlichen Sporthotel in Habkern in Doppel- und Einzelzimmern untergebracht und werden mit Frühstück und Nachtessen verwöhnt. Hier können wir uns nach der Tour bestens entspannen und erholen.

Für Lunch und Zwischenverpflegung sind wegen individueller Vorlieben die Teilnehmenden selber besorgt. Sie können vor Ort eingekauft werden.

Steffisburg, 1. September 2021